

Universidad Autónoma de Querétaro

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Maestría en Ciencias Sociales

**Estrategias de Afrontamiento de Mujeres Migrantes Centroamericanas con hijos e hijas en
Tránsito por México: 5 estudios de caso**

Tesis

Que como parte de los requisitos para obtener el Grado de

Maestra en Ciencias Sociales

Presenta

María Andrea Triana

Dirigido por

Amanda Hernández Pérez

Amanda Hernández Pérez

Presidente

Lorena Erika Osorio Franco

Secretaria

Betsabee Fortanell Trejo

Vocal

Héctor Gutiérrez Sánchez

Suplente

Haydee Maricela Mora Amezcua

Suplente

Centro Universitario Querétaro, Qro.

Fecha de Aprobación por el Consejo Universitario Agosto 2025 México

La presente obra está bajo la licencia:
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>



CC BY-NC-ND 4.0 DEED

Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional

Usted es libre de:

Compartir — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato

La licenciante no puede revocar estas libertades en tanto usted siga los términos de la licencia

Bajo los siguientes términos:



Atribución — Usted debe dar [crédito de manera adecuada](#), brindar un enlace a la licencia, e [indicar si se han realizado cambios](#). Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante.



NoComercial — Usted no puede hacer uso del material con [propósitos comerciales](#).



SinDerivadas — Si [remezcla, transforma o crea a partir](#) del material, no podrá distribuir el material modificado.

No hay restricciones adicionales — No puede aplicar términos legales ni [medidas tecnológicas](#) que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia.

Avisos:

No tiene que cumplir con la licencia para elementos del material en el dominio público o cuando su uso esté permitido por una [excepción o limitación](#) aplicable.

No se dan garantías. La licencia podría no darle todos los permisos que necesita para el uso que tenga previsto. Por ejemplo, otros derechos como [publicidad, privacidad, o derechos morales](#) pueden limitar la forma en que utilice el material.

Índice

| | |
|---|-----------|
| Agradecimientos | 6 |
| Resumen | 7 |
| Abstract | 7 |
| Capítulo 1. Introducción al Problema | 8 |
| 1.2 Introducción..... | 8 |
| 1.3 Planteamiento del problema | 9 |
| 1.4 Justificación | 13 |
| Capítulo 2. Contexto Migratorio | 14 |
| 2.1 Contexto histórico de la migración | 15 |
| 2.2 Cambios en los patrones de la migración mexicana..... | 16 |
| 2.3 Migración del “Triángulo Norte Centroamericano” (Honduras, Guatemala y El Salvador) | 20 |
| Capítulo 3. Marco Teórico..... | 23 |
| 3.1 ¿Qué es Migrar? | 23 |
| 3.2 Migración Forzada | 24 |
| 3.3. Migración en Tránsito | 25 |
| 3.4 Sistema y condiciones de Refugio en México..... | 26 |
| 3.5 Reasentamiento en un tercer país | 29 |
| 3.6 Los Albergues para Migrantes en México: Tipos y Alcances..... | 29 |
| 3.7 Género y Migración..... | 31 |
| 3.8 Migración Femenina Centroamericana..... | 34 |
| 3.9 Mujeres Migrantes Centroamericanas con Niños, Niñas y Adolescentes (NNA)..... | 36 |
| 3.10 Estrategias de afrontamiento por México..... | 39 |
| 3.11 Estrategias de Afrontamiento centradas en el problema, la emoción y la emergencia..... | 41 |
| a) Estrategias Centradas en el Problema | 43 |
| b) Estrategias Centradas en la Emoción | 43 |
| c) Estrategias Centradas en la Emergentes | 44 |
| 3.12 Género y Estrategias Migratorias | 45 |
| Capítulo 4. Método | 46 |
| 4.1 Diseño o Método de Investigación: Estudio de Caso..... | 47 |
| 4.2 Técnica: Entrevista a Profundidad..... | 48 |
| 4.3 Población Objetivo | 48 |
| 4.4 Matriz de Indicadores | 50 |

| | |
|---|-----------|
| 4.5 Primera Consideración: El Sujeto Cognoscente y la Investigación Exploratoria y Descriptiva..... | 53 |
| 4.6 Segunda Consideración Metodológica Frente a la Investigación Descriptiva y Exploratoria con Mujeres Migrantes | 54 |
| 4.7 Tercera Consideración Metodológica sobre el Acercamiento Previo | 56 |
| 4.8 Sistematización de los Datos y Ética en su Tratamiento | 58 |
| 4.9 Primera Fase: Organización de los Testimonios mediante la Narración en Capas | 58 |
| 4.10 Segunda Fase: Identificación de Estrategias de Afrontamiento | 60 |
| Capítulo 5. Resultados..... | 61 |
| 1. Tres Mudadas y una Mochila: Estudio de Caso de Sol | 62 |
| El Viaje..... | 65 |
| Cuidar, Criar y Educar..... | 70 |
| La Relación consigo misma | 71 |
| Un día a la vez | 72 |
| Resumen de Estrategias de Afrontamiento Utilizadas por Sol..... | 72 |
| 2. Una Vida entre Fronteras, Miedo y Esperanzas: Estudio de Caso de Bianca. | 72 |
| El Viaje..... | 76 |
| Cuidar, Criar y Educar..... | 79 |
| La Relación consigo misma (De Donde Viene la Fuerza) | 81 |
| Los Albergues..... | 82 |
| El Futuro..... | 83 |
| Resumen de Estrategias de Afrontamiento utilizadas por Bianca..... | 84 |
| 3. Siento que Ya Nadie nos Puede Humillar: Estudio de Caso de Mar..... | 83 |
| La Vida Antes de Salir..... | 85 |
| El Viaje..... | 88 |
| Cuidar en Tránsito | 89 |
| A Donde Ir..... | 90 |
| Querétaro y el albergue | 91 |
| Resumen de Estrategias de Afrontamiento Utilizadas por Mar | 92 |
| 4. No te Voy a Dejar Sola: Estudio de Caso de Luz..... | 92 |
| La razón..... | 94 |
| El Viaje..... | 96 |
| Tapachula | 97 |
| El Albergue..... | 98 |
| Resumen de Estrategias de Afrontamiento Utilizadas por Luz..... | 98 |
| 5. Los Niños Van Antes, Si No Queda Ni modo: Estudio de Caso de Gloria..... | 101 |
| La Decisión de Huir | 101 |
| El Viaje..... | 103 |
| Ingreso a los Albergues y Retos Iniciales..... | 104 |

| | |
|---|------------|
| | 5 |
| Cuidando de sus Hijos y de Sí Misma..... | 104 |
| Reintegración y Esperanza | 104 |
| Resumen de estrategias de afrontamiento utilizadas por Gloria: | 105 |
| Capítulo 6. Análisis y Discusión de Resultados..... | 105 |
| 6.1 Aportes de la Investigación | 106 |
| a) La Colectivización del Afrontamiento: Redes entre Mujeres Migrantes..... | 106 |
| b) El papel del Estado y la sociedad civil en el acompañamiento | 108 |
| c) El Refugio y el Reasentamiento como Estrategia Migratoria | 110 |
| D) La Maternidad como Factor de Reconfiguración de las Estrategias | 111 |
| 6. 2 Estrategias de afrontamiento clave | 111 |
| a) Redes de Apoyo Institucional..... | 111 |
| B) Centrada en el problema: Apoyo institucional (Albergues) | 112 |
| C) Centrada en la Emoción (Apoyo en su Fe)..... | 113 |
| Capítulo 7. Conclusión | 114 |
| 7.1 Conclusión final..... | 114 |
| Capítulo 8. Bibliografía y Anexos | 118 |
| Anexos | 128 |
| Anexo 1. | 128 |
| Anexo 2. | 128 |
| Anexo 3. | 130 |

Índice de Tablas y Figuras

| | |
|---|----|
| Figura 1. Frontera sur de México | 22 |
| Figura 2. Migración en tránsito. | 25 |
| Figura 3. Mujeres migrantes internacionales en el mundo..... | 33 |
| Figura 4. Clasificación de menores migrantes | 37 |
| Figura 5. Flujo de menores..... | 38 |
| Tabla 1. Matriz de Indicadores por cada categoría de afrontamiento..... | 51 |
| Tabla 2. Información de las mujeres centroamericanas..... | 61 |

Agradecimientos

Agradezco profundamente a Mar, Bianca, Gloria, Luz y Sol, quienes me permitieron plasmar parte de su vida, experiencias y anhelos en estas páginas; con quienes comimos, reímos, lloramos, ante un mundo tan desigual que las obligó a dejarlo todo y empezar de cero; y nos llenamos de esperanzas al ser partícipes de la resiliencia y empatía de personas y espacios.

A mi familia y madre... te aseguro que lejos de la violencia y el dolor sí hay otro mundo.

A mis amigas y compañero de vida que, con su cuidado, amor, y crítica, han apoyado este proceso desde el principio, aun cuando hemos tenido tanto en contra.

A mis docentes comprometidas, críticas, con enfoque de género y empáticas que abrazaron mi proceso, y guiaron en toda la ruta.

A María José Lazcano quien con su gran profesionalismo me mostró la importancia del cuidado desde su proyecto de círculo de mujeres migrantes, y quien confió en mí para formar parte de éste a través del apoyo con infancias y madres migrantes

Al Centro de Apoyo Marista al Migrante (CAMMI), que me abrió sus puertas desde el primer día que llegué a Querétaro, siendo fundamental para la ejecución de esta investigación, y a cada uno de sus defensores y defensoras de derechos humanos, de quienes aprendí el arte de ser trabajadora humanitaria.

Por último, agradezco al CONAHCYT por becarme, sin su apoyo para mi cuidado desde lo económico hubiera sido impensable realizar esta investigación.

Por un mundo donde quepamos todas, ninguna deba ser obligada a abandonar su país, donde podamos ser y estar libres sin miedo.

Resumen

La investigación aborda las estrategias de afrontamiento utilizadas por mujeres migrantes centroamericanas de Honduras y Guatemala que transitan por México acompañadas de sus hijos e hijas. Se parte del problema de que estas mujeres enfrentan riesgos diferenciados debido a su género, al migrar en compañía de sus infancias y adolescencias y a la irregularidad de su migración, lo que limita sus opciones de movilidad y aumenta su vulnerabilidad ante la violencia y la precariedad. El objetivo general es identificar las estrategias de afrontamiento empleadas por estas mujeres en su tránsito por México, particularmente aquellas relacionadas con el acceso a refugio y el reasentamiento en un tercer país. Para ello, se empleó una metodología cualitativa basada en el estudio de caso, utilizando entrevistas a profundidad con cinco mujeres migrantes realizadas por Zoom y de manera presencial, quienes fueron abordadas en un albergue en Querétaro entre diciembre de 2023 y abril de 2024. El análisis se enmarca en la teoría de estrategias de afrontamiento y la perspectiva de género en la migración. Los principales resultados evidencian que las mujeres recurren a estrategias tanto centradas en el problema como en la emoción. Entre las primeras, destacan el uso de redes de apoyo institucionales, la solicitud de refugio en México y el reasentamiento en un tercer país. Entre las estrategias emocionales, la fe y la espiritualidad desempeñan un papel clave para mantener la resiliencia. Además, se identificaron estrategias emergentes, como la creación de redes entre mujeres migrantes para compartir información y protección. La investigación concluye que el contexto de violencia, incertidumbre y burocracia influye en la toma de decisiones de las mujeres migrantes, quienes buscan opciones seguras para ellas y sus hijos. Se enfatiza la necesidad de fortalecer las políticas de protección y los mecanismos de apoyo en tránsito y destino.

Palabras clave: refugio, migración femenina centroamericana, México, estrategias de afrontamiento.

Abstract

This paper addresses the coping mechanisms used by Central American women who has to cross mexican land with their children. The starting point is that these women have to face differentiated risk than other populations because of their gender, the fact that they have to migrate with their childhoods and adolescents, the irregularities of their migration. All of this factors combined are limitations to their mobility options and increases their vulnerability to violence. The general objective is to identify the coping mechanisms used by these women in their pathways trough Mexico, particularly those related to the access to refugee and resettlement in a third country. In order to achieve this, a qualitative methodology based on the case study was used, doing interviews to five migrant women based in a shelter in Querétaro City. These interviews were conducted by zoom and in person between December 2023 and April of 2024. The analysis is framed in the “theory of coping mechanisms” and the “gender perspective in migration”. The main results show that women use support networks, apply to the refugee status and seek for resettlement in a third country. Among the emotional strategies faith and spirituality plays a key role maintaining resilience. In addition, emerging strategies were identified, such as networking among migrant women in order to share information and protection. The investigation concludes that the context of violence, uncertainty and bureaucracy influences the decision-making of migrant women who are looking for safe choices for them and their children. This investigation emphasizes the needed to strengthen protection policies and support mechanism in transit and destination.

Keywords: asilum, centroamerican migrant women, México, the coping mechanisms

Capítulo 1. Introducción al Problema

Este capítulo se enfoca en el estudio del fenómeno de la migración femenina centroamericana acompañada de sus hijos e hijas, en tránsito primero, luego refugio en México, y en algunos casos en proceso de reasentamiento en un tercer país. Se expone el planteamiento del problema —identificando vacíos en la comprensión de las estrategias de afrontamiento—, y se justifica la pertinencia de la investigación. Asimismo, se expone la pregunta central, los objetivos específicos, y las hipótesis orientadoras, estableciendo un marco lógico que permite seguir la progresión del análisis y entender la contribución del trabajo.

1.2 Introducción

Este estudio se enfoca en identificar y visibilizar las estrategias de afrontamiento de cinco mujeres migrantes que van acompañadas de sus hijos e hijas y en algunos casos de sus cónyuges, de origen centroamericano, en particular de Honduras y Guatemala. Su característica compartida es su migración irregular y forzada, su tránsito por México, y finalmente, su proceso de trámite de refugio en México en unos casos, y en otros, en su proceso de reasentamiento en un tercer país seguro (ya siendo refugiadas en México).

El estudio incluye un marco teórico, una sección metodológica y los resultados. El marco teórico se centró en explicar los antecedentes de la migración que recibe México como país receptor. Define los siguientes conceptos: migración, migración en tránsito, migración forzada, refugio en México, y reasentamiento en un tercer país seguro. También aborda el concepto de estrategias de afrontamiento, y la perspectiva de género en la migración.

La sección metodológica abarca la explicación sobre los estudios cualitativos, y en especial, el estudio de caso. Explica la composición de la población objetivo. El estudio se llevó a cabo entre diciembre del año 2023 y abril del 2024, utilizando entrevistas vía *Zoom* y presencial. El estudio de caso se desarrolló con cinco mujeres centroamericanas, cuatro hondureñas y una guatemalteca, quienes fueron abordadas en un primer momento en un

centro de apoyo al migrante y/o albergue que es dirigido por religiosos, en la ciudad de Querétaro.

Los resultados muestran que entre las estrategias de afrontamiento más utilizadas están: 1) En primer lugar, una vez llegan a México de forma irregular y forzada, la primera estrategia de afrontamiento clave para este grupo de personas, es el apoyo de los albergues (en este caso de corte religioso). 2) Una vez en territorio nacional, solicitar refugio en México a través de los mecanismos institucionales establecidos por la ley y los convenios internacionales ratificados por el Estado, en el contexto de la migración forzada e irregular en la que llegan al país. 3) Una vez se aprueba ese estatus de refugio en México, algunas mujeres no sienten que se encuentran completamente seguras, por la situación límite con respecto a los y las agresoras por las cuáles salieron de su país, y deciden pedir ya siendo refugiadas en México, el reasentamiento en una tercera nación, que por lo general son los Estados Unidos de Norteamérica. Por último, 4) apoyarse en su profunda fe. La fe es su principal forma de afrontamiento emocional. La violencia que experimentan desde su salida forzada, su tránsito por México, la espera sin empleo formal en su proceso de regularización para lograr el refugio en México, y el enfrentarse a más tiempo de espera en el supuesto de un proceso de reasentamiento en un tercer país, las llevan a situaciones límite y en ese sentido, la fe en su religión las sostiene emocionalmente.

1.3 Planteamiento del problema

La migración a los Estados Unidos ha sido un fenómeno multicausal muy estudiado desde hace por lo menos un siglo. En particular, el estudio de las redes migratorias para cruzar “al otro lado” tuvieron gran auge en la época de la “migración indocumentada y el mojado”. Jorge Durand (2017) es uno de los grandes estudiosos de ese tema, y fue pionero en explorar estrategias hoy muy conocidas como el uso de “polleros-coyotes” quienes cruzaban personas desde el sur al norte de México, llegando a los Estados Unidos de Norteamérica.

Hoy en día, los patrones y flujos migratorios se han modifican a tal punto -por el contexto económico, el endurecimiento de las políticas migrantes por parte de los Estados Unidos, las guerras, el cambio climático, entre otros-, que ya que no se pueden comparar con

los procesos migratorios de décadas pasadas. En la actualidad, tenemos patrones complejos a escala global y regional. Para el caso mexicano, de ser principalmente un país expulsor de mano de obra migrante, se ha convertido en un país de tránsito y destino de migrantes provenientes de la región centroamericana, sudamericana, africana, asiática, etc. Ha visto incrementarse el flujo de niñas, niños y adolescentes (NNA) con o sin acompañamiento desde el sur global, así como de mujeres junto a sus infancias y adolescencias con o sin cónyuges.

Las estrategias, redes, rutas y decisiones de las mujeres están atravesadas por el género, las nuevas violencias y riesgos concernientes al ser mujer que en muchos casos no se pueden soslayar (violencia sexual, acoso, violencia económica, etc.). Es decir, las mujeres que migran de forma irregular se enfrentan a riesgos agregados por su condición de género. En años recientes, algunas mujeres migrantes han optado por llegar en las llamadas “caravanas de migrantes”, como forma de protección. Entre el año 2021 y 2024, hemos sido testigos del aumento de esas caravanas migrantes, donde mujeres, infancias y adolescencias tienen gran presencia.

Dentro de esa realidad migratoria, México ha experimentado un aumento de mujeres migrantes centroamericanas acompañadas de sus infancias y adolescencias que viajan por su territorio. En el año 2023, las entradas irregulares al país aumentaron un 132% con respecto al 2020, con un número significativo de mujeres viajando en situación irregular, incluidas mujeres embarazadas y lactantes (INM, 2023). Aunque las mujeres han migrado históricamente, los datos y análisis sobre sus experiencias específicas han comenzado a recibir atención. En ese sentido, con los datos desagregados por sexo, se ha avanzado mucho en la comprensión de este tipo de migración, y se ha destacado la particular vulnerabilidad que enfrenta ese grupo.

En este contexto, las investigaciones sobre las estrategias de afrontamiento de las migraciones centroamericanas en tránsito por México, se han posicionado como un nuevo campo de estudio en las migraciones globales. Las estrategias de afrontamiento han sido definidas de diversas formas, realizándose algunas tipologías, y se han estudiado de forma específica algunos elementos clave como la planeación de los viajes, las redes disponibles,

el tipo de transporte utilizado, etc. Y aunque se ha documentado ampliamente estrategias migratorias como el pago de “coyotes” o el uso del tren de carga “*La Bestia*”, este tipo de estrategias son usadas en general por hombres quienes migran solos o sin personas a cargo. Por ello, existe la necesidad de revisar esas estrategias a la luz de la perspectiva de género y del punto de vista de las mujeres. Es decir, poner en el centro la migración femenina centroamericana, sus estrategias y sus voces.

Argumento que la migración de mujeres centroamericanas por México a veces acompañadas de menores dependientes, otras de su cónyuge o familiares, y sus estrategias de afrontamiento, tienen otros componentes poco referenciados en las investigaciones, que están directamente atravesadas por las violencias y riesgos concernientes al ser mujer migrante en rutas, caminos y transportes.

Para abonar a los esfuerzos cualitativos en este campo de estudio, se pretende visibilizar las experiencias migratorias y estrategias de afrontamiento de cinco mujeres migrantes centroamericanas de Honduras y Guatemala en territorio mexicano. Van acompañadas de sus hijos e hijas (y algunas en compañía de cónyuges o familiares). Todo ello, para realizar un primer acercamiento a sus estrategias. Interesa conocer su voz, y poder aportar en ese campo de conocimiento.

La violencia intrafamiliar, la violencia pandilleril como la ‘Mara’ en su país, conflictos políticos, pobreza y desempleo, las empujan a migrar de regiones cada vez más alejadas como Colombia, Haití, Venezuela, entre otros países. Sin embargo, en este trabajo nos centraremos en mujeres de los países del llamado ‘*Triángulo Norte Centroamericano*’, conformado por Honduras, Guatemala y El Salvador. Y, en específico, mujeres de Honduras y Guatemala. La razón es que son de los dos países que conforman los flujos más grandes y cada vez más numerosos que han llegado a México en los últimos años (ITAM, 2014).

De este intrincado proceso migratorio, Villanueva (2013) contribuye con evidencia empírica para conocer algunas estrategias propias de las migraciones femeninas. Por ejemplo, buscar desde el inicio del viaje a un varón como una manera de asegurar la protección en el

viaje (Villanueva, 2013, p. 109). Pero, ese tipo de investigación empírica se ha enfocado en la migración de mujeres sin hijos e hijas o sin dependientes.

-Hipótesis: partimos del supuesto de que existen estrategias de afrontamiento diferentes y puntuales en el contexto de la migración forzada irregular de mujeres centroamericanas acompañadas por hijos e hijas. Por ejemplo, las redes de apoyo clásicas como el pago del “coyote” o el uso del tren “La Bestia” han sido utilizadas principalmente por hombres y mujeres sin compañía. Pero, partimos de la hipótesis de que, al migrar con menores de edad como niños, niñas y adolescentes, este tipo de estrategias pueden ser incluso más riesgosas. Pero ello, la hipótesis es que se usan estrategias diferenciadas al migrar mujeres acompañadas de sus infancias y adolescencias. Se parte de la hipótesis de que las estrategias van encaminadas a tener el menor riesgo posible para sus dependientes, lo que sugiere una diferencia de género. Es decir, de nuevo, son las mujeres las principales encargadas del cuidado de las infancias y las adolescencias incluso en esos procesos tan complejos de movilidad. Esperamos que la presente investigación pueda dar luz sobre el tipo de estrategias consideradas menos riesgosas para las mujeres, sus infancias y sus adolescencias y su relación con la variable del género.

Para ello, la investigación se planteó como pregunta principal: **¿cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas por las mujeres en tránsito que migran con hijas e hijos por México?** El objetivo general es identificar las estrategias de afrontamiento que las mujeres (con dependientes) emplean durante la migración en tránsito por México al enfrentarse a situaciones riesgosas asociadas a su movilidad. Los objetivos específicos son:

-Analizar las principales situaciones riesgosas que enfrentan las mujeres migrantes con dependientes durante su migración por México.

-Identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por las mujeres en respuesta a dichas situaciones, distinguiendo entre estrategias de afrontamiento centradas en el problema, emoción y emergentes.

1.4 Justificación

La migración centroamericana, con posible establecimiento temporal o permanente bajo la figura de refugiado en México, es un fenómeno relativamente reciente. Los estudios especializados sobre el tema hacen esfuerzos enormes por delinear las características de este fenómeno. No obstante, pese al esfuerzo desplegado y la importancia del tema, aún no se ha consolidado como campo de conocimiento prioritario (ITAM, 2014).

Los enfoques que siguen imperando son los referentes a las causas de expulsión y las causas de atracción del destino, sin tomar en consideración los procesos de desplazamiento *per se*. Entre los esfuerzos de investigación para visibilizar el fenómeno de la migración centroamericana destacan estudios que se centran en obtener evidencia empírica sobre la composición de los flujos y otros han intentado cuantificarlos (ITAM, 2014). Pero al tratarse de grupos heterogéneos en sus orígenes, que a veces ante la adversidad deciden quedarse en México (en diversas modalidades: –refugio, reunificación familiar, etc.), las metodologías tradicionales y los censos gubernamentales parecen quedarse cortos.

Además, abundan enfoques que no toman en cuenta variables como el género. Se justifica que por ser los hombres centroamericanos quienes constituyen la mayor parte de los flujos de personas migrantes, los estudios solo se enfoquen en sus problemáticas, sin tomar en cuenta que existen diferencias entre hombres, mujeres y disidencias de género. Para Grieco y Boyd (2003), las teorías de la migración han perpetuado los estereotipos sobre la migración de las mujeres, encasillándolas en meros acompañantes de los hombres.

“Pero la migración femenina ha salido de la clandestinidad y se requiere que se aborde a las mujeres como ‘sujetas activas’ en los procesos migratorios ante la “reconfiguración del mundo” (Cantú y González, 2021: p.184).

En los últimos años, México ha experimentado un incremento notable en la migración femenina centroamericana (acompañadas de cónyuges, con o sin hijos e hijas o sin compañía alguna). En 2020, las entradas al país aumentaron considerablemente, con un número significativo de mujeres viajando en situación irregular, incluidas mujeres embarazadas y/o

lactando (INM, 2023). Los datos y análisis sobre sus experiencias específicas han comenzado a recibir atención destacando en varias investigaciones la particular vulnerabilidad que enfrentan durante su tránsito por México (Rebolledo & Rodríguez, 2019b).

Un paso significativo es el estudio de la violencia asociada al género que afecta a las mujeres migrantes. Se sabe que, por los riesgos generales del tránsito en situación irregular, las mujeres están expuestas a peligros añadidos por su género (agresiones sexuales, extorsión, feminicidios). Otro paso significativo es recuperar no sólo los datos cuantitativos, sino lo cualitativo: las voces de las mujeres inmersas en esos procesos. Insistir en las mujeres como sujetas con voz propia es clave, pues su clandestinidad e invisibilidad han hecho que su experiencia vital quede fuera de las políticas y programas. Esa clandestinidad las revictimiza, y las condena a la violencia.

Capítulo 2. Contexto Migratorio

En este capítulo se sitúa el fenómeno migratorio dentro de su evolución histórica y de las configuraciones políticas actuales en México. Se revisan las principales rutas y flujos que conectan el “*Triángulo Norte Centroamericano*” con el territorio mexicano, así como las estructuras institucionales disponibles para ayudar a los y las migrantes. Por ejemplo, la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR), organismo creado en 1980 que recibe y procesa las solicitudes de refugio en el país. Otro ejemplo es la Agencia de la ONU para los refugiados (ACNUR), organización internacional que protege y asiste a las personas en situación de refugio. Y por supuesto, los albergues de diverso tipo —públicos y de asociaciones privadas sin fines de lucro—, que asisten a las personas en tránsito. Y, por último, los cambios recientes en políticas de refugio y reasentamiento, con el fin de proporcionar al lector un panorama robusto del entorno en el que ocurren las estrategias de afrontamiento.

2.1 Contexto histórico de la migración

La migración tiene raíces históricas profundas, algunas se remontan al siglo XVI, relacionadas con el florecimiento de los Estados-nación y la acumulación a través de la migración forzada (Reig & Norum, 2020, p. 22). La mano de obra esclava –principalmente africana–, fue fundamental para la consolidación del capitalismo, y el crecimiento de la economía europea, sosteniendo y consolidando tiempo después la revolución industrial inglesa. Muchos siglos después, la mano de obra solicitada por las industrias impulsó grandes trayectorias migratorias principalmente internas en los países en desarrollo, para posteriormente ampliarse a contextos internacionales (rural-urbano y sur-norte). Estos cambios dieron inicio a la “mundialización de las migraciones” (Arango, 2018, p. 9).

En ese proceso, cientos de personas se vieron forzadas a abandonar sus modos de vida y sus lugares de origen, embarcándose en diversas rutas en busca de mejores oportunidades para escapar de condiciones de vida precarias. En esas economías posindustriales, los movimientos de los trabajadores altamente capacitados eran elogiados como movilidad profesional, mientras que los movimientos de trabajadores menos capacitados eran vistos como migración no deseada.

Joaquín Arango (2018) sitúa este ‘nuevo mapa migratorio’ en la década de 1950, impulsado por algunos países europeos, los cuales tenían una fuerte tradición de expulsión migratoria, y se opusieron durante mucho tiempo a la recepción de foráneos. Sin embargo, en un giro histórico cambiaron su patrón y

“empezaron a importar trabajadores foráneos, primero de sus ex-colonias –los que las habían tenido– y enseguida de su periferia mediterránea.” (Arango, 2018, p. 6)

Por primera vez, países expulsores se convirtieron en receptores. Sin embargo, ese cambio europeo no duraría mucho, pues las recurrentes crisis los llevaron a tener una política ambivalente hasta un cierre casi total de fronteras para la migración no calificada. Otros países como Canadá, mantuvieron sus fronteras cerradas bajo las premisas racistas de *White*

Only, y han optado por la migración calificada en todo momento. Estados Unidos por su parte, incluyó en sus filas mano de obra extranjera mucho antes que los países europeos, creando una relación migratoria muy estrecha con México, Centroamérica y Sudamérica de suma importancia para el contexto de la presente investigación.

Durand (2017) señala que esa migración se dio por la unión de dos circunstancias: la oferta y la demanda laboral. En la actualidad, en una sociedad globalizada, la migración se ha desligado de la mera búsqueda de mejores oportunidades laborales, enmarcándose en causas como acceso a la educación, violencia de pandillas e intrafamiliar, conflictos políticos de todo tipo y por tanto desplazamientos forzados, desastres naturales, evasión de impuestos (nómadas digitales), entre otros. Hoy en día, las crisis económicas recurrentes, las políticas económicas neoliberales, las crisis medioambientales, la decadencia de las industrias de posguerra y las nuevas tecnologías; hacen que la demanda supere a la oferta.

2.2 Cambios en los patrones de la migración mexicana

Para Durand (2017, p. 22), la migración México-Estados Unidos se puede entender desde seis grandes fases, las cuales obedecen a políticas y patrones que han conformado una tradición migratoria que ha perdurado por más de cien años. A continuación, se describen brevemente:

1. Fase del Enganche: La Revolución mexicana y la Primera Guerra Mundial actuaron como factores expulsores para la migración mexicana. Durante la ‘Era del Enganche’ (1884-1920), se estableció un sistema de trabajo semi-forzado conocido como enganche, que implicaba el reclutamiento de trabajadores a través de préstamos o adelantos en sus salarios futuros. Este sistema provocó procesos migratorios de trabajadores a regiones alejadas y despobladas, ya que a menudo se utilizaba cuando fracasaban los métodos tradicionales de reclutamiento de mano de obra local. Esa era representó la búsqueda de mano de obra asequible para la expansión económica de Estados Unidos. En México, el aumento de la demanda de mano de obra en la segunda mitad del siglo XIX se debió al crecimiento

industrial de Porfirio Díaz, lo que generó la necesidad de trabajadores en esos sectores. Los migrantes chinos comenzaron a llegar al país como braceros. Esto llevó a la formación de compañías de reclutamiento. En lo político, las leyes jugaron un papel fundamental al regular el flujo migratorio, como la paulatina exclusión de la inmigración china y japonesa, y la Ley de Inmigración de 1917 que restringió la llegada de migrantes europeos.

2. Deportaciones Masivas: las deportaciones masivas de mexicanos en 1921, y de 1929 a 1939, fueron una respuesta a las crisis económicas en Estados Unidos. Investigadores como Manuel Gamio, Robert Redfield y Paul S. Taylor se interesaron por este fenómeno y realizaron estudios que se convirtieron en referencias clásicas en el tema. Se llevaron a cabo esfuerzos para cuantificar tanto la cantidad de personas que migraban como las remesas que enviaban. Las deportaciones masivas forzaron a los trabajadores mexicanos a regresar a sus lugares de origen en un momento en que México no tenía recursos para apoyarlos. El gobierno mexicano, encabezado por Álvaro Obregón, se vio obligado a tomar medidas para gestionar esa situación, creando el Departamento de Repatriación y el establecimiento de medidas para recibir a los deportados. Sin embargo, tanto en Estados Unidos como en México, los mexicanos no eran considerados migrantes, sino trabajadores eventuales.

3. El Programa Bracero: el Programa Bracero operó de 1942 a 1964, y representó un momento crucial en la historia de las migraciones entre México y Estados Unidos. Debido a la Segunda Guerra Mundial y la posguerra, era necesaria la mano de obra. El programa marcó un cambio importante en la política migratoria de Estados Unidos, ya que, por primera vez, se estableció un acuerdo bilateral con México para la contratación de trabajadores. El impulso del programa dio pie a un

“reconocimiento explícito, por parte de Estados Unidos, de la existencia de un mercado de trabajo binacional.” (Durand, 2017, p. 174).

De esa manera, se estableció un nuevo modelo de migración. Los trabajadores, conocidos como "braceros", eran hombres jóvenes y rurales que tenían contratos legales para realizar trabajos temporales en Estados Unidos, quienes debían regresar a México al finalizar sus labores. A lo largo de los años de duración del programa, más de cuatro millones y medio

de braceros fueron contratados. Pero poco a poco, México perdió poder de negociación en los convenios, lo que llevó a que las condiciones laborales se volvieran menos favorables para los braceros. Además, se generaron consecuencias no previstas, como una corriente de migración irregular, conocida tiempo después como ‘mojados’ o ‘indocumentados’.

4. Los Indocumentados 1965-1986: tras el fin del Programa Bracero, el gobierno mexicano adoptó una política pasiva. Esa estrategia se basaba en un cálculo de costo-beneficio y se justificaba con la metáfora de la ‘válvula de escape’ para liberar tensiones en México. México no tuvo una política migratoria propositiva para los inmigrantes, sino más bien una política de control estricto de la población extranjera, utilizando el artículo 33 constitucional. Esto se traduce en una política de puertas cerradas y restricciones para los extranjeros que buscaban ingresar. Por otro lado, Estados Unidos enfrentó la creciente informalidad en el mercado laboral y la ausencia de una política migratoria específica lo que convirtió al mexicano en sinónimo de trabajador indocumentado, y la criminalización junto con la falta de control en la frontera permitió el surgimiento de mafias y redes de tráfico humano.

5. La Era Bipolar de 1987 a 2007: la fase bipolar entre México y Estados Unidos, emerge como una etapa multifacética caracterizada por la Ley de Reforma y Control de la Inmigración de 1986 (IRCA por sus siglas en inglés), con la prohibición de la contratación de extranjeros que no se encontraban regularizados en el país, lo que derivó en la legalización de ciertos inmigrantes, y el incremento de flujos de trabajadores indocumentados. La IRCA también intensificó el control fronterizo y restringió el acceso al mercado laboral. De esa fase destacan cuatro momentos clave: a) 1987 con el programa de regularización, b) 1993 con operaciones de control fronterizo, c) 1996 con la Ley para el control de la inmigración ilegal (IIRAIRA) y, finalmente, d) 2001, con la creación del Servicio de Inmigración y Control de Aduanas de Estados Unidos (ICE por sus siglas en inglés). Todo ello llevó a un cambio profundo en la dinámica de la migración, y un anhelo cada vez mayor de obtener la ciudadanía.

6. La Lucha por la Reforma Migratoria: en el año 2007 se vislumbra un punto de inflexión en los patrones migratorios de Estados Unidos. El Senado estadounidense presentó

una propuesta de reforma migratoria integral que buscaba abordar la regularización y control de la migración indocumentada, implementar un programa de trabajadores temporales y resolver la situación de los *dreamers*. Sin embargo, esa propuesta se encontró con la oposición de diversas facciones. La crisis financiera de 2008 impactó especialmente en la industria de la construcción, contrayendo las remesas. A nivel político, se continuó promoviendo un discurso antiinmigrante y gran cantidad de deportaciones. El control fronterizo, alcanzó un alto nivel de eficacia y gasto. Se intensificaron aún más las deportaciones de migrantes irregulares y se focalizó en la expulsión, lo que llevó a la separación de numerosas familias. En la actualidad, con la llegada de Donald Trump, se declara emergencia nacional en su frontera sur por segunda ocasión, y se realizan deportaciones masivas, pero ahora con el objetivo de enviarlos también a la base de Guantánamo en Cuba, o a las cárceles salvadoreñas.

En la ruta de México a Estados Unidos, no solo circulan personas de nacionalidad mexicana, sino que también transitan personas centroamericanas; y de otras nacionalidades. Aunque durante mucho tiempo la tradición migratoria posicionaba a México como un país expulsor, las actuales estadísticas lo ubican como un país de tránsito y destino. Esa situación empezó a vislumbrarse en torno a la década de 1990. Debido a conflictos económicos y políticos en la región centroamericana, cientos de personas se vieron desplazadas y comenzaron a migrar a México, Canadá y Estados Unidos. Muchos de ellos se convirtieron en refugiados en México y optaron por quedarse. Desde la década de 1990, comenzó a observarse un flujo que utilizaba el territorio mexicano como una región de paso al norte (Castillo & Toussaint, 2015, p. 71). Ese flujo se configuró como una corriente de tránsito con destino a la frontera norte, para luego cruzar a Estados Unidos. Pero al ver cada vez mayores dificultades, se fueron quedando del lado de la frontera mexicana. Es decir, la migración no solo continuó, sino que se diversificó.

“Desde entonces, el desplazamiento de centroamericanos a través de la frontera sur de México se convirtió en un fenómeno creciente, sostenido y bajo modalidades irregulares de gran alcance” (Castillo & Toussaint, 2015, p. 72).

A los flujos de larga data provenientes de Centroamérica se han sumado flujos terrestres desde Venezuela, Colombia, Ecuador, entre otros. Ese actual patrón migratorio se ha conformado no solo de hombres, sino de mujeres, disidencias de género, familias completas, niñas, niños y adolescentes tanto acompañados como no acompañados, entre otros; lo que crea un movimiento complejo y sumamente heterogéneo sin precedentes.

Por su parte, las políticas migratorias de Estados Unidos se han traducido en una gran crisis humanitaria. Esas políticas se pueden definir como ‘necro-políticas’. La necro-política es un concepto acuñado por el camerunés Mbembe (2011), y se refiere a que, para el poder, unas vidas humanas tienen valor y otras no. No se trata de matar las vidas humanas consideradas poco importantes, sino dejarlas morir mientras se les explota (Estévez, 2022, p. 254). En ese sentido, la gestión de la migración irregular bajo el enfoque necro-político, nos lleva a pensar y hacer énfasis sobre las vidas que no importan para el sistema (y que enfrentan riesgos de muerte, tráfico sexual y laboral, etc.). En esa lógica, la deshumanización se encuentra normalizada y llega a límites de gran crueldad.

2.3 Migración del “Triángulo Norte Centroamericano” (Honduras, Guatemala y El Salvador)

La movilidad sur-norte con destino principal a Estados Unidos pasando por México desde Honduras, Guatemala y El Salvador, es uno de los fenómenos transnacionales que más crecieron en los últimos años. Según datos del Instituto Nacional de Migración en México, Honduras genera el 42% de la migración centroamericana (INM, 2023). A partir del año 2018, el incremento fue exponencial con la modalidad de caravanas. La mayoría de esos desplazamientos por tierra se producen de forma irregular. Los motivos económicos, violencia de género o pandilleril, así como reunificación familiar se cuentan entre los más importantes (ITAM, 2014.)

Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2018a, p. 5), el triángulo norte de Centroamérica integrado por Honduras, Guatemala y El Salvador,

tiene como principal problema la pobreza extrema, con índices muy pronunciados que rozan el 60 al 70 por ciento de su población total. A su vez, las tasas de desempleo son altísimas (Cantú y González, 2021: p. 188). Además, Honduras tiene al 50.7% de sus trabajadores y trabajadoras con ingresos inferiores a la línea de pobreza (PNUD, 2010). Además, el área comprendida por el triángulo del norte centroamericano tiene altos índices de homicidios. En el caso particular de Honduras, se mantiene entre las tasas más altas de homicidios per cápita en el mundo (ITAM, 2014, p.18.) Esos flujos en tránsito por México a los Estados Unidos, han ido diversificando sus objetivos de destino, dadas las restricciones migratorias que provienen de EEUU, generando que las poblaciones en movilidad opten por quedarse como refugiados en México.

Por otro lado, los datos de deportación de Estados Unidos nos permiten tener un perfil general de las características socio-económicas de las personas que cruzan el territorio nacional a Estados Unidos, y son después deportadas desde ese país, a sus respectivos lugares de origen. Entre 2009 y 2012, la mayoría de los migrantes extranjeros devueltos a su país de origen eran hombres. De estos, la mayor parte eran jóvenes de entre 15 y 29 años de edad, provenían de zonas urbanas, y ostentaban el grado de educación primaria. Además, el 95% no hablaba el idioma inglés y en su país de origen se dedicaban a alguna actividad agrícola, de servicios o de construcción (Canales & Meza, 2018; ITAM, 2014). En el caso concreto de los guatemaltecos, una encuesta realizada a 1,200 niños, niñas y adolescentes (NNA) migrantes devueltos a su país, 53% se dirigían a Estados Unidos y 47% a México. Lo que habla de su interés por quedarse en México, al existir tantos riesgos en la frontera de México-USA (ITAM, 2014, p. 25).

Los flujos migratorios de centroamericanos rumbo a México y/o Estados Unidos entran en su mayoría por tierra en la frontera con Guatemala. En esa zona confluyen migrantes de diversas nacionalidades, turistas, trabajadores transfronterizos formales e informales, comerciantes y otros. Se estima de manera oficial que en esa frontera se dieron unos 2.3 millones de cruces en el año 2012 (ITAM, 2014, p.29). Actualmente, se conocen 11 puntos de internación formal con Belice y Guatemala, por donde cruzan personas y mercancías de todo tipo. Pero además de esos 11 puntos, se dan cruces a través del río

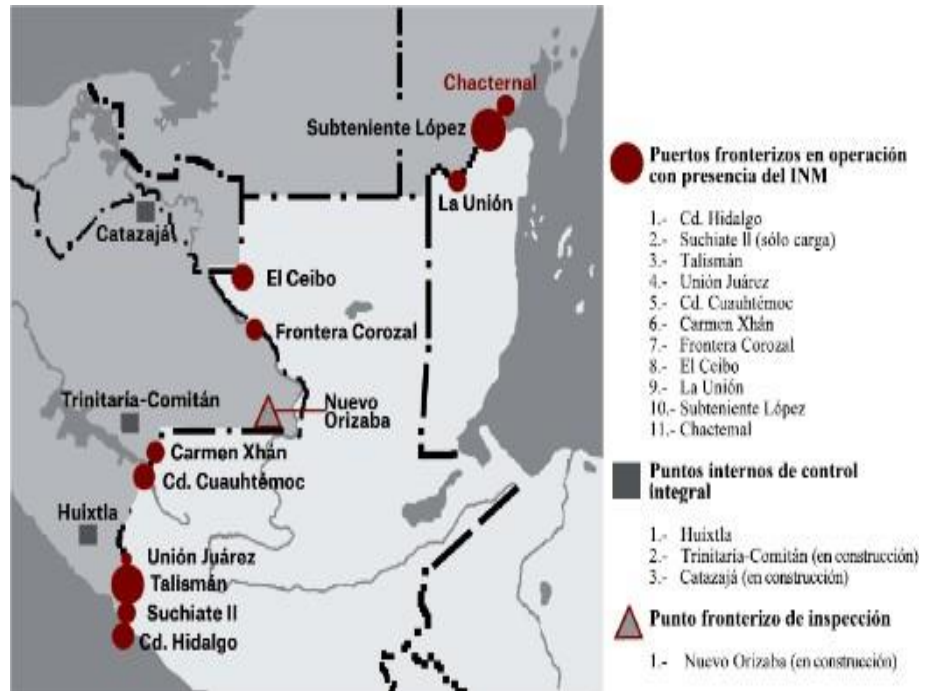
Suchiate, montañas, veredas selváticas y otros lugares inhóspitos. En ese sentido, es evidente la porosidad de la frontera y, por tanto, lugares de internamiento de alta peligrosidad.

Figura 1. *Frontera sur de México*

Nota. Puertos fronterizos de internación y puntos integrales de control migratorio, aduanal y fitosanitario.

Tomado de (ITAM, 2014, p. 30).

El tren, comúnmente llamado ‘La bestia’, data del siglo XIX. Sin embargo, en el siglo XX fue ampliado y cruza también los estados de Tabasco, Chiapas, Veracruz, Coahuila, Sonora, Chihuahua, Nuevo León, Baja California, y Tamaulipas. Recorre aproximadamente 5 mil kilómetros (Cantú y González, 2021, p.192). Tradicionalmente, la bestia fue el transporte idóneo para las personas que cruzaban México, ya que reducía los costos de traslados por todo el país; al subir de forma gratuita. Se calcula que en el año 2018 trasladó a 500 mil personas centroamericanas (Cantú y González, 2021: p.184; CNDH, 2018, p. 9). Son los hombres hondureños quienes utilizan en mayor proporción el ferrocarril (ITAM, 2014, p. 17).



Capítulo 3. Marco Teórico

Aquí se despliega el andamiaje conceptual que sustenta la investigación. Tras definir los conceptos de migración forzada, migración en tránsito y perspectiva de género, se introduce el concepto de estrategias de afrontamiento. El objetivo es ofrecer una base teórica sólida que permita interpretar los relatos de las mujeres migrantes.

3.1 ¿Qué es Migrar?

El concepto de migración es complejo y se ha trabajado desde al menos un siglo (Eisenstadt, 1954). Y aunque a veces se prefiere ignorar u obviar el concepto, es importante definirlo, aunque parezca una tarea imposible. Herrera (2006) señala con respecto a la poca precisión del concepto:

“Esta vaguedad conceptual ha promovido grandes dificultades en la comprensión del fenómeno, así como en su cuantificación y análisis estadístico. Ha entorpecido la contribución interdisciplinaria y fomentado la dispersión de los esfuerzos de los investigadores, incluyendo los recursos asignados para estos fines” (Herrera, 2006; p.

16)

Creo que la definición del concepto es importante al menos como marco de referencia, para ubicarnos. Migrar, en su definición etimológica, proviene del latín ‘migro’, que significa cambiar de lugar, aplicable a los animales, personas y cosas. Aquí encontramos implícita una cualidad de movimiento de un lugar a otro y podemos identificar que la migración es un proceso que implica movilidad o un cambio de residencia. Resulta claro que su principal característica es la movilidad.

Se tomará aquí la migración como un proceso de movilidad de un espacio a otro, con origen y destino separados por una distancia que implica el cruce de fronteras geográficas y, con ello, la inserción en nuevos contextos socioculturales. Un proceso en el que se

“puede establecer redes, entendidas estas como el entramado de elementos facilitantes del proceso migratorio tanto en la sociedad emisora como en la receptora” (Herrera, 2006, p. 31).

Aunando a este concepto, el reconocimiento de posiciones desiguales de poder geográfico y cultural, se torna importante en la migración. Pues hace referencia a

“movimiento desde los países subdesarrollados, desde las regiones del despojo hacia los centros del capital, donde se supone habrá posibilidades laborales y por tanto de mejora” (Vega, 2018, p. 59).

Pero, una vez que se integran más variables para precisar o categorizar el concepto de la migración, se complejiza la definición misma. Por ejemplo, al preguntarnos por aspectos como el país de expulsión y de atracción, la temporalidad, las causas, las consecuencias y la intersección entre estos aspectos, se torna más compleja la definición.

3.2 Migración Forzada

La migración forzada se ha empezado a estudiar a raíz de la llegada a México de grandes contingentes de personas provenientes de Centroamérica, sobre todo de Honduras, El Salvador y Guatemala. La definición de migración forzada se encuentra en debate, ya que existen elementos a considerar como las razones del desplazamiento y quiénes son las personas que enfrentan este fenómeno. La Organización Internacional para las Migraciones (OIM, 2019a) ha intentado hacer un acercamiento teórico a este concepto. Señala que la migración forzada se puede entender como:

“Movimiento migratorio que, si bien puede estar propiciado por diversos factores, entraña el recurso a la fuerza, la coacción o la coerción” (p. 126).

En el caso de Centroamérica, Camargo (2014) observa que la decisión de migrar en esta modalidad de fuerza, coacción y coerción, se divide en: 1) contexto violento,

criminalidad e inseguridad; 2) razones económicas, derivadas de la desigualdad, pobreza y precariedad; y 3) reunificación familiar (p. 38).

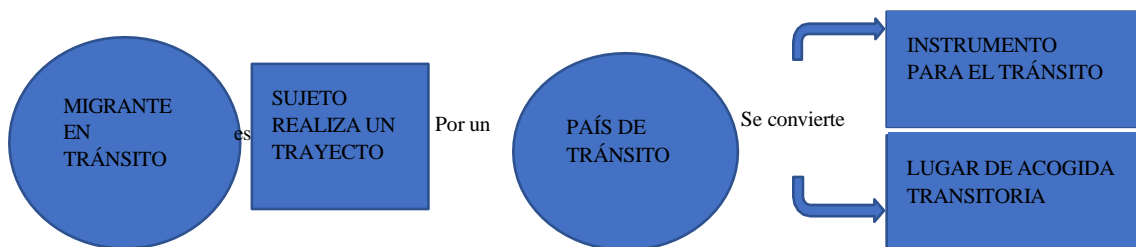
3.3. Migración en Tránsito

La migración en tránsito se inserta directamente en el fenómeno global de la migración. Este concepto se empezó a utilizar en 1990 debido al uso del concepto *Estado en tránsito*, por parte de las Naciones Unidas, para referirse a los Estados por donde pasarían las personas hasta su destino final (ONU, 1990). En estudios más recientes, como los de Vega (2018), se define a la migración en tránsito como:

“El proceso social que resulta a partir de un flujo de personas migrantes que necesitan pasar por uno o varios territorios geográficos intermedios, entre su país de origen y el país de destino, donde están implicadas sus fronteras. Dicho proceso se configura por elementos que son condicionados por el contexto histórico y social en que se produce”. (Vega, 2018, p. 72)

Vega (2018) señala que el país de tránsito en esta lógica se desempeña en dos direcciones: 1) como instrumento para el tránsito y 2) como un lugar de acogida igualmente transitoria. Esto se puede ver en la Figura 2.

Figura 2. Migración en tránsito.



Nota: Elaboración propia a partir del texto “Migración de tránsito y acción humanitaria” (Vega, 2018).

De esa forma, el tránsito puede ser visto como el limbo en el proceso migratorio, ya que no corresponde ni al país de origen ni al destino. Sin embargo, es una fase del proceso en el que las personas pueden permanecer por tiempo indefinido, y en donde pueden ver mayormente vulnerados sus derechos humanos. Vega (2018) establece la migración en tránsito como:

“proceso social estructural y coyuntural mediante el cual la población emigrante en ruta hacia el lugar de destino tiene que cruzar, en situación migratoria regular o irregular, una o más naciones con una temporalidad variable pero limitada. Cuando es irregular se suman las condiciones de riesgo, invisibilidad y por ello de vulnerabilidad, de ahí que frecuentemente sean violados sus derechos humanos elementales. En algunos casos se puede dar una transición a una estancia de mayor duración e incluso casi permanente.” (p. 73)

3.4 Sistema y condiciones de Refugio en México

El establecimiento del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR) en 1950, y la Convención sobre el Estatuto de los Refugiados de 1951, constituyeron hitos en la definición legal de la categoría de refugio. Según dicha Convención, el refugio se entiende de la siguiente manera:

“Debido a fundados temores de ser perseguida por motivos de raza, religión, nacionalidad, pertenencia a un determinado grupo social u opiniones políticas, se encuentra fuera del país de su nacionalidad.” (Forina, 2022, p. 42).

La categoría surge como respuesta a los desplazamientos masivos provocados por conflictos bélicos, en el contexto europeo de la Segunda Guerra Mundial y la caída de federaciones comunistas. Así,

“el horror que representaron los acontecimientos de la guerra impulsó la adopción de la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948”, la

cual establece en su artículo 14.1 que "en caso de persecución, toda persona tiene derecho a buscar asilo, y a disfrutar de él, en cualquier país". (Forina, 2022, p. 41).

Este marco jurídico sentó las bases para la protección internacional de los refugiados. Sin embargo, con la llegada del siglo XXI, la categoría de refugiado se expandió a nivel global, dejando de estar limitada al contexto europeo y reclamando una definición más amplia. En ese sentido, la categoría de refugiado ha sido objeto de críticas. Forina (2022), menciona que:

"La Convención de Ginebra de 1951 ha sido acusada de tener un carácter androcéntrico, ignorando las experiencias específicas de las mujeres en situaciones de desplazamiento forzado" (p. 38).

Indra (1989) argumenta que la persecución por razones de género, la violencia sexual y prácticas como la mutilación genital femenina no fueron inicialmente consideradas dentro del marco de protección. Pero, en algunos contextos regionales, las definiciones se han ampliado. Por ejemplo, la Declaración de Cartagena incluye como causas del refugio,

"la violencia generalizada, la agresión extranjera, los conflictos internos, la violación masiva de los derechos humanos y otras circunstancias que hayan perturbado gravemente el orden público" (Forina, 2022; p. 45).

En los últimos años, se ha alcanzado un número histórico sin precedentes de solicitudes de condición de refugio en México. En el año 2019, se realizaron 70,314 solicitudes, marcando el primer punto de inflexión y un hito en la historia de la migración a México en el siglo XXI (ITAM, 2014). Hasta mayo de 2023, se dieron 57 mil solicitudes de refugio (OMI, s/f). Para que una persona sea reconocida como refugiada bajo el derecho internacional, debe cumplir ciertos criterios establecidos por la Convención de 1951 y su Protocolo de 1967:

- Persecución individualizada: Debe existir un "fundado temor" de persecución por razones específicas (raza, religión, nacionalidad, pertenencia a un grupo social u opiniones políticas).

- Extranjería: La persona debe encontrarse fuera del país de su nacionalidad y no poder acogerse a su protección.
- Imposibilidad de retorno: La persona no puede o no quiere regresar debido al riesgo de persecución.

Una vez realizada la petición de refugio, y admitida por la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR) –institución creada *ex profeso* en 1980 que se encarga de atender a las personas que piden refugio en México-, la persona solicitante no puede ser deportada. Con su proceso viene solicitar la tarjeta de visitante por razones humanitarias (TVRH) ante el Instituto Nacional de Migración, lo que permite trabajar y moverse por México por un año. El solicitante debe pasar una entrevista para revisar sus fundamentos para pedir refugio, se estudia el caso y da una resolución. En caso de que sea aceptada la solicitud, se tramita su residencia permanente en México como refugiado. En caso de ser denegada, se puede apelar. Pero también se da el desistimiento y abandono del proceso por ser largo y pesado.

Existe evidencia empírica que señala la dificultad para concretar este estatus en México (Gamment, Hansen & Tan, 2017). La burocracia, lo largo del propio proceso, el nulo acompañamiento económico para esperar largos meses sin poder acceder a un empleo formal, y los obstáculos de residir en un país con problemas muy graves de inseguridad, hacen que algunos autores hablen de esperas prolongadas para frenar la posible migración a Estados Unidos. Además, en esos procesos suele existir un halo de sospecha constante ante los dichos de los solicitantes. Gamment, Hansen & Tan (2017), hablan de mecanismos de disuasión bien instrumentados, para inhibir el que las personas pidan refugio en México, y luego su reasentamiento en los Estados Unidos de Norteamérica.

En el caso de una solicitud aceptada de refugio, la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR), cuenta con un “programa de integración local” (PIL) para las personas refugiadas en México. El PIL es una iniciativa apoyada y financiada por los Estados Unidos de Norteamérica y México que ofrece: ayuda en efectivo, acceso a vivienda,

revalidación de estudios, capacitación y colocación laboral, así como apoyo psicosocial (ACNUR, 2020; ACNUR, s/f).

3.5 Reasentamiento en un tercer país

El Pacto Mundial sobre los refugiados crea la “Estrategia Trienal sobre Reasentamiento y Vías Complementarias” para el reasentamiento en un tercer país seguro. Esa estrategia se empieza a implementar en el año 2019. La agencia de la ONU para los refugiados, publicó las vías para acogerse a la admisión de refugiados en terceros países, que implica una opción al refugiado para reconstruirse (ACNUR, 2019). Sin embargo, el proceso de reasentamiento es largo, y en algunos países deben esperar en campamentos de refugiados, albergues, y otros. La espera en ese limbo dificulta a las personas hacer una vida a corto plazo. Ese proceso solo puede ser solicitado en el caso en donde aún en el país de refugio la seguridad no lograr ser garantizada, y la vida sigue corriendo riesgo.

3.6 Los Albergues para Migrantes en México: Tipos y Alcances

Desde la década de 1990, México cuenta con las llamadas ‘Estaciones Migratorias’, que son albergues institucionales que se plantean como centros integradores del Instituto Nacional de Migración (INM). En 2014, México junto con otros 37 países adopta el Consenso de Montevideo, un acuerdo intergubernamental de la región. En ese acuerdo, los Estados se comprometen a:

“Proteger decididamente los derechos humanos, evitando toda forma de criminalización de la migración, garantizando el acceso a servicios sociales básicos, de educación y de salud, incluida la salud sexual y la salud reproductiva cuando corresponda, para todas las personas migrantes, independientemente de su condición migratoria, prestando particular atención a los grupos en condición

de mayor vulnerabilidad, entre ellos, los menores no acompañados, las personas que se desplazan en situación irregular, las mujeres víctimas de la violencia, las víctimas de trata, las repatriadas y las que se desplazan forzosamente buscando refugio” (CEPAL, 2013b).

En ese contexto, las Estaciones Migratorias se han sumado a los esfuerzos del “Consenso de Montevideo” y al “Pacto Mundial para la Migración Segura, Ordenada y Regular” que México ha ratificado. En sus instalaciones se pueden alojar de forma temporal hasta por 15 días, y en casos especiales hasta 60 días. Las estancias más grandes son Acayucan, Veracruz, Tapachula, Chiapas, e Iztapalapa en la Ciudad de México. Esas estaciones intentan apoyar el tránsito, y más recientemente, a las personas solicitantes de refugio en México y en Estados Unidos, que esperan la resolución de su situación migratoria en México. Ante la demanda tan grande, se han creado las Estancias Provisionales tipo A, para estancias de 48 horas, y Estancias Provisionales B, con una estancia máxima de 7 días (OMI, s/f). Para el caso de niños, niñas y adolescentes, existe la “Red de Módulos y Albergues” integrados por los sistemas estatales y municipales para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF). Sin embargo, estos espacios han sido objeto de múltiples denuncias por no velar por los derechos humanos de las personas. Muestra de ello es lo ocurrido en el año 2024, en la estación migratoria ubicada en Ciudad Juárez, en donde a causa de un incendio fallecieron 40 personas migrantes y 27 resultaron heridas (SRE, 2024).

Se estima que existen en México albergues dirigidos por organizaciones de la sociedad civil (ONG’S), así como organizaciones eclesíásticas, que cuentan con 103 albergues, en los que se recibe a la población migrante que ingresa al país de forma irregular (ITAM, 2014). La mayoría de esos albergues se encuentra en estados de la frontera, tanto sur como norte, pero la expansión de la ruta migratoria ha causado la dispersión de más albergues. Por esto, espacios donde la movilidad no se evidenciaba tanto en un principio, ahora cuentan con albergues. Un ejemplo de ello es el estado de Querétaro. En la ciudad de Querétaro existían al momento de la investigación, dos albergues de este tipo: uno de ellos ofrece un día de estancia, atención humanitaria y orientación básica, y el otro, de mayor

importancia y de corte religioso, recibe personas solas, grupos familiares, infancias y adolescencias acompañadas, y cuenta con una atención integral que ofrece estadía de corto, mediano y largo plazo, atención humanitaria, atención jurídica y atención psicosocial.

En esos espacios, se cubren necesidades básicas como techo, comida, atención médica, asesoría legal y administrativa. Pero en esos albergues también se recibe a niños, niñas y adolescentes acompañados. En el caso de menores de edad extranjeros, se debe valorar la protección internacional. En tal caso, se notifica a la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR), para canalizarse a un albergue temporal del Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF). Los albergues se distribuyen en todo el territorio nacional. Por supuesto, existen grandes diferencias entre estados, así como cobertura y calidad del servicio. Estos albergues encuentran su mayor financiamiento en donadores, participando en concursos, e incluso en financiamiento auto-gestionado vendiendo productos. Su personal se encuentra en su mayoría cubierto por voluntariado a quien no se les ofrece un salario, pero reciben estadía, comida, capacitaciones constantes y en algunos casos seguro médico. En general, ACNUR ha sido donador de proyectos en torno a la migración en México.

3.7 Género y Migración

Para priorizar las múltiples voces de las mujeres y privilegiar sus estrategias, es imprescindible partir de un enfoque de género en el estudio de la migración, ya que permite comprender las desigualdades y las experiencias específicas de las mujeres migrantes asociadas a su identidad de género. El género es una representación social en la que se encasilla el ser hombre y el ser mujer.

“El concepto de género emergió para designar todo aquello que es construido por las sociedades para estructurar, ordenar, las relaciones sociales entre mujeres y hombres. Al basarse estas relaciones, estas construcciones sociales y simbólicas en la diferencia sexual, se estructuran relaciones de poder cuya característica esencial es el dominio masculino. No obstante, el género no nos enfrenta a una problemática exclusiva de las mujeres. Hablar de género, significa “desnaturalizar las esencialidades” atribuidas a las personas en función de su sexo anatómico (y todos los significados y prácticas que conlleva), en cuyo proceso de construcción han sido las mujeres las menos favorecidas en las relaciones sociales hombres-mujeres, en tanto el pensamiento binario que caracteriza la generalidad de las culturas atribuye a lo “natural” lo que desvaloriza (en este caso las mujeres) en el par de opuestos naturaleza-cultura. En tanto construcción sociocultural, detrás del género lo que existen son los símbolos, la ideología (sustentados en un orden material) que busca establecer un orden social: instaurado el patriarcado, busca perpetuar la dominación masculina a través de los más diversos mecanismos objetivos y subjetivos” (Hernández, 2006: p. 4).

Así pues, las diferencias entre los géneros son de carácter social, enmarcadas en un proceso histórico que:

“ha privilegiado el papel del varón y constituye roles sociales que favorecen a los privilegiados: el sistema patriarcal” (Villanueva, 2013, p. 100).

Bajo ese enfoque se analiza cómo el género influye en los procesos migratorios. Algunos temas clave en el enfoque de género en la migración han incluido la violencia de género, la discriminación y las experiencias diferenciadas entre hombres, mujeres y disidencias de género en su cruce.

Es importante reconocer que la migración como fenómeno afecta tanto a hombres como a mujeres y disidencias de género. Sin embargo, les afecta de manera diferenciada. Esa perspectiva nos ayuda a visibilizar las experiencias específicas de las personas migrantes en

función de su género, poniendo énfasis en que las mujeres migrantes son sujetas de agencia. Globalmente, las mujeres han migrado junto con los hombres principalmente en lógicas familiares. Debido a esto:

“se piensa que las mujeres siguen a los hombres en sus migraciones”
(Cosío & Gómez, 2016, p. 20).

Con ello, se asume que toda su movilidad, asentamiento, integración e incluso retorno se encuentran condicionados por las decisiones de los hombres. Sin embargo, asumir esa posición implicaría ignorar la propia dinámica de la migración femenina actual (ver Figura 3).

Figura 3. Mujeres migrantes internacionales en el mundo.



Nota: Tomado de INMUJERES (s/f) “Mujeres y movilidad migrante en México, Informe de políticas prioritarias”

En ese sentido, cada vez se visibiliza más la participación de las mujeres en los flujos migratorios y se destaca que no sólo siguen a su cónyuge, sino que migran también, entre otras razones, para obtener un empleo y autonomía económica que las ayuda a romper lazos de dependencia económica y de violencia en sus lugares de origen (Cantú y González, 2021, p. 192; Cosío & Gómez, 2016, p. 23). Se debe considerar que las migraciones femeninas se

encuentran atravesadas por riesgos propios del tránsito irregular (clandestinidad, inseguridad, etc.), pero también por riesgos que corresponden al ser ‘mujer’. Es decir, riesgos asociados al género.

“Una mujer que decide salir de su hogar y encontrarse en un espacio de varones se hace acreedora de sanciones sociales y de riesgos exclusivos de mujeres” (Villanueva, 2013, p. 105).

Entre esos riesgos resaltan, como ya se señaló, la violencia sexual por parte de ciertos hombres que se encuentran en su camino, la trata y el tráfico, el acoso sexual, el feminicidio, la solicitud de favores sexuales en diversas situaciones, entre otros. En un estudio empírico se señaló el caso de un hondureño que, al no tener redes de apoyo en los Estados Unidos para obtener dinero por su secuestro, dejó como garantía de pago un familiar para cubrir la deuda (ITAM, 2014, p. 23). Esto es particularmente peligroso en el caso de las mujeres, pues dejarlas “en prenda” puede ser el inicio de la trata de personas con fines de explotación laboral y sexual (ITAM, 2014, p. 24).

3.8 Migración Femenina Centroamericana

La migración de las mujeres es un fenómeno cuyo estudio ha ido en aumento, siendo un componente significativo de los flujos migratorios internacionales. Según un resumen ejecutivo del Informe sobre las Migraciones en el Mundo, de la Organización Internacional de las Migraciones del año 2022,

“En el año 2000, las mujeres migrantes internacionales representaban el 49,4% de todos los migrantes internacionales” (OIM, 2022a).

Este incremento refleja una presencia sostenida de mujeres en esos flujos, que no sólo migran por motivos de reunificación familiar, sino también para integrarse al mercado laboral en países de destino y otros motivos.

Sobre la migración femenina centroamericana que llega a México en un primer momento de forma irregular, es complicado cuantificarla. Sería importante un cruce de información entre las personas que llegan a la frontera a México, las que piden refugio, las que piden reasentamiento en un tercer país, las que se quedan de forma irregular y las que deciden ir a Estados Unidos de diversa forma. Se sabe que las migrantes centroamericanas intentan hacer el cruce por México en el menor tiempo posible para prevenir y esquivar situaciones peligrosas. En promedio intentan que sea menos de un mes (ITAM, 2014, p.16). Aunque la realidad se impone en esos planes. Además, intentan no tener que trabajar en México, a menos que no tengan dinero, redes o parientes en Estados Unidos de Norteamérica que les puedan mandar dinero. Entre los transportes más usados por ellas se encuentra el camión de pasajeros. Se intenta evitar el ferrocarril, ya que es el transporte más conocido y, por tanto, tiene mayores controles y vigilancia de parte de la empresa, las autoridades, y los grupos delincuenciales.

La internación por territorio mexicano no es fácil. En muchos estudios empíricos se han podido registrar lugares considerados ‘focos rojos’ donde se agrede de forma sistemática a las mujeres migrantes. Entre esos lugares se ha podido registrar: 1) Veracruz: Poza Rica, Boca del Río; 2) Chiapas: Tuxtla Gutiérrez y Huixtla; 3) Tamaulipas: San Fernando, Miguel Alemán, Matamoros, Reynosa y Nuevo Laredo (Cantú y González, 2021, p.194). En dichos lugares se teme por violaciones sexuales, trata con fines de explotación sexual, y hasta amputaciones por negarse a ello (ITAM, 2014, p. 17).

Según Díaz y Kuhner (2007), las mujeres adoptan formas más clandestinas que los hombres para viajar por esa misma razón, por lo que la exposición a los riesgos debe ser estudiada cuidadosamente en rutas, medios de transporte y redes de apoyo disponibles. Entre los peligros se encuentran como ya se señaló anteriormente: exposición a violencia sexual (con riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual como VIH o quedar embarazadas), física y psicológica (extorsión), víctimas de asaltos y robos con o sin violencia, secuestro, tráfico de personas para fines de explotación sexual u otros, exposición a ciertos accidentes (carreteros y ferroviarios), quedar discapacitada, sufrir mutilación, ahogarse, etc. La separación familiar sin certeza de reunificación es también una

preocupación recurrente para aquellos que viajan con dependientes menores de edad, así como la negación de acceso a la justicia, reparación del daño y violación a otros derechos humanos (ITAM, 2014, p.24).

“Las mujeres son el flanco de ataque por parte del crimen organizado y de las pandillas de Centroamérica, en ellas recae todo el peso de las debilidades del tejido social” (Cantú y González, 2021; p. 185).

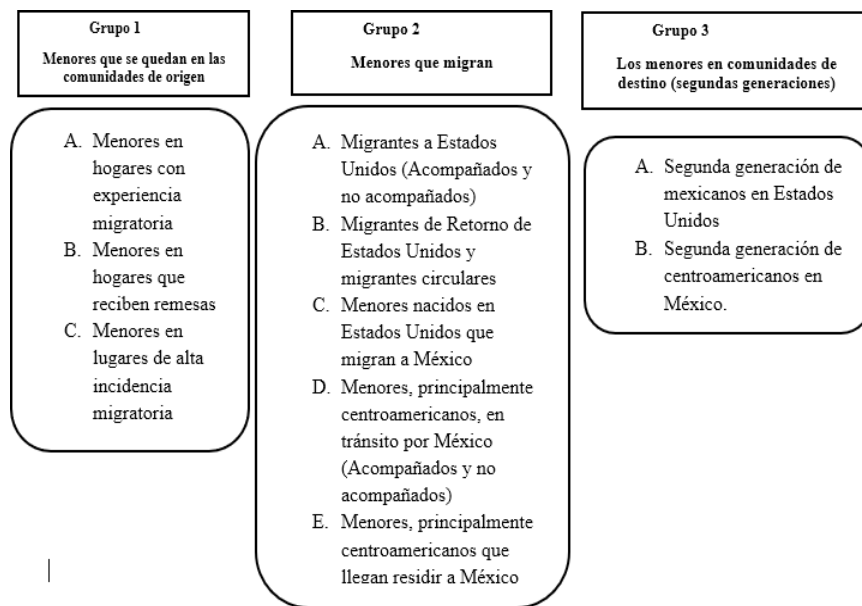
Además, las violaciones a sus derechos humanos se concretan por diversos actores y se alargan desde su país de origen, durante el tránsito, hasta la llegada. La posibilidad de evadir, resistir, o enfrentar los peligros y agresiones es limitada. Por supuesto, el evitar los peligros a toda costa es de las alternativas que se plantean, tanto acciones pequeñas como grandes. En general, se intenta pasar desapercibida para no llamar la atención de autoridades y grupos criminales. Por ejemplo, usar rutas menos vigiladas o usadas por los y las migrantes para no caer en manos de la delincuencia. Estos riesgos se ven agravados cuando las mujeres viajan con menores, ya que deben proteger no solo su integridad física, sino también la de sus hijos e hijas, enfrentándose a la falta de acceso a servicios básicos, la precariedad, la explotación, la violencia sexual, el poco o nulo acceso a cuidados para sus hijos e hijas, etc.

3.9 Mujeres Migrantes Centroamericanas con Niños, Niñas y Adolescentes (NNA).

Según Díaz y Kunher (2007), las mujeres toman la decisión de migrar para proteger a su familia. La gran mayoría deja a sus hijos en el lugar de origen. Pero, en los últimos años, migran también con sus hijos e hijas. Los niños, niñas y adolescentes son cada vez más alcanzados por la violencia de pandillas, la violencia intrafamiliar, entre otros. Esto es un hito importante pues en el pasado se creía que, por su rol social, a las mujeres les tocaba criar a sus hijos e hijas y cuidar de los y las mayores. Por tanto, no se consideraba que migraran y menos con sus hijos e hijas (ITAM, 2014, p. 25).

Las investigaciones en México sobre las infancias migrantes se han desarrollado por el gran auge de ese flujo¹. Múltiples estudios remarcan sus características (Gómez, 2019 y Hernández, 2013). La figura 4 basada en el estudio de Giorguli (2022), puede darnos mayor perspectiva. De la tipología que plantea la autora, nos centraremos en el Grupo 2, sub-grupo D y E. Es decir, menores, centroamericanos, en tránsito por México (acompañados) y menores centroamericanos que van a residir en México (acompañados).

Figura 4. Clasificación de menores migrantes.



Nota: elaboración propia con base en “La exposición de niños, niñas y adolescentes a la migración internacional en México y América Latina: Estimaciones y propuestas analíticas” (Giorguli, 2022)

La organización *Save The Children* (2018), presentó una lista de riesgos a los que se enfrentan todos los niños, niñas y adolescentes: acoso, corrupción, extracción de menores, violencia y abuso (físico, emocional, sexual), explotación sexual, matrimonio forzado, explotación laboral, lesiones, accidentes, ahogamiento en ríos, esclavitud por deudas,

¹En el análisis de los peligros que enfrentan las niñas, niños y adolescentes no acompañados en México, destacan Lugo y Cárdenas, 2019. Vargas (2018) propone un enfoque de estudios a partir del análisis de la “Resiliencia” para analizar a la niñez inmersa en este proceso. Ortega (2019) analiza la detención de la niñez migrante en México desde un marco legal.

confinamiento ilegal, encarcelamiento en centros de detención (con riesgo de abuso físico, sexual y emocional), deportación forzada o retorno sin la preparación adecuada, engaño y explotación por parte de contrabandistas, dejar atrás o perder a familiares y amigos, discriminación y falta de acceso a los servicios básicos, reclutamiento por fuerzas y grupos armados y separación familiar. Según Pavés Soto (2017), el flujo migratorio de niñas, niños y adolescentes (NNA) centroamericanos se ha intensificado en los últimos años. En México, conocer el número exacto de menores de edad en el flujo migratorio de tránsito es una tarea difícil debido a que la mayoría de las personas ingresan al país de manera irregular. El Instituto Nacional de Migración (INM, 2023), registró a los menores migrantes extranjeros que fueron canalizados en dos grupos: los de 12 a 17 años y los de 8 a 11 años. Este recuento abarca desde el año 2015 a 2022.

Figura 5. Flujo de menores



Nota: Tomado de Unidad de Política Migratoria Registro e Identidad de Personas, 2022.

El Instituto Nacional de Migración (INM) reporta que, durante el primer trimestre de 2023, fueron rescatados 34,489 menores migrantes, de los cuales 32,060 viajaban acompañados de un familiar (INM, 2023). Se sabe que existe un aumento de aquellos que viajan sin compañía de un padre/madre o familiar. En el caso de los salvadoreños, ellos

representan el mayor flujo de niños y niñas no acompañados (ITAM, 2024, p. 16). En Querétaro, la Unidad de Política Migratoria, Registro e Identidad de Personas de la Secretaría de Gobernación (2021), registró en el estado 1,766 personas en situación migratoria irregular, 94.8 % eran originarios de Honduras y Guatemala, de las cuales 11.9 % eran niños, niñas y adolescentes.

3.10 Estrategias de afrontamiento por México

Los estudios clásicos de las redes migratorias para cruzar ‘al otro lado’, tuvieron gran auge en la difícil época de la ‘migración indocumentada y la espalda mojada’ entre 1954-2010 de México a Estados Unidos. Fue una época dura, y por ello, las redes de apoyo clave para el éxito del cruce. Jorge Durand (2017) fue uno de los grandes estudiosos de este tema, y quien investigó con mayor profundidad esas redes. En ese sentido, las redes de apoyo se refieren a las personas y recursos (capital social) que una persona tiene a su disposición para recibir apoyo en momentos de necesidad. Además, Durand (2017) pudo identificar estrategias migratorias hoy en día muy conocidas como el uso de los ‘polleros’ para el cruce de forma irregular.

Sin embargo, el contexto cambió bastante en 40 años. Hoy en día, las condiciones son más duras para el cruce, esto debido al aumento y recrudecimiento de las políticas migratorias, impulsadas en gran medida por la intervención de EEUU. En la última década, la política de control migratorio impulsada por Estados Unidos se ha intensificado mediante acuerdos como la Iniciativa Mérida y el Programa Integral para la Frontera Sur, orientados a contener los flujos migratorios irregulares mediante vigilancia, persecución y restricciones al tránsito de personas en situación vulnerable. A ello se suma la implementación en 2019 de los Protocolos de Protección a Migrantes (MPP), con la colaboración del gobierno mexicano, y el programa “Quédate en México” que retuvo a miles de personas. Por tanto, esas redes que fueron clave para el éxito del cruce de los ‘paisanos’ hace 40 años; no se encuentran siempre disponibles para los y las migrantes centroamericanos en contextos actuales.

En los últimos años, se han empezado a posicionar los estudios referentes a las estrategias de afrontamiento de las personas migrantes centroamericanos en tránsito por México para llegar a los Estados Unidos. Esa línea de investigación busca centrarse en la resiliencia y la agencia del individuo, y su foco se encuentra en las personas con la capacidad de tomar decisiones conscientes y utilizar los recursos a su disposición, ya sean recursos personales (habilidades y conocimientos), recursos interpersonales (redes de apoyo social), o recursos institucionales (como leyes y regulaciones migratorias), desarrollando estrategias en respuesta a situaciones de alto riesgo, amenaza o desafío en su trayecto migratorio. Por ejemplo, podrían utilizar estrategias como cambiar su ruta, recurrir a la ayuda de organizaciones no gubernamentales para refugiarse, o incluso formar comunidades temporales para aumentar su seguridad durante el viaje. Para el caso de la migración centroamericana, autores como Torre y Mariscal (2020), o Yee-Quintero y Torre (2016), entre otros, estudian las ‘caravanas migrantes’ entendidas como estrategias para migrar frente a la ‘frontera vertical’ de México. Pero también para hacer frente a la

“presencia de delincuencia organizada que pretende sacar provecho de los migrantes que se movilizan en condiciones y bajo circunstancias que los hacen vulnerables” (Torre y Mariscal, 2020, p. 3).

Yee-Quintero y Torre (2016) estudian las estrategias migratorias de hondureños como formas en las que se enfrentan con los obstáculos inmediatos propios del cruce. Las estrategias migratorias se materializan en decisiones y acciones para sortear obstáculos propios de su tránsito migratorio y se dividen en: 1) *estrategias de prevención* (aquellas planeadas con anterioridad a una posible situación riesgosa), 2) *estrategias de acompañamiento* (redes o la búsqueda de personas cercanas que puedan ayudar), y 3) *estrategias de acción directa* (se realizan en el momento en el que se tiene la situación riesgosa).

3.11 Estrategias de Afrontamiento centradas en el problema, la emoción y la emergencia

Las estrategias de afrontamiento han sido conceptualizadas desde diversos puntos de vista (Della Mora 2006; Folkman y Lazarus, 1986). En este trabajo se retoma sobre todo las propuestas de Folkman y Lazarus (1986). Esos autores definen las estrategias de afrontamiento migratorio como los esfuerzos cognitivos y conductuales que los individuos emplean para manejar situaciones estresantes.

"el afrontamiento es un proceso dinámico mediante el cual los individuos manejan las demandas externas e internas que exceden sus recursos personales" (Folkman y Lazarus, 1986, p.572).

Folkman y Lazarus (1986), al examinar las estrategias de afrontamiento, plantean una tipología útil que aquí adaptaremos: 1) estrategias centradas en el problema, 2) estrategias orientadas a las emociones, y 3) estrategias emergentes.

Las estrategias centradas en el problema permiten al individuo afrontar la situación mediante la mejora de las circunstancias personales o del entorno a través de conductas constructivas y cambios en su comportamiento. Por otro lado, las estrategias enfocadas en las emociones están orientadas a gestionar la respuesta emocional generada por el incidente, mediante la adopción de comportamientos defensivos que buscan proteger al individuo de posibles consecuencias negativas. Por último, las estrategias emergentes son recursos límite como la negación, la desconexión mental, el humor, la resiliencia o el consumo de alcohol entre otros.

Si bien las estrategias de afrontamiento han sido tradicionalmente abordadas desde una perspectiva psicológica —centrada en los procesos individuales de manejo del estrés—, su aplicación en el estudio de la movilidad humana forzada requiere una lectura interdisciplinaria. En este contexto, el enfoque sociológico cobra relevancia al situar dichas estrategias dentro de marcos estructurales, permitiendo comprenderlas no sólo como respuestas individuales, sino como prácticas sociales configuradas en relación con las

condiciones materiales, los vínculos comunitarios, las instituciones y los actores que atraviesan el proceso migratorio. De ese modo, se supera una visión centrada exclusivamente en el individuo y se incorporan los determinantes sociales, económicos, culturales y políticos que influyen en la capacidad de las personas para enfrentar situaciones adversas. Así, en el presente análisis, las estrategias de afrontamiento no se evalúan desde criterios clínicos ni se jerarquizan en términos de eficacia psicológica, sino que se estudian como repertorios de acción inscritos en contextos sociales específicos, estructurados por las dinámicas de los territorios de origen, tránsito, acogida y destino, y profundamente mediados por las relaciones sociales de género.

En ese sentido, en el presente trabajo se entienden a las estrategias de afrontamiento como las respuestas individuales concretas, que se utilizan para salir adelante y resolver diversos problemas y obstáculos en su camino. De forma muy especial, se utilizan para reducir riesgos y tensiones en un contexto por demás complejo y peligroso. Las estrategias de afrontamiento se utilizan en un contexto concreto, pueden ser flexibles, tienen sus limitaciones, y no siempre garantizan el éxito.

Siendo los contextos de migración ampliamente estresantes y riesgosos, cuando las mujeres se desplazan acompañadas por sus hijos e hijas, las estrategias de afrontamiento adquieren una relevancia particular, ya que ellas deben gestionar no sólo su propio riesgo y estrés, sino también garantizar el bienestar y seguridad de sus hijos en entornos inseguros y precarios.

Se sabe que migrar con hijos e hijas aumenta considerablemente las demandas sobre las mujeres, quienes deben equilibrar las necesidades inmediatas, como la alimentación y la seguridad, con la carga emocional que implica proteger a sus hijos e hijas de los peligros asociados a la violencia y la explotación, factores comunes en los trayectos migratorios. Como menciona Izquierdo (2020), la forma en que los individuos enfrentan las dificultades de su entorno está estrechamente ligada a su capacidad para generar respuestas adaptativas que les permitan minimizar el impacto del estrés. En el caso de las mujeres migrantes, las decisiones que toman a lo largo de su recorrido no sólo están condicionadas por las

circunstancias que enfrentan, sino también por las necesidades de sus hijos e hijas, lo que obliga a la implementación de estrategias más complejas y diversificadas para asegurar su bienestar (Izquierdo, 2000; p. 5).

a) Estrategias Centradas en el Problema

Las estrategias centradas en el problema buscan modificar la fuente del estrés a través de la acción directa. Esto incluye esfuerzos para encontrar soluciones tangibles a las dificultades enfrentadas. En el caso de una mirada más social, diríamos que se trata de la búsqueda de empleo, el acceso a servicios de salud, la obtención de refugio seguro, y la regularización de su situación migratoria. Según Izquierdo (2020), las estrategias centradas en el problema están asociadas a mejores resultados en términos de adaptación, ya que les permiten a las mujeres ejercer cierto control sobre su entorno, reduciendo así la incertidumbre y promoviendo una mayor sensación de seguridad para ellas y sus hijos.

La búsqueda de redes de apoyo sería otra estrategia, tanto institucionales como informales, centrada en el problema. A través de albergues y organizaciones de ayuda, las mujeres migrantes pueden acceder a recursos materiales y psicológicos que les permiten afrontar los desafíos del tránsito migratorio. Esto es especialmente relevante cuando se trata de mujeres con hijos e hijas, quienes dependen de estos servicios para garantizar la alimentación, la seguridad y el bienestar emocional de sus menores. La participación en redes de apoyo también facilita el intercambio de información sobre rutas migratorias, derechos legales y oportunidades laborales, lo que contribuye a que las mujeres migrantes tomen decisiones más informadas y seguras para ellas y sus hijos.

b) Estrategias Centradas en la Emoción

Por otro lado, las estrategias enfocadas en las emociones están orientadas a gestionar la respuesta emocional generada por el incidente; mediante la adopción de comportamientos defensivos que buscan proteger al individuo de posibles consecuencias negativas. En el

contexto migratorio, donde muchas mujeres no tienen control sobre las condiciones adversas que enfrentan, estas estrategias son cruciales para mantener la estabilidad emocional. Gaeta y Martín (2009) destacan que las mujeres migrantes con hijos e hijas tienden a recurrir a prácticas religiosas para obtener apoyo emocional y espiritual, lo que les permite reducir los efectos negativos del estrés en su salud mental (Gaeta y Martin, 2009; p. 12). En particular, las prácticas religiosas ofrecen un marco de referencia que les ayuda a las mujeres a resignificar su experiencia migratoria como parte de un propósito mayor, lo que puede fortalecer su resiliencia emocional. Según Izquierdo (2020), esas estrategias les permiten a las mujeres mantener una perspectiva positiva frente a las adversidades, lo que es fundamental para preservar su bienestar emocional y el de sus hijos e hijas en situaciones extremas (Izquierdo, 2000; p. 14). Se ha planteado que las mujeres, en comparación con los hombres, tienden a utilizar con mayor frecuencia estrategias centradas en la emoción, debido a los roles de género que les asignan la responsabilidad de gestionar las emociones y el bienestar familiar (Gaeta y Martín, 2009).

c) Estrategias Centradas en la Emergentes

Las estrategias emergentes, han surgido como respuestas adaptativas frente a la hostilidad. La resiliencia se refiere a la capacidad de las personas para adaptarse a circunstancias adversas y superarlas, lo cual es especialmente importante en contextos de movilidad forzada. Las estrategias emergentes pueden ir desde desarrollar el manejo del estrés de forma efectiva, redes de apoyo puntuales que también permiten a las mujeres compartir información clave sobre los riesgos en las rutas migratorias, las formas de protegerse contra la violencia sexual, y las maneras de garantizar el bienestar de sus hijos e hijas. La colaboración entre las mujeres en tránsito es una forma de resistencia frente a los actores hostiles y las condiciones estructurales que perpetúan su vulnerabilidad (Izquierdo, 2020, p. 16). Pero también se cuenta la desconexión mental o negación de la realidad, humor, consumo de alcohol, entre otros.

3.12 Género y Estrategias Migratorias

La perspectiva de género es fundamental para analizar cómo las mujeres migrantes enfrentan las demandas del proceso migratorio. La violencia sexual es un riesgo constante para las mujeres en tránsito, y muchas de ellas desarrollan estrategias para minimizar este peligro, como evitar ciertos lugares, viajar en grupos, buscar la protección de otros migrantes, o la planificación detallada. Villanueva (2013) menciona que apoyar a un varón para a su vez tener protección es una de las estrategias que usan las mujeres migrantes centroamericanas. La autora ejemplifica:

“una salvadoreña de 25 años, quien viajaba con su novio y amigos, optaba por no comer para dejarles la comida a ellos (los varones del grupo)” (Villanueva, 2013, p. 111).

En ese caso, la estrategia implica dar prioridad a su ‘compañero’ y sus amigos. (Díaz y Kuhner, 2007) , estudian las estrategias migratorias de las mujeres ecuatorianas. Entre las estrategias migratorias frente al contexto adverso se ha detectado también la búsqueda de un varón protector, aunque el apoyo sea limitado, y tiendan a ser abandonadas en el transcurso del trayecto al tener rutas diferentes, considerarlas una carga, débiles y causantes de ir más lento, entre otros factores. Esto las coloca de nuevo en una situación de riesgo. Ya que da pie a que se les exija sexo a cambio de esa protección. Bronfman, Leyva y Negrori (2004) destacan que,

“la mujer migrante es vista como alguien que está disponible para tener relaciones sexuales, o que podría estar dispuesta a tenerlas como forma de facilitar su trayecto migratorio” (p. 372).

Otra estrategia reconocida a través de los estudios empíricos es la formación de redes de apoyo entre mujeres migrantes. Esas redes permiten compartir recursos, información y estrategias para enfrentar los desafíos durante la migración. Torre (2021) subrayan que esas

redes refuerzan la capacidad de las mujeres para enfrentar la violencia y la explotación, al ofrecer apoyo emocional y práctico.

Capítulo 4. Método

Este capítulo detalla el diseño cualitativo y justifica la elección del enfoque de estudio de caso para profundizar en experiencias individuales. Se describen los criterios de selección de participantes, los procedimientos de recolección de datos (entrevistas en profundidad presenciales y virtuales), y las técnicas de sistematización y análisis (narración en capas, matrices temáticas). Además, se abordan las consideraciones éticas, el proceso de obtención de consentimiento informado y las estrategias para garantizar la validez y la confiabilidad del estudio.

La presente investigación es de corte cualitativo. La elección de esa metodología se fundamenta en la necesidad de explorar y describir de manera detallada de voz de las propias mujeres, sus experiencias y las estrategias de afrontamiento utilizadas para migrar con sus hijos e hijas durante el tránsito por México. Dichas estrategias de afrontamiento migratorias de las mujeres que van con sus hijos e hijas se entienden como manifestaciones de la agencia de la persona en tránsito, que adaptan y utilizan sus recursos personales, interpersonales e institucionales para hacer frente a los riesgos y desafíos que pueden surgir durante su travesía migratoria en un entorno peligroso en un momento y contexto determinado (Torre y Mariscal, 2021; Díaz, 2012). Por ello, para poder acercarse a ese objetivo, se propone una investigación

“cualitativa para privilegiar el análisis de la experiencia de las personas.
Es decir, interesa rescatar desde su propia voz, lo que piensan y sienten”
(Hennink, Hutter y Bailey, 2011: p. 44).

4.1 Diseño o Método de Investigación: Estudio de Caso

El estudio de caso se centra en conocer el caso específico de una persona o un grupo para comprender un fenómeno concreto en un contexto particular. Existen clasificaciones como el estudio de caso único, que se trabaja a partir de un solo caso; y se justifica con la particularidad excepcional del caso en cuestión. Existen también estudios de caso múltiples, donde, como su nombre lo indica, se usan varios casos para estudiar y describir una realidad. Existen, a su vez, diferentes modalidades tales como el estudio de caso exploratorio, descriptivo o el interpretativo (en el caso de querer contrastar una teoría concreta). Los objetivos generales de un estudio de caso son: 1) lograr un razonamiento inductivo a partir de la observación; y la recopilación de datos. La idea es generar hipótesis o teorías. 2) Describir, explorar y evaluar situaciones concretas. Además, el estudio de caso se basa en la recopilación de información a través de técnicas de investigación como entrevistas a profundidad, observación participante, entre otros.

En ese sentido, difiere de la historia de vida o el método biográfico en el sentido en que la historia de vida o biografía se plantea un levantamiento de datos de más largo alcance y calado en el tiempo (Goodson, 2004). Y aunque el estudio de caso y la historia de vida se interesan por conocer la voz de quienes históricamente se les ha negado esa voz, y permiten conocer los puntos de vista de las personas que no se inscriben en los espacios dominantes (tv, radio, internet, etc.), uno lo hace de forma concreta en el tiempo (estudio de caso), y otro, a lo largo del tiempo (historia de vida).

Para Cazau (2006), una investigación cualitativa puede contener aspectos tanto exploratorios o descriptivos. Las fases exploratorias

“ordinariamente anteceden a los otros porque sirven para empezar a conocer el tema” (Cazau, 2006, p. 26).

Es decir, se utiliza cuando se tiene un tema relativamente desconocido o poco estudiado. En este sentido, esta investigación se posiciona en una fase exploratoria y descriptiva. La función principal de los estudios exploratorios se encuentra en generar

conocimiento suficiente como para identificar variables relevantes. Posteriormente, se enmarcará en una fase descriptiva de las prácticas y estrategias de afrontamiento, buscando ¿cuál es la estrategia? y ¿en qué consiste? Para lograr esto se realizó la transcripción y codificación de las entrevistas en Atlas ti, para posteriormente brindar una presentación y análisis de los resultados bajo la técnica de narración en capas. En síntesis, el método o diseño de investigación utilizado en la investigación es el *estudio de caso múltiple, exploratorio y descriptivo*. La unidad de análisis son las estrategias de afrontamiento, que se organizan a través de una matriz de indicadores. Y, como ya se señaló, la organización de la información, después de su transcripción, se hizo a través de la narración por capas.

4.2 Técnica: Entrevista a Profundidad

Se elaboró, como instrumento para el estudio de caso múltiple, exploratorio y descriptivo, una entrevista a profundidad siguiendo una guía semiestructurada con preguntas abiertas (Ver Anexo 2). Las variables se encuentran descritas ampliamente en la matriz de indicadores. La creación de la batería de preguntas para las entrevistas a profundidad se llevó a cabo con una meticulosa consideración hacia la necesidad imperante de evitar cualquier forma de revictimización o juicio de valor. La perspectiva de género guía la selección de temas, asegurando una comprensión de las dinámicas particulares que enfrentan las mujeres en el contexto migratorio, sin perpetuar estereotipos o roles preconcebidos. Asimismo, se procuró formular preguntas de manera abierta y respetuosa, brindando un espacio para que las participantes compartan sus experiencias de manera libre. Esta cuidadosa elaboración de la batería de preguntas responde a la ética investigativa, reconociendo la importancia de resguardar la integridad y dignidad de las mujeres migrantes, mientras se obtiene información valiosa sobre sus estrategias de afrontamiento (Ver Anexo 2.).

4.3 Población Objetivo

Se realizaron entrevistas a cinco mujeres migrantes en su tránsito por el estado de Querétaro, entre diciembre de 2023 y abril de 2024. Un criterio fundamental para su inclusión

en el estudio fue que todas ellas viajaban acompañadas de sus infancias y/o adolescencias (entre 0 y 17 años), condición que constituye un eje central de esta investigación al permitir comprender las estrategias de afrontamiento desplegadas por mujeres que ejercen simultáneamente labores de cuidado en contextos de alta vulnerabilidad migratoria. La muestra se conformó por cuatro mujeres de nacionalidad hondureña y una guatemalteca, cuyas edades oscilaban entre los 20 y los 35 años. Una de ellas viajaba también con su cónyuge.

El número reducido de participantes (cinco mujeres) responde a una estrategia cualitativa de investigación en profundidad, donde el objetivo no es la representatividad estadística, sino la comprensión densa de las trayectorias, experiencias y significados construidos en cada caso por las mujeres en situación de movilidad. Las entrevistas permitieron acceder a narrativas ricas y complejas, que aportan elementos sustantivos sobre los procesos de toma de decisiones, vínculos afectivos, redes de apoyo y condiciones estructurales que atraviesan su tránsito por México.

Las mujeres fueron contactadas a través de un centro de apoyo al migrante de corte religioso en la ciudad de Querétaro, y en un proyecto de “Círculos de Mujeres Migrantes” en Querétaro, donde se colaboró como voluntaria y facilitadora para las infancias. Algunas se encontraban residiendo en el albergue de manera temporal, mientras que otras alquilaban habitaciones en diversos puntos de la ciudad mientras esperaban resolver su situación migratoria. Este criterio contextual –la localización física en el momento del contacto–, fue también determinante para la selección, lo cual se reconoce como una limitación de acceso, pero también como un reflejo de las posibilidades reales de vinculación ética y situada con las participantes.

Desde una perspectiva ética y de derechos humanos, la participación fue completamente voluntaria. Después de la creación de lazos de confianza con las mujeres se les explicó en un lenguaje claro el objetivo general de la investigación, la naturaleza académica del estudio, el uso exclusivo de los datos con fines investigativos y la confidencialidad de su identidad, enfatizando su decisión de participar o no, así como el nivel

de detalle con el que deseaban compartir sus experiencias, era completamente libre. Asimismo, se recabó consentimiento informado verbal, y escrito cuando fue posible, reiterando que podían suspender la entrevista en cualquier momento sin necesidad de justificación alguna. Este resguardo ético fue especialmente relevante considerando el carácter sensible de los temas abordados y la situación de vulnerabilidad de las mujeres entrevistadas.

Las entrevistas se realizaron de manera mixta: tres fueron presenciales (en espacios seguros y privados dentro del albergue o en zonas neutras y seguras de la ciudad), y dos mediante la plataforma Zoom, ajustándose a las condiciones de movilidad o disponibilidad de las participantes. La investigación se inscribe en los principios de la ética del cuidado² procurando minimizar riesgos y maximizar la agencia y la seguridad emocional de las mujeres que ofrecieron generosamente sus testimonios.

4.4 Matriz de Indicadores

Se retoman como base para la construcción de la matriz de indicadores la categorización de estrategias de afrontamiento planteadas ampliamente en el marco teórico. De esa forma, la matriz tiene indicadores que guían la investigación en consonancia con los objetivos y el instrumento utilizado. El sujeto se refiere a las mujeres, el Tipo de Estrategia, al afrontamiento, la Categoría (problema, emoción y emergencia), y Sub categoría, indicadores y preguntas específicas.

² “Concretamente en el campo de las ciencias sociales, la responsabilidad ética supone evitar daños a las personas que participan en las investigaciones, velando por su integridad, autonomía y dignidad” (Taborda & Brausin 2020). Aquí se aplicaron las premisa de la acción sin daño, el autocuidado y el cuidado a las mujeres participantes.

Tabla 1. Matriz de Indicadores por cada categoría de afrontamiento.

| <i>Sujeto</i> | <i>Tipo de Estrategia</i> | <i>Categoría</i> | <i>Subcategoría</i> | <i>Indicadores</i> | <i>Preguntas específicas</i> |
|--|---------------------------|---|--|---|--|
| <i>Mujeres migrantes con sus hijos e hijas en tránsito por Querétaro, México</i> | Afrontamiento | Estrategias de afrontamiento (centradas en el problema) | Respuesta directa a peligros y dificultades inmediatas | Acciones para proteger a las hijas e hijos de la violencia o enfermedades | ¿Cómo decides en qué lugares quedarte durante el viaje para protegerte tú y tus hijos? ¿Qué medidas tomas para evitar peligros específicos en el camino? |
| | | | Afrontamiento activo | Esfuerzos por reducir la situación estresante o el Riesgo | ¿Qué haces para mantenerte segura mientras avanzas en tu trayecto? |
| | | | Planificación | Planificar el curso de acción ante los retos | ¿Cómo decides la mejor forma de moverte de un lugar a otro en cada etapa del viaje? |
| | | | Búsqueda de apoyo instrumental | Consejos o información práctica | ¿Con quién hablas para saber qué ruta o lugar es seguro antes de seguir avanzando? |
| | | | Suspensión de actividades distractoras | Mantener el enfoque en resolver el problema del momento | ¿Qué dejas de lado para concentrarte en mantener el avance y la seguridad durante el viaje? |
| | | | Búsqueda de apoyo social | Buscar ayuda directa de alguien en quien confía | ¿Con quién cuentas para resolver alguna dificultad en el camino? |
| | | | Refrenar afrontamiento | Esperar o no actuar ante ciertos problemas | ¿En qué momentos decides no actuar y esperar para ver qué ocurre antes de tomar una decisión? |
| <i>Sujeto</i> | <i>Tipo de Estrategia</i> | | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Estrategias de afrontamiento (centradas en la emoción) | Manejo emocional y psicológico del estrés | Apoyo emocional en redes de otras mujeres migrantes. Reevaluación positiva de las dificultades | ¿Te apoyas en otras mujeres migrantes para sentirte acompañada? ¿Cómo logras darle sentido o ver algo positivo en las dificultades que enfrentas en el viaje? |
| | Religión | Incorporación de prácticas religiosas para enfrentar el estrés | ¿Hay oraciones o rituales que te ayuden a mantenerte fuerte durante el trayecto? |
| | Reinterpretación positiva y crecimiento | Ver las dificultades como oportunidad de aprendizaje | ¿Piensas que el viaje te está enseñando algo importante? ¿Qué lecciones sientes que has aprendido? |
| | Búsqueda de Apoyo Social Emocional | Buscar compañía emocional en otras personas | ¿Hay alguien en quien te apoyas emocionalmente para enfrentar los momentos difíciles en el camino? |
| | Aceptación | Aceptar lo inevitable de la situación migratoria | ¿Cómo manejas las partes del viaje que no puedes controlar? |
| | Centrarse en las emociones y desahogarse | Expresar abiertamente lo que siente | ¿Hablas con alguien o encuentras alguna manera de expresar lo que sientes durante el viaje? |
| Estrategias emergentes de Afrontamiento | Negación | Negarse a aceptar la realidad | ¿Hay situaciones que prefieres no pensar demasiado para seguir adelante? |
| | Resiliencia y redes de apoyo entre migrantes | Uso de redes solidarias entre mujeres para | ¿Te unes a otras mujeres para compartir los |

| | | | |
|--|--------------------------------|---|---|
| | | compartir recursos. Uso del humor y la colectividad para reducir el estrés | recursos y apoyarse mutuamente? ¿Usas la risa o compartir historias para hacer el viaje más llevadero? |
| | Desconexión mental | Desconexión psicológica para reducir el impacto del estrés | ¿Hay momentos en los que decides “desconectarte” para no pensar tanto en lo que viene? |
| | Desconexión conductual | Abstenerse de cualquier acción como respuesta al estrés | ¿Cuándo decides no hacer nada frente a alguna dificultad para manejar el estrés? |
| | Consumo de alcohol y drogas | Uso de sustancias para enfrentar el estresor | ¿En algún momento has considerado algún tipo de sustancia para aliviar la tensión del viaje? ¿Por qué? |
| | Humor | Hacer bromas sobre las dificultades como forma de enfrentamiento | ¿Te ayuda reír o bromear sobre los problemas con otras personas en el trayecto? |

Nota: Elaboración propia.

4.5 Primera Consideración: El Sujeto Cognoscente y la Investigación Exploratoria y Descriptiva

Para fundamentar nuestro enfoque metodológico, nos apoyamos en la perspectiva teórica de De Gialdino (2019), centrada en la relación entre el sujeto cognoscente y el sujeto conocido. Esa perspectiva nos permite adentrarnos en la comprensión de cómo el proceso de investigación no sólo involucra a la sujeta de estudio como una sujeta conocida a través de otras investigaciones y de lo que se ha dicho, sino también a la sujeta cognoscente, es decir, la sujeta con una realidad propia que puede o no encajar en la teoría. Identificarnos

con esa postura nos ayudó a ver hallazgos importantes y no encasillarnos dentro de marcos cerrados (De Guialdino, 2019).

Es decir, un elemento fundamental es la manera en que se conoce al sujeto, identificarlo como sujeto y no como objeto, sujetos con una realidad y una identidad anterior a la del investigador o investigadora. Por ello, se busca cierta horizontalidad en la investigación. Esto es importante debido a que en la investigación aquí propuesta encontramos diferentes mujeres históricamente estudiadas desde estructuras que se proclaman superiores a ellas, dejando de lado muchas veces sus voces, sus interacciones y su subjetividad como seres con agencia anterior al investigador o investigadora.

4.6 Segunda Consideración Metodológica Frente a la Investigación Descriptiva y Exploratoria con Mujeres Migrantes.

Ante este problema de investigación y frente a esta población de interés, reconozco que existe en mí una cercanía particular. Como mujer migrante que habla, trabaja y analiza las experiencias de otras mujeres migrantes, es inevitable asumir que esta posición genera un vínculo más íntimo con los relatos y las realidades que aquí se exploran. No se trata, sin embargo, de un sesgo que comprometa la validez del estudio, sino de una posición epistémica que informa una postura ética y metodológica sensible al contexto. Esta cercanía, lejos de diluir los criterios analíticos, propició una reflexión profunda sobre la manera más adecuada de llevar a cabo esta investigación. Y con “adecuada” no me refiero a una mayor eficiencia en la obtención de datos o a la optimización de recursos, sino a cómo investigar sin causar daño, cómo preguntar por hechos dolorosos sin violentar, y cómo construir espacios donde sea posible hablar del dolor sin reproducir violencias epistémicas o simbólicas.

Una de las principales consideraciones metodológicas y éticas en estudios con poblaciones en situaciones de alta vulnerabilidad es evitar el extractivismo académico, entendido como la práctica de sacar lucro económico, denostar, mentir o tergiversar la información, dañando a las personas o las comunidades, sin considerar la confidencialidad, la dignidad, la agencia y la seguridad de quienes participan en las investigaciones de tipo académico. Esta

investigación se ha guiado por el principio de la llamada *investigación sin daño*.³, que supone no sólo el respeto por los límites que las propias mujeres decidan trazar en la narración de sus historias, sino también el reconocimiento de la dimensión afectiva y política que implica abrir la palabra en contextos de incertidumbre, duelo o miedo.

En ese sentido, es importante aclarar que la protección frente a la revictimización no se convirtió en una forma de evitar preguntas para comprender el fenómeno de estudio, al contrario, implicó la rigurosidad investigativa que exige precisamente diseñar baterías de preguntas que, sin ser invasivas ni reabrir heridas de forma innecesaria, permitan en la medida de lo posible, abordar las dimensiones centrales del problema. Esta tarea requiere una preparación cuidadosa, tanto teórica como emocional, por parte de quien investiga⁴, así como una disposición ética para adaptarse a los ritmos, silencios y condiciones que las propias mujeres establezcan durante el diálogo.

En este caso, el proceso de recolección de información no se dio de manera instrumental o repentina, los espacios de conversación surgieron en un contexto de confianza previamente establecido, en algunos casos por relaciones sostenidas en el albergue donde se trabajó, mediante vínculos que se desarrollaron a lo largo del proceso de contacto. Esta construcción de confianza fue el terreno sobre el cual se levantaron las entrevistas: espacios seguros de escucha mutua donde la palabra emergió no como dato, sino como testimonio.

Reconozco que habría deseado contar con más tiempo y con una muestra más amplia, pero la limitación en el número de entrevistas no fue producto de desinterés o de desorganización metodológica, sino de una decisión consciente de priorizar el respeto, la empatía y la ética del cuidado. Además, es importante subrayar que la naturaleza transitoria de esta población

³ Hernández, M. G., Nguyen, J., Casanova, S., Suárez-Orozco, C., & Saetermoe, C. L. (2013). Doing no harm and getting it right: Guidelines for ethical research with immigrant communities. In M. G. Hernández, J. Nguyen, C. L. Saetermoe, & C. Suárez-Orozco (Eds.), *Frameworks and ethics for research with immigrants* (pp. 43–60). Este es un trabajo que da una guía para realizar trabajo de campo con mujeres migrantes y sus familias. Son directrices generales para la ética, la confidencialidad y el respeto en un contexto situado.

⁴ Se procuró cuidado psicológico en el proceso investigativo de forma privada a la par de la formación en Primeros Auxilios Psicológicos (PAP).

—cuya estancia en albergues o en espacios rentados es en muchos casos breve, incierta y sujeta a múltiples factores externos—, representa una dificultad estructural para la construcción de muestras más extensas. Muchas mujeres se encuentran de paso, a la espera de resolver su situación migratoria, o en tránsito hacia otros destinos, lo que restringe las posibilidades de establecer relaciones sostenidas en el tiempo y de realizar entrevistas en condiciones adecuadas. La temporalidad fragmentada de sus trayectorias obliga, por tanto, a un diseño metodológico flexible, sensible al movimiento y al tiempo de las otras.

En este contexto, la acción investigativa no fue neutra, pero sí fue cuidadosa: no solo se trató de evitar el daño, sino de actuar desde una ética situada que permitiera producir conocimiento con, y no sobre, las mujeres migrantes.

4.7 Tercera Consideración Metodológica sobre el Acercamiento Previo

La fase inicial de acercamiento previo adquiere una relevancia fundamental en la metodología de esta investigación, ya que establece las bases para una interacción empática y confiable entre la investigadora y las mujeres migrantes con sus hijos e hijas. Este periodo no sólo buscó crear un ambiente propicio para la apertura y sinceridad en la expresión de sus vivencias, sino que también reconoce la delicadeza del tema abordado. La construcción de vínculos de confianza durante este acercamiento inicial se erige como un pilar esencial, permitiendo a las participantes sentirse cómodas al compartir experiencias íntimas relacionadas con su propio contexto migratorio. Este enfoque subraya la ética y el respeto hacia las mujeres migrantes, reconociendo la importancia de su participación activa en la construcción del conocimiento sobre estrategias de afrontamiento durante el tránsito migratorio.

En ese sentido, el primer contacto se estableció a través de un voluntariado en un albergue para personas migrantes en la ciudad de Querétaro. En particular, en ese centro se presentó una propuesta de investigación que incluía la realización de trabajo voluntario una a dos veces por semana. Durante ese tiempo, y a lo largo de aproximadamente un año, el

voluntariado consistió en brindar acompañamiento cotidiano en diversas actividades del albergue, como el cuidado de infancias, la preparación de alimentos, el desarrollo de talleres, y la organización de espacios de escucha, recreación y formación, además del acompañamiento a un espacio dirigidos a mujeres infancias y adolescencias en situación de tránsito. Como parte complementaria del proceso, también participé activamente en el “Círculo de Mujeres Migrantes”, a cargo de una mujer excepcional, en calidad de apoyo en la línea de infancias y adolescencias.

Durante aproximadamente un año, más allá de las tareas específicas, este proceso se constituyó como una *etapa de generación de lazos de confianza (rapport)*, fundamental para esta investigación, en la que se buscó no solo observar, sino también ser parte, construir relaciones horizontales, y permitir que emergiera un vínculo ético y afectivo con las mujeres. En este periodo se elaboró un diario de campo donde se registraron notas, reflexiones, observaciones y aprendizajes, y se desarrolló una observación participante *de facto*, es decir, aquella que emerge del involucramiento cotidiano en el campo sin haber sido prevista formalmente en el diseño inicial de la investigación, pero que permite captar las dinámicas sociales desde una inmersión situada y reflexiva (De Gialdino, 2019).

Este tiempo no fue instrumental, sino profundamente formativo y transformador: mientras compartíamos juegos, charlas, silencios, café, experiencias y cuidados, también crecía mi comprensión sobre el lugar desde el cual debía formular mis preguntas de investigación, cuidando de no revictimizar, evitando enfocarme exclusivamente en el trauma, y priorizando la mirada sobre las capacidades, resistencias y estrategias de afrontamiento.

Así, cuando llegó el momento de preguntar —con la debida autorización institucional del albergue (Ver Anexo 3) y tras haberse constituido una relación de confianza—, las mujeres ya no me veían como una figura externa, sino como alguien cercana. Fue entonces cuando pude preguntar con respeto: *¿Te gustaría participar en una entrevista para mi investigación de maestría?* Algunas estaban próximas a partir, otras permanecerían un tiempo más, pero sus respuestas fueron profundamente significativas: *“como tú nos ayudaste, yo te ayudo”*, *“yo quiero contar mi vida y más si es a ti”*. Las entrevistas se desarrollaron en ese marco de

confianza, durante las entrevistas ellas lloraron y yo lloré con ellas, les recordé que era un espacio seguro y que podían desistir de cualquier pregunta si así lo quisieran, ninguna desistió, querían hablar, querían decir lo que había sucedido y como ellas lo habían enfrentado, cada situación la habían superado, yo me hice pequeña en la entrevista mientras su voz crecía, algunas por más de una hora. Pensaba que lo más difícil era realizar las entrevistas, enfrentarme a cada situación, pero hubo algo más difícil: la transcripción y el análisis. Todo ello supone releer constantemente tanto dolor.

4.8 Sistematización de los Datos y Ética en su Tratamiento

La forma en que se hizo participé a cada una de las 5 mujeres fue a través de un consentimiento informado. En ese documento se hicieron explícitos: objetivos, procedimiento de investigación, carácter anónimo de su participación y confidencialidad en el manejo de la información. También se solicitó permiso para grabar las entrevistas (Ver Anexo 1). Se debe señalar que ya en campo, y en el caso de las entrevistas por *Zoom*, se dio el consentimiento informado *in situ* y se grabó en la misma sesión. En el caso de las entrevistas presenciales, dada la situación de incertidumbre y miedo, se dio el consentimiento de forma verbal y se grabó. Para la sistematización de los datos se utilizaron seudónimos para resguardar la identidad de las personas entrevistadas. Para lograr la transcripción y codificación de las entrevistas, se utilizó el software de **Atlas ti**, para posteriormente brindar un análisis de los resultados.

4.9 Primera Fase: Organización de los Testimonios mediante la Narración en Capas

Los estudios de caso y la información derivada, se organizaron desde la técnica cualitativa narrativa en capas.

“La narración en capas es una forma de escritura diseñada para producir y representar de manera holgada, al lector, el continuo de una experiencia

dialéctica, emergiendo de la multitud de voces reflexivas que producen e interpretan simultáneamente un texto” (Rambo, 2019, p.125).

Como técnica de análisis, permite descomponer y examinar las narrativas en diferentes niveles o dimensiones (Elliott, 2005). La narración en capas segmenta una narrativa en múltiples niveles interrelacionados, ofreciendo una perspectiva más profunda sobre el objeto de estudio. Estas capas pueden incluir aspectos temporales, espaciales, sociales, culturales, y psicológicos.

Características de la Narración en Capas:

- **Múltiples Perspectivas:** Analiza la narrativa desde diferentes puntos de vista para revelar cómo distintos actores interpretan y experimentan los mismos eventos.
- **Temporalidades:** Examina las narrativas en diferentes momentos del tiempo (pasado, presente y futuro) para entender la evolución de los fenómenos y las experiencias de los sujetos.
- **Contextos Diversos:** Considera los contextos espaciales, sociales, y culturales en los que se desarrollan las narrativas, destacando cómo estos influyen en la interpretación y significación de las experiencias.
- **Interconexión de Relatos:** Explora cómo diferentes historias y experiencias están interconectadas, revelando patrones y relaciones subyacentes.
- **Profundización Temática:** Permite una exploración detallada de los temas centrales de la narrativa, abordando cómo se manifiestan en diferentes capas y niveles en la que entretejo la teoría con el relato, buscando que se lea como lo que son, entrevistas llenas de fuerza y con la voz principal de sus protagonistas.

De esta manera, la **narración en capas** se utilizó para estructurar los testimonios de manera progresiva, considerando distintos niveles de información:

- **Capa 1:** Contexto de vida previo a la migración y factores que impulsaron la decisión de migrar.

- **Capa 2:** Experiencia del tránsito migratorio, incluyendo los riesgos, dificultades y recursos disponibles.
- **Capa 3:** El cuidado de infancias y adolescencias, y el cuidado de sí misma en el tránsito.
- **Capa 4:** Reflexión sobre las estrategias de afrontamiento utilizadas, descripción y forma de utilización.

Esa forma de organizar la información (utilizado primero la herramienta de Atlas.ti para agrupar los indicadores), permitió capturar la complejidad de los relatos de las mujeres migrantes, y facilitó la identificación de sus estrategias de afrontamiento, que son la unidad de análisis.

4. 10 Segunda Fase: Identificación de Estrategias de Afrontamiento

La *matriz de estrategias de afrontamiento*, fundamentada en la teoría de Folkman y Lazarus (1986), permitió clasificar las estrategias en tres categorías:

- **Estrategias centradas en el problema:** Acciones concretas orientadas a resolver dificultades, como la búsqueda de refugio en albergues, la solicitud de asilo y el acceso a redes institucionales.
- **Estrategias centradas en la emoción:** Mecanismos utilizados para gestionar el impacto emocional del tránsito, tales como la fe, la resiliencia y el apoyo social.
- **Estrategias emergentes:** Formas de afrontamiento no documentadas previamente en la literatura, como la colectivización del afrontamiento entre mujeres migrantes y la adaptabilidad en la toma de decisiones.

Capítulo 5. Resultados

En esta sección se presentan los 5 estudios de caso de “Sol”, “Bianca”, “Mar”, “Luz” y “Gloria” (seudónimos). Se presenta su contexto, sus trayectorias, retos y estrategias específicas. Al cierre del capítulo, se incluye una tabla que sintetiza las principales modalidades de afrontamiento identificadas en cada estudio de caso. Las 5 mujeres quienes al momento de la entrevista se encontraban en Querétaro, coincidieron temporalmente en el tiempo y el espacio en la ciudad, esperando poder continuar su viaje. En la Tabla 2. se muestran las características generales de las 5 mujeres.

Tabla 2. Información de las mujeres centroamericanas

| Seudónimo | Edad | País de Origen | Número de Hijos/as | Otros acompañantes | Motivo de la migración | Tiempo en tránsito | Red de apoyo en país de origen | Situación migratoria actual |
|---------------|------|----------------|----------------------------|--------------------|---|--------------------|--------------------------------|---|
| Sol | 34 | Guatemala | 2 (niño y una adolescente) | Cónyuge varón | Extorsión, Amenazas de los Mara, etc. | Más de un año | Su mamá | Refugiada en México y adscrita al reasentamiento en un tercer país seguro (en espera del reasentamiento) ⁵ |
| Bianca | 27 | Honduras | | No | Violencia de género (amenazas, violencia intrafamiliar y violencia Sexual (-abuso a su hija por parte de una persona de la iglesia) | Más de un año | No | Refugiada por razones humanitarias en trámite en México |
| Mar | 24 | Honduras | 2 niñas | No | Violencia de género, amenazas, secuestro | Más de un año | No | Refugiada en México y adscrita al reasentamiento en un tercer país seguro (en espera del reasentamiento) |
| Luz | 40 | Honduras | 1 niña una adolescencia | No | Secuestro, Amenazas | Más de un año | Una amiga | Refugio en México en trámite |
| Gloria | 34 | Honduras | 1 niña y 1 niño | No | Amenazas, Violencia de género | Más de un año | No | Refugio en México rechazado |

Fuente: elaboración propia con base en entrevistas.

A continuación, se presentan, uno a uno, los cinco estudios de caso en detalle.

⁵ Programa de ACNUR: Agencia de la ONU para los Refugiados. Organización de corte internacional que protege a las personas que piden refugio, asilo, etc.

1. Tres Mudadas y una Mochila: Estudio de Caso de Sol.

Ruta de Sol



Elaboración propia

Sol recuerda ese día con la precisión que sólo una difícil decisión puede imprimir en la memoria. El reloj marcaba mediodía cuando sonó el teléfono; y al otro lado de la línea llegó la amenaza que cambiaría sus vidas para siempre. *"vamos a llegar por sus hijos"*, dijeron los extorsionadores que les habían pedido ‘pago de piso’. No hubo margen para dudas ni planificación; en menos de dos horas, Sol, su esposo y sus dos pequeños habían empacado lo esencial: tres mudadas cada uno, algo de dinero y un cúmulo de incertidumbre. Cerraron la puerta de su hogar en Guatemala sin decirle a nadie, y sin saber si volverían a abrirla algún día. Su plan en un inicio era ir a otro departamento, pero los estaban buscando. Sin otra opción, la ruta más clara fue dirigirse a México.

La decisión inmediata de huir corresponde a una **estrategia de afrontamiento centrada en el problema**, subcategoría de **respuesta directa a peligros y dificultades inmediatas**. El indicador clave aquí es la acción de ‘empaquetar lo esencial’ y abandonar el hogar para evitar una amenaza concreta, priorizando la seguridad del grupo familiar.

“Fue por nuestros hijos”, repite Sol con la voz firme pero los ojos húmedos. La extorsión, el ‘pago de piso’ y las amenazas se habían vuelto insoportables. Su vida, construida con trabajo duro entre pasteles y espumillas que vendía cada viernes, estaba ahora al borde del abismo.—Sólo quedaba decidir entre la vida y la muerte. Eligieron la vida, aunque implicara un camino lleno de renunciaciones. “La vida o la muerte, y tomamos la decisión de vivir, entonces para nosotros sí fue complicado, hasta el día de hoy sigue siendo complicado eso porque muchas personas vienen por superación, nosotros fue porque no teníamos opción”.

Esa decisión refleja una **estrategia de afrontamiento emocional**, subcategoría de **reinterpretación positiva**. Sol reformula su experiencia como una decisión de vida, reforzando un sentido de propósito para superar el trauma. En Guatemala, según Barreno (2024), la cifra de denuncias de extorsión entre el 2019 y el 2023, época en la que salió Sol, fue de 73,860, siendo sus principales causantes el Barrio 18 y la Mara Salvatrucha (MS13), grupos pandilleros que operan en gran parte de Centroamérica. Ante ese panorama, la decisión fue inminente y de mutuo acuerdo entre ella y su pareja.

Antes de partir, su familia tenía una red de apoyo cercana; compuesta por sus padres y otros familiares, con quienes mantenía una relación estrecha. Sus hijos asistían a la escuela y contaban con una rutina diaria. En cuestión de horas, la decisión de abandonar su hogar se tornó inevitable, cambiando para siempre su sentido de independencia y control sobre sus vidas. Esta nueva realidad implicaba no sólo un cambio físico de lugar. *“Dejamos todo, lo material, la familia, todo es que fue algo bien, bien difícil para nosotros”.* Fue una transformación completa de su rol familiar, y de las estrategias que debía adoptar para enfrentar el proceso migratorio. *“Y hasta el día de hoy sabemos y tenemos bien presente, sabiendo de que dejamos familia todavía no podemos regresar”.* Solamente su madre sabe que la familia se encuentra en México, pero no el lugar exacto. Sol utiliza una **estrategia centrada en el problema**, subcategoría de **búsqueda de apoyo emocional e instrumental**, al comunicarse con su madre. El manejo limitado de información ilustra cómo mantiene la conexión emocional sin comprometer la seguridad de su grupo familiar. El día de la entrevista; ella se encontraba en la Basílica de Guadalupe. Desde allí realiza una video-

llamada a su madre: “*porque yo sé que ella es católica y su Virgen morena la quiere mucho, entonces lo tenía que hacer*”.

El Viaje

Salir de Guatemala fue como dar un salto al vacío, pese a esto su cruce fue ‘fácil’. “*Uy eso es fácil porque de Guatemala a Tapachula en media hora una llega entonces has de cuentas tomamos un bus de la central de buses, de ahí de Guatemala, llegamos a Malacatán a San Marcos en San Marcos solamente pedimos que nos cruzara, nos cruzaron por un puente nos pidieron 10 quetzales, cada 1 pagamos 40 pesos, 40 quetzales*”. Al ser Tapachula un lugar conocido por su amplio flujo migratorio, ubicarse no fue complicado. La misma persona que los cruzó les recomendó a un ‘conocido’ que los llevó al centro. La información fluye entre todas las personas: “*En menos de media hora ya estábamos en un hotel donde sabían ellos de que ese hotel agarra migrantes*”. Pero, aunque los pasos avanzaban, las emociones los atrapaban en un constante vaivén entre esperanza y dolor. Ambos iban ‘atormentados’ y en ‘shock’ “*porque no es fácil dejar todo, todo, todo lo que tú has construido, pero teníamos en la mentalidad de que era por los nenes*”.

Sólo cuando llegaron al hotel pudieron llorar, sentir lo que Sol llama ‘ese bajón’ por todo lo que quedó atrás, lo material y lo familiar. Esto se enmarca como una **estrategia de afrontamiento emocional**, subcategoría de **descarga emocional**, pues el ‘bajón’ permite procesar la pérdida y aliviar el estrés acumulado durante el escape. Es una herramienta.

Sol analiza todo como un proceso muy difícil; sin embargo, hace hincapié en su fortaleza y en su avance durante este proceso de movilidad, dejando relucir visos de apoyo. “*Y fue un proceso, fue un proceso que si te lo hubiera contado 8 meses atrás te lo estuviera contando, llorando en su totalidad, pero me ha servido, la compañía, los acompañamientos que nos dan las asesorías que nos hacen, las psicólogas es que todo va de la mano y mira, yo estoy bien agradecida con todo porque desde Tapachula, desde que salimos de Guatemala hasta acá, hemos visto la mano de Dios en cada persona*”.

La búsqueda de ayuda profesional y comunitaria corresponde a una **estrategia de afrontamiento centrada en el problema**, subcategoría de **búsqueda de apoyo**

instrumental y emocional. Los servicios recibidos, como asesorías y apoyo psicológico de los diferentes espacios, ayudaron a fortalecer su capacidad de afrontamiento y superación de dificultades.

En Tapachula, cuando el dinero empezó a escasear, Sol comenzó a preparar pasteles y su esposo salía a venderlos. Así se mantuvieron mientras ella cuidaba a su hija e hijo. Este desarrollo de actividades económicas refleja una **estrategia centrada en el problema**, subcategoría de **planificación y ejecución de actividades para sostenerse**. En este indicador, se muestra su capacidad de adaptación para generar ingresos con recursos limitados. Por cuatro meses, todo parecía marchar muy bien, luego un día encontraron en la calle a una persona que los conocía, por lo que decidieron de nuevo salir. Durante ese traslado fueron detenidos por migración. Antes de esto la familia se había acercado a la COMAR (Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados) como forma de regularizar su estancia en el país. Accedieron a una tarjeta de residente por razones humanitarias e ingresaron al programa de reasentamiento del ACNUR (Agencia de la ONU para los Refugiados), lo cual lleva aproximadamente un año. Recordemos que Sol sale sin ninguna planificación y con muy poca información. Espacios como Tapachula, con un alto flujo de población migrante, se vuelven centros de información y apoyo. *“Pero fue un nosotros llegamos un sábado en la mañana allá a Tapachula, fuimos a buscar comida, y ahí en un parque comenzamos a ver que había un gentío pero gentío de migrantes que nosotros, porque casi ni mirábamos tele en la casa, no sabíamos de qué, bueno, no mirábamos noticias porque si mirabas no, no mirábamos la magnitud de tanto migrante, entonces a mi esposo le dicen ¿te vas a unir con nosotros?”*. Ellos se referían a salir en caravana. El esposo de Sol contesta que no, y entonces les mencionan el proceso de la COMAR. *“La COMAR, ahí fue donde nosotros nos enteramos, porque nunca, nunca, nunca hubiéramos pensado que ahí, que íbamos a salir de esa manera y mucho menos, de toda la información, que existe para un migrante”*.

La regularización de su estancia a través de instituciones como COMAR y ACNUR refleja una **estrategia centrada en el problema**, subcategoría de **uso de recursos legales y administrativos**, mostrando un enfoque en la seguridad jurídica para garantizar protección y estabilidad durante su tránsito migratorio. Pese a los procesos que se llevan en términos

migratorios, siempre predomina el bienestar del núcleo familiar *“Íbamos al día, pero de ver eso, de ver a esa persona, decidimos trasladarnos, en ese traslado nos agarra migración, pero porque ya no estábamos en el perímetro de Chiapas”*.

Migración les dice que por salir pierden su proceso con la COMAR, y los envían a un Albergue del DIF (Sistema para el desarrollo integral de la Familia) en Tabasco. Esto debido a que tenían con ellos un niño y una adolescencia. Dentro del albergue las emociones son como una montaña rusa de dos meses y medio: *“Viviendo con toda clase de gente buena, mala, medio, sucia, no sucia de todo ahí, de todo encontrarás estando en ese proceso”*. La vida sigue aún fuera del albergue, y un golpe de realidad cae sobre Sol cuando recibe la noticia del fallecimiento de su suegra a mediodía. Esa misma noche le notifican que su proceso de reasentamiento había sido aprobado, y podían continuar fuera del albergue. Narra, con un tono que mezcla tristeza y alivio, todas las emociones que tenía por procesar en tan poco tiempo. Sol necesitaba tener la seguridad de que ACNUR daría continuidad a su proceso, y un delegado asistía al albergue cada 15 días, por lo que necesitaban quedarse un poco más en el espacio para asegurarse del seguimiento. Ellos eran ‘buenos’ dentro del albergue: *“Estando ahí en el albergue porque hacíamos limpieza, eh los nenes barrían en el patio jalaban basura”*. También su esposo salió a trabajar y aprendió a ser chalán para poder sostenerlos además de brindar alimento adecuado. *“La comida de un albergue, es muy, muy complicada, entonces a mis hijos ya les hacía mal, ya les daba diarrea, ya se sentía como que empachados de comer lo mismo, entonces mi esposo por eso se iba a trabajar para llevarnos fruta, cositas así para complementar la comida”*. Dentro de espacios que buscan proteger y ser seguros para la población también se encuentran dificultades y riesgos. Sol particularmente tuvo problemas con cuatro hombres en el albergue de Tabasco. *“Porque ellos vendían droga adentro del albergue, ellos fumaban marihuana y se las tiraban en la cara a mi nena”*. Cuando su hija le cuenta lo sucedido, ella opta por restringir su salida a jugar cuando esos hombres estaban cerca. La restricción de movimientos de su hija para evitar el contacto con los hombres del albergue representa una **estrategia centrada en el problema**, subcategoría de **prevención de riesgos inmediatos**. Finalmente, el albergue expulsa a esos hombres, y esto pone al grupo familiar de nuevo en riesgo. Estos hombres

culpan a Sol de su expulsión y empiezan a amenazarla; *“Porque ellos llegaban con machete”*. Sol optó por poner una denuncia ante la fiscalía; y esto hizo que los hombres se alejaran del albergue y de su grupo familiar. Esa situación causó de nuevo miedo y angustia a todo el grupo familiar. La denuncia ante la fiscalía por las amenazas representa una **estrategia de afrontamiento centrada en el problema**, subcategoría de **acciones legales o formales para enfrentar una situación adversa**, evidenciando su esfuerzo por restablecer la seguridad del grupo familiar tratando el problema directamente.

El resto de su estancia en Tabasco transcurrió sin mayores incidentes. Debido al miedo y angustia que provocó la situación con estos hombres, buscaron una casa que *“estuviera cerca de todo”*, aunque esto implicara que no fuera el mejor espacio físicamente. *“Y era una casa de lámina, pero lo que queríamos era tenerlo todo cerca porque allá de cuentas estaba, la casa a la par chedraui enfrente mí el trabajo y a 2 minutos la escuela, entonces, así lo encontramos muy, muy muy, muy a la mano.”* De esta manera no corrían tanto riesgo en los desplazamientos.

Con el visto bueno de ACNUR para continuar el proceso, la familia salió del albergue. En este contexto, Sol sabía que debía conseguir un trabajo. Ya en posesión de su documento de residencia, se acercó a un programa del gobierno de Tabasco. *“Y ahí estuve trabajando en Tabasco, cuatro meses en el albergue del DIF, en casa de día dónde van los abuelitos que los van a dejar por la guardería de abuelitos entonces ahí yo trabajaba”*. La economía debía ser compartida para solventar los gastos y aun así sobrevivían del diario. *“Y con ese dinero nosotros yo pagaba la renta porque la renta no salía muy cara y con lo que mi esposo ganaba, eh, nos dedicábamos a comprar que la comida de la semana y era de diario porque en ese entonces no teníamos ni refri”*. Fueron cuatro meses duros fuera del albergue aun sin poder lograr tener condiciones materiales adecuadas para vivir con dignidad. *“Durmiendo en el piso porque no teníamos las posibilidades de comprar una colchoneta, no allá la gente no es tan solidaria como en otros lados y no hay programas, existe un albergue que ayuda, pero no dándote cosas entonces ahí a como fuimos pasando gracias a Dios”*. La atribución de sus logros y protección de la fe en Dios corresponde a una **estrategia de afrontamiento emocional**, subcategoría de **espiritualidad y fortalecimiento religioso**. El papel de la fe

como recurso emocional fue vital para Sol y su familia, quienes, aun contando con residencia regular en el país, seguían enfrentado condiciones de vulnerabilidad. Y, aunque la adquisición de un documento es el primer paso, no es lo único necesario para procesos de integración, inclusive si éstos son temporales.

Al transcurrir los 4 meses, ACNUR decide trasladar a Sol y a su grupo familiar a Querétaro, directamente a un albergue, espacio en el que estuvieron por aproximadamente 15 días. Considerablemente menos tiempo que en los anteriores espacios, esto debido al apoyo conjunto de ACNUR y el CAMMI. Este último cuenta con un área enfocada en apoyo a empleo y renta para población migrante dentro y fuera del albergue.

Los espacios en los que más riesgo corre la población en movilidad son los medios de transporte, llámese tren, combis, autobuses, etc., pues existe la posibilidad de encontrarse con actores que puedan lastimarlos. Sol y su familia decidieron no partir en caravana y no utilizar el tren, aunque esto implicaba avanzar más lentamente. Esa fue una decisión asociada directamente con la seguridad de sus hijos: *“Lo hicimos por la seguridad de nuestros hijos, porque no solo habíamos salido de nuestro país con temor, con pánico. ¿Y para arriesgar a mis hijos de esa manera?, no era viable”*. Su meta no era en un principio ir a Estados Unidos, su idea no era migrar, su meta siempre fue resguardar a sus hijos y alejarse de Guatemala lo más que pudieran. Llegaron a Querétaro por movilización de ACNUR. En su tránsito a Querétaro se movieron a través de buses, fue más sencillo al obtener su residencia.

Cuidar, Criar y Educar

Sol define el migrar con su hija e hijo, y el criarlos en tránsito como algo ‘muy complicado’. Su hija mayor de 13 años entró en la etapa de adolescencia *“Y tiene unas actitudes, así como que, de adolescente como toda adolescente, entonces yo la quiero comprender porque sé de qué no ha sido fácil para ella este proceso”*. Mientras que, ante sus ojos, su hijo menor de 10 años *“tal vez por ser niño, todavía no entiende la magnitud de lo que hemos vivido, pero sí ha sufrido también las consecuencias de este proyecto de trayecto”*. Sol es consciente de los cambios que han tenido sus hijos y ha estado allí para apoyarlos tanto como ha sido posible. Sabe que, al igual que ella, sus hijos han sentido el duelo de dejar cosas atrás *“ellos estaban muy, muy aferrados así con la familia, tanto*

materna como paterna con los abuelitos entonces, al principio sufrían, porque ay extraño mi abuela extraño, mi abuelo, extraño a mis perros". De la misma forma que conoce sus dolores, reconoce sus fortalezas *"Entonces, a ellos les costó de esa manera que han sido maduros al afrontar todo esto con nosotros sí han sido maduros"*.

Es recurrente en la movilidad forzada que infancias y adolescencias no sean escuchadas o informadas acerca de la situación. Esto obedece a varios factores: los padres lo pueden hacer para protegerlos del trauma, o incluso porque no hay tiempo para informar la situación. Se tiende a creer, desde una posición adultocentrista, que las infancias no notan lo que sucede a su alrededor, o de notarlo no lo analizan completamente. Sin embargo, Sol parte de otra posición: *"Sí, ellos, ya se dieron cuenta, ya estaban conscientes de lo que estaba pasando, y ya así fue, fue algo de que ellos dijeron, nos vamos a ir, está bien, no se pusieron ni que hacer berrinches nada, ellos entendieron"*. Es consciente de que sus hijos saben lo que está sucediendo, y que es por su bienestar.

Los procesos de movilidad implican situaciones en las que se puede ser más o menos vulnerable, especialmente en infancias y adolescencias; entre ellas, las enfermedades en tránsito son particularmente riesgosas. *"Gracias a Dios"*, dice Sol, su grupo familiar no se enfermó gravemente en el tránsito ni sufrió ningún accidente. Cuando su hijo menor se enfermó en el albergue del DIF, allí tenían doctor y la atención fue sencilla; cuando llegaron al albergue de Querétaro, también fueron canalizados al centro de salud, *"Y de ahí todo bien, no hemos tenido complicaciones, gracias a Dios. Dios hasta de eso nos ha guardado"*.

La educación de sus hijos fue un desafío que Sol enfrentó con determinación. Con la ayuda de nuevas amistades y redes de apoyo, logró que ambos niños ingresaran a escuelas cercanas. *"Ellos son felices con tal de que estemos juntos"*, afirma, reflejando en sus palabras el motor que los mantiene avanzando. La unidad familiar del núcleo base es para Sol primordial, mientras se mantenga esta unión ella identifica a sus hijos felices. *"No, gracias a Dios no les ha afectado porque ellos, al ver que estemos los cuatro juntos, ellos son felices, no importa en donde estemos siempre y cuando estemos juntos y estemos con Dios más que suficiente"*.

La Relación consigo misma

El estrés, el duelo, los riesgos, todo afecta a la persona que migra. En movilidad es más complicado manejar y afrontar las emociones generadas, más si la persona se encuentra en un constante estado de alerta. Sol atravesó momentos emocionales críticos: *“Ay no yo era de llorar demasiado así en Tapachula, lloraba dos veces al día, y ya estando en el albergue del DIF allá, en Tabasco. Lloraba demasiado, hasta le dije a mi esposo que le iba a hacer una carta para darles el poder a mis hijos, porque yo me regresaba a Guatemala porque yo no quería estar en un albergue”*. Esta situación llevó a Sol a tener un ataque de pánico dentro del albergue. La psicóloga que, realizaba rondines, al ver su situación, llorando diario y sin salir de la cama, la llama: *“y ya comencé [...] fue un proceso porque comencé a quitar lo material primero, de ahí lo familiar, y de ahí, saber de qué había sido nuestra mejor solución por nuestros hijos”*. A esta búsqueda de apoyo psicológico se suma la fe: *“Y de que Dios nos iba a dar la oportunidad”*. En cada paso de ese camino incierto, Sol encontró un refugio en su fe. *“Siempre supe que Dios no nos iba a abandonar”*, dice con convicción. Esa certeza se convirtió en su ancla, incluso en los momentos más oscuros.

Un día a la vez

Hoy, en Querétaro, Sol vive con gratitud. Su esposo trabaja incansablemente, mientras ella se dedica a cuidar de sus hijos y del hogar. Aunque extraña la independencia económica que tenía en Guatemala, sabe que su lugar está al lado de su familia. *“Ellos necesitan a su mamá presente, y eso es lo más importante ahora”*, dice con determinación.

Cada pequeña victoria —como el primer lugar que ganó su hija en un concurso escolar o la estabilidad de un techo seguro—, refuerza su creencia en que todo sacrificio ha valido la pena. Su esposo trabaja incansablemente; y juntos construyen un hogar lleno de amor y gratitud. La historia de Sol no es sólo una narración de migración; es un testimonio de resiliencia y fe. Ha aprendido a valorar cada pequeño logro: desde la educación de sus hijos hasta la seguridad de un techo. A pesar de las cicatrices que dejó el camino, se mantiene firme. *“Esto es por mis hijos. Mientras estemos juntos, todo vale la pena”*, concluye. Por último, la valoración de los logros cotidianos refleja una **estrategia de afrontamiento emocional**, subcategoría de **reevaluación positiva del contexto**; indicador que muestra

cómo Sol resignifica las dificultades para construir esperanza y estabilidad y así lograr continuar con su viaje. Sol combina un enfoque práctico, emocional y espiritual para enfrentar su migración, priorizando la seguridad, el bienestar y la estabilidad de todo su núcleo familiar.

Resumen de Estrategias de Afrontamiento Utilizadas por Sol

| | |
|---|---|
| Estrategias de afrontamiento centradas en el problema. | <p>Respuesta directa a peligros y dificultades inmediatas: huir de Guatemala rápidamente ante la amenaza directa de los extorsionadores, priorizando la seguridad de su familia.</p> <p>Búsqueda de apoyo instrumental y emocional: contacto con instituciones como COMAR y ACNUR para regularizar su estancia y acceder a programas de protección y reasentamiento.</p> <p>Adaptación económica y laboral: preparar pasteles y venderlos junto a su esposo para sostenerse económicamente en situaciones de precariedad.</p> <p>Prevención de riesgos inmediatos: limitar las actividades de sus hijos en el albergue para evitar contacto con individuos peligrosos.</p> <p>Reorganización del entorno físico: buscar un espacio habitacional cercano a servicios básicos y escuelas, aunque implicara sacrificar condiciones materiales.</p> <p>Toma de decisiones estratégicas basadas en riesgos: evitar rutas de migración inseguras, como el tren y las caravanas, para proteger a sus hijos.</p> <p>Acciones legales o formales: denunciar amenazas en el albergue para proteger a su familia y garantizar su seguridad.</p> |
|---|---|

| | |
|--|---|
| Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción. | <p>Reinterpretación positiva: reconocer su migración como una elección de vida para proteger a sus hijos, resignificando el sacrificio como un acto de amor y supervivencia.</p> <p>Descarga emocional: procesar sus pérdidas y emociones a través del llanto en momentos clave del proceso.</p> <p>Búsqueda de ayuda profesional y emocional: recibir apoyo psicológico en albergues para manejar el estrés y el duelo.</p> <p>Espiritualidad y fortalecimiento religioso: apoyarse en su fe como fuente de consuelo, esperanza y motivación para enfrentar las dificultades.</p> <p>Reafirmación de valores personales y familiares: priorizar la unidad familiar como base de su fortaleza emocional y motor principal en el proceso migratorio.</p> <p>Reevaluación positiva del contexto: valorar las pequeñas victorias cotidianas y resignificar las adversidades como parte de su camino hacia un futuro más estable.</p> |
| Estrategias de afrontamiento combinadas. | <p>Uso de redes sociales e institucionales: construir una red de apoyo a través de organizaciones internacionales y personas en tránsito que ofrecieron información útil para avanzar.</p> <p>Planificación y ejecución de actividades: diseñar soluciones inmediatas y a largo plazo, como trabajar para generar ingresos o buscar asesorías legales para estabilizar su situación.</p> |

2. Una Vida entre Fronteras, Miedo y Esperanzas: Estudio de Caso de Bianca.

Ruta de Bianca



Elaboración propia

Para algunas mujeres la migración no es la primera opción ante los conflictos que se les presentan, al contrario: buscan agotar sus opciones, llegando a desplazarse sólo en casos muy extremos. Para Bianca, la decisión llegó después de varios hechos violentos. Ella tiene una familia monoparental con dos infancias; es originaria de Honduras, y vivía en Roatán, una isla que ella recuerda como paradisíaca, con agua cristalina y arena blanca. Allí nació y tuvo a sus hijas. Antes del 2016 *“era una mujer independiente, a mis niñas no les faltaba nada”*. Con una infancia difícil, su madre la dejó cuando tenía apenas dos meses; y su padre, quien la crío, le dio una infancia que preferiría olvidar. *“Él me golpeaba, me dejaba durmiendo afuera, amarrada de una rama. No tuve niñez que recuerde con alegría; nunca hubo juguetes ni risas”*. Aprendió a sobrevivir.

Bianca no decidió salir de su país sino hasta el 2021. En el año 2016, cuando su hija mayor tenía 3 años, ésta fue víctima de violencia sexual por parte de un miembro de la iglesia en donde la dejaba para que la cuidaran. Al descubrir esto, Bianca denuncia ante las autoridades correspondientes. Sin embargo, el proceso fue sumamente revictimizante. Además, ante este hecho el Estado decidió tomar la custodia de la niña. Debido a esto, activa una estrategia de **búsqueda de apoyo instrumental**, dentro de la categoría centrada en el problema. Bianca intenta utilizar recursos institucionales (denuncias y procesos legales) para proteger a su hija. Sin embargo, el fracaso parcial del sistema lleva a que esa estrategia genere revictimización, mostrando los límites de este apoyo institucional. El victimario fue condenado; y Bianca tuvo que pelear la custodia de su hija. Después de varios juicios, logró ganar el proceso. Y a pesar de la denuncia y la sentencia, ella era llamada constantemente por el hermano del victimario, quien la amenazaba e incluso intentó atacarla físicamente quemándola cuando se encontraba con su otra hija menor.

Bianca se entera de que su victimario saldría en 2021 por buen comportamiento, *“Entonces por miedo a que fuera tomar represalias en mi contra, en contra de mis niñas, entonces salí, llegué aquí a México, me dieron una visa y con esa visa me crucé hasta EE.UU”*. Ese contexto de violencia e incertidumbre, marcado por las amenazas constantes y el temor a represalias, llevó a Bianca a recurrir a una estrategia de afrontamiento **centrada**

en la emoción, en la subcategoría de **distanciamiento emocional**. El temor de Bianca la lleva a buscar soluciones drásticas, como migrar y alejarse del entorno que percibe como peligroso, incluso si esto significa dejar su hogar y comunidad. Pese a los esfuerzos en esa primera ocasión de cruzar a Estados Unidos, fue devuelta a México. Optó entonces por regresar a Honduras; y dejar a sus hijas a cargo de una amiga de confianza para cruzar a Estados Unidos por segunda vez en 2022. En esa ocasión; logra ingresar y vivir allí durante veintidós meses.

La custodia de sus hijas fue otro frente de batalla mientras buscaba protegerlas. Enfrentó acusaciones de secuestro por parte del padre de una de ellas, mismo a quien Bianca puso una orden de alejamiento por maltrato físico; y dos demandas alimenticias. *"El papá de mi hija quería quedarse con A... y usaba la ley en mi contra. Tuve que luchar con todo lo que tenía para demostrar que yo era la única que velaba por mis niñas."* Aunque los tribunales no siempre estuvieron de su lado, nunca se dio por vencida. Regresó a Honduras y peleó de nuevo por la custodia de sus hijas, en esa ocasión contra su expareja, resuelve la acusación y decide salir por tercera vez.

Llega a México el 10 de febrero del año 2023, migrando irregularmente junto a sus hijas. Su determinación y las acciones emprendidas revelan el uso de estrategias de afrontamiento activo en la subcategoría de planificación. Bianca utiliza los recursos legales disponibles que ya conocía para proteger la custodia de sus hijas y toma medidas para garantizar su seguridad, también evidenciando la búsqueda de apoyo emocional, esto debido a que se aferra a su rol como madre y encuentra motivación en sus hijas para continuar luchando. Bianca no cuenta con red de apoyo familiar en Honduras *"porque yo no tengo mamá, ni papá o hermanos que me apoyan, o sea no tengo familia"*. Sin embargo, cuando recibió la denuncia por secuestro de una de sus hijas, intentó recurrir a su madre biológica que la abandonó de niña (ya que ella pensaba que la declaración de una abuela tiene más peso que la denuncia de la tía paterna de la menor), pero su madre biológica se negó. Sin embargo, *"Ya sabía yo de que cómo era ese proceso de la custodia y eso ya lo sabía porque ya lo había peleado con el gobierno de mi país. No me daba miedo enfrentarme al papá de mi hija"*. Esa

experiencia previa con el sistema legal no sólo fortaleció su confianza, sino que también evidencia una estrategia de afrontamiento centrada en el problema, específicamente afrontamiento proactivo, al haber adquirido conocimiento del proceso legal.

Bianca demuestra una preparación que le permite enfrentar nuevas adversidades sin sentirse intimidada. Pese a todo, el bienestar de sus hijas siempre va primero: *“le pedí ayuda a mi mamá y ella no me quiso ayudar, entonces por eso tomé la decisión de venirme, porque es lo único que tengo, mis hijas, y no me veo en la vida luchando sin ellas”*. Aquí su decisión de migrar adquiere un sentido más profundo, evidenciando una estrategia de afrontamiento centrada en la emoción; transforma las adversidades en una fuente de motivación, encontrando en el amor hacia sus hijas la fortaleza para seguir adelante.

El Viaje

Sale por tercera vez junto a sus dos hijas con algunos ahorros que tenía dispuestos en un principio para llevarse a sus niñas a Estados Unidos, antes de la denuncia que la hizo regresar. Salió con ellas por un *“punto ciego porque pues no podía salir de mi país”* esto debido a las amenazas que había recibido por parte del agresor de su hija mayor, aunado al interés de su expareja en quitarle a sus hijas. Cada paso de su travesía estuvo plagado de peligros. *“En Guatemala me asaltaron, me quitaron todo el dinero. Llegué a México sin nada para darle de comer a mis niñas y tuve que meterme a un albergue. Las niñas no querían la comida del albergue, y yo hacía lo que podía para alimentarlas”*. Esa experiencia pone de manifiesto su capacidad de adaptación rápida frente a las circunstancias adversas. Frente a la pérdida de sus recursos, su decisión de buscar refugio en un albergue refleja una estrategia de afrontamiento centrada en el problema, priorizando el bienestar y la seguridad de sus hijas mientras enfrentaba los retos más inmediatos de su travesía. Después de transcurridos veinte días de su salida, el hombre a quien denunció salió de la cárcel y quemó la casa en donde ella vivía. A pesar de las dificultades, Bianca encontró maneras de seguir adelante en Tapachula, consiguió trabajo, y un espacio donde tener a sus hijas.

Sin embargo, la violencia no la dejó en paz: una noche en Tapachula, vivió un episodio traumático. *“Estaba calentando una sopa para mis niñas cuando escuché disparos.”*

Me tiré al piso con ellas y las llevé al baño. Escuché disparos más y luego todo quedó en silencio. Cuando salí, vi al muchacho boca arriba". En ese momento recurre a la estrategia de afrontamiento centrada en el problema, específicamente protección inmediata, y se asegura de resguardar a sus hijas durante la situación violenta, actuando rápidamente para evitar que estén expuestas al peligro.

Su solicitud de ayuda a las autoridades no fue respondida como esperaba. "*Le pedí a un militar que me ayudara, que me sacara de ahí, pero solo me dijo: 'Si viste algo, mejor cállate'. sentí pánico*". La supervivencia a ese evento en la inmediatez, para Bianca, significó una obra de Dios. "*Yo sentía que, porque yo no sé, yo siempre he dicho que Dios ha estado conmigo en todo momento y nunca me ha dejado de la mano y nunca me ha soltado a pesar de todos mis errores. Tenía 5 min que yo me había levantado de la banqueta de esa calle, cuando entré a calentar, tenía enferma a... y yo le había hecho para cenar una sopa maggy y yo entré y yo le dije, venía saliendo con la sopa*". Ese fragmento evidencia una estrategia de **afrontamiento centrada en la emoción**, específicamente **redefinición espiritual**. Ante la falta de apoyo de las autoridades, Bianca encuentra consuelo en su fe, lo que le ayuda a enfrentar el miedo y mantener la esperanza.

Esa experiencia dejó fuertes marcas en Bianca. Ella ya venía huyendo, y de nuevo tuvo que enfrentar actos de violencia muy cercanos: "*Fue horrible vivir esa experiencia porque yo me acuerdo que cuando yo me levanté [...], empiezo a revisar la casa, que no hubiera nadie adentro de la casa con el cuchillo en la mano*". Frente a ese evento la decisión fue clara: salir nuevamente, sin tener un espacio a dónde acudir. Decidió acercarse a una organización que apoya a la comunidad LGBTQ+, haciendo uso de la **búsqueda de apoyo instrumental**, dentro de la categoría centrada en el problema. Ella identifica una organización confiable, y se dirige a ellos en busca de ayuda para garantizar su seguridad y la de sus hijas.

Bianca formaba parte de esa comunidad. Esa organización le había dicho con anterioridad que de llegar a sentirse en riesgo podía acudir con ellos, "*Entonces yo me fui para allí y yo les dije por favor ayúdeme porque yo no quiero regresar a mi casa*". La organización canalizó al grupo familiar a un albergue llamado HyS ubicado en Tapachula,

en donde Bianca llegó ‘mal’ y tuvo que ser remitida al hospital de emergencia. Aunado a esto, empezó a ser amenazada; y a recibir llamadas a su teléfono celular en las que le decían que la iban a rastrear. El apoyo del albergue fue de suma importancia en su proceso: *“Estuve en psicología como un mes y algo. [...] Ahí estuve desde el 5 de enero hasta el 17 de febrero que fue cuando me llamaron de que yo tenía mi cita para lo del reasentamiento y cuando salí de ahí, yo salí, yo le decía a Dios que pusiera toda su cobertura en mis hijas más que todo y en mí”*. Aquí se combinan estrategias centradas en la emoción, de **búsqueda de apoyo emocional e instrumental**: la organización actúa como un recurso para ofrecer apoyo físico, psicológico y médico a Bianca. Mientras ella enfrenta las amenazas persistentes, también evidencia el uso de la subcategoría de **regulación emocional**, al utilizar el apoyo psicológico para mitigar el impacto emocional de los eventos traumáticos que ha enfrentado. A la vez, utiliza el **afrontamiento espiritual** aferrándose a su fe y reorganizando sus planes para adaptarse a las nuevas circunstancias con resiliencia.

Los planes de Bianca se vieron trastocados por la situación que presenció; tuvo que replantear su vida y la de sus hijas, una vez más, haciendo frente a lo acontecido: *“yo al principio pues solo decía pues voy a conseguir la residencia, me voy a ir a otro estado y voy a empezar a trabajar, y pues aquí también se puede sobrevivir, pero ya después de lo que me pasó no. Aquí pues al menos salgo, para las niñas de ir al centro, pero de igual manera siempre siento como eso de que si alguien que me conoce me ve y no sé, siempre ando con ese temor”*. Llevando auestas un temor constante, aunque esté lejos del espacio donde tuvo lugar la situación, las secuelas de lo ocurrido siguen presentes en ella.

Bianca, al igual que Sol, optó por el programa de reasentamiento de ACNUR. Se enteró de ese programa en Tapachula, *“Porque la primera vez que yo vine en el 2021, a mí me habían dicho que existía una organización que se llamaba COMAR que le ayudaba a dar los papeles y eso”*. Una vez logró obtener su tarjeta por razones humanitarias e ingresar al programa, se enfrentó de nuevo a su ex pareja: *“Cuando me reconocieron como refugiada, yo le dije a él ahora si queréis levantar cualquier alerta, levantarla, yo ya soy refugiada, a mí nadie me puede regresar para Honduras”*. Ese hombre optó por no continuar con el pleito legal, en su lugar empezó a ayudar de forma económica a Bianca.

Cuidar, Criar y Educar

Ser madre autónoma y migrar junto a dos infancias agrega dificultades al proceso de movilidad; entre ellas está la manera en que las cuida, resguarda, cría y accede a derechos como educación y salud básica para sus hijas. El proceso de reasentamiento es tardado, y el dinero escasea rápidamente, así que, mientras Bianca estaba en Tapachula, empezó a trabajar como cajera en una hamburguesería. Ella vivía con una muchacha, también hondureña, que conoció un día en la fila de la COMAR. Por iniciativa propia le propuso vivir juntas, *“Ella me dijo que andaba sola, ella tenía dos niños también, pero la diferencia de que el niño más grande que ella andaba tenía cinco añitos y la más bebé iba a cumplir dos años. Entonces me ajusté con ella para ayudarme mutuamente y ella se quedaba de la casa con mis niñas y yo trabajaba”*. Esa dinámica duró un tiempo hasta que su compañera cambió de actitud y Bianca optó por alejarse. Sin embargo, ya había creado confianza con sus vecinas que a su vez la ayudaron: *“Donde yo vivía solo vivíamos mujeres, entonces la hija de la vecina me cuidaba después a las niñas ella tenía 16 años”*. Cuando Bianca es enviada al albergue HyS, pierde contacto con las personas de Tapachula. Por otra parte, sus hijas fueron discriminadas negándoles el acceso en una escuela, ya que no tenían en ese momento el ‘estatus de refugiadas en el país’.

La movilización es un contexto riesgoso para las infancias, por lo que Bianca elige los transportes desde su propia experiencia. En viajes anteriores optó por utilizar el tren, pero fue captada y retenida en contra de su voluntad muy cerca de la frontera con Estados Unidos. *“En Piedras Negras estuve retenida por un hombre, [...] ‘porque este año, en el 2023, yo me crucé tres veces a EE.UU. ilegalmente y en el desierto un hombre me secuestró por tres días y me quiso cortar mi pierna”*. Aquí se enmarca una estrategia de **afrontamiento centrada en el problema**, en la subcategoría de **planificación y prevención de riesgos**, al aprender de sus experiencias traumáticas y tomar decisiones más seguras en viajes posteriores, como optar por transportes que percibe como menos peligrosos. Sus experiencias la llevan a decidir de otra forma. *“Entonces siempre me movilicé en bus cuando andaba con mis niñas”*. También de las experiencias surgen las rutas a elegir con infancias. *“Sí, porque*

pues a mis niñas nunca las he metido al desierto ni las metería por nada del mundo. A mí me habían encerrado [...] un cajón del vagón del tren y ahí pasamos el 24 de diciembre”.

En un principio, cuando Bianca entró a trabajar, no tenía con quien dejar a sus hijas. En ese momento le permitieron llevarlas al trabajo, porque era un restaurante en la calle: *“entonces yo las sentaba en una mesa y mis niñas son bien obedientes, no son malcriadas ni nada de eso. Y ellas ahí estaban conmigo y si no, entonces como en producción había un lugar donde había una tele y si no yo ya las mandaba a producción y por medio de las cámaras de la producción, el jefe de ellos de ahí de la producción me prestaba el link para poder yo entrar desde mi celular a las cámaras”.* En ese relato se puede detectar la creatividad como **afrontamiento activo**, en la subcategoría de **búsqueda de soluciones prácticas**. Ella organiza un sistema que le permite trabajar y, al mismo tiempo, monitorear a sus hijas, garantizando su seguridad. Al igual que cuando caminan por las calles, Bianca siempre les dice: *“una se agarra con la otra y la otra me agarra, yo voy a ocupar las dos manos, me agarran el pantalón y eso, y así hemos intentado sobrevivir aquí, porque aquí es bien peligroso, y pues cuando andamos aquí en la calle así, ellas caminan adelante y yo detrás de ella”.* Procurando tenerlas vigiladas en todo momento, aquí se recurre al **afrontamiento centrado en el problema**, en la subcategoría de **protección inmediata y prevención de riesgos**. Establece reglas claras de seguridad para sus hijas durante la movilidad, priorizando su bienestar ante un contexto que considera como peligroso.

Bianca sabe que debe integrarse, al menos momentáneamente, en Querétaro. Su mayor reto sigue siendo el cuidado de sus infancias: *“Yo he hablado con el papá de la niña y él me dijo que me iba a apoyar porque ya saliendo yo de aquí, yo no siento como la confianza de ir a trabajar y dejar a la [niña pequeña] sola. Porque [la otra hija] ya está grande, sabe cocinarse, pero igual es un riesgo para mi niña [más pequeña] porque no queda lo suficiente cerca como para mirar que está en peligro o cosas así. Entonces yo hablé con él, yo le dije que si me podía apoyar pagándome la renta y mandándome dinero para comida y él me dijo que sí”.*

La Relación consigo misma (De Donde Viene la Fuerza)

Pese a tantos riesgos, violencias y vulneraciones, Bianca se ha mantenido fuerte en el camino. Esa ‘fuerza’ la atribuye a sus hijas. Sabe lo difícil que es enfrentar sola ese camino junto-a sus infancias, y reconoce su fortaleza: *“No es fácil porque pues andar sola, y con dos pequeñitas que no tienen idea tampoco de lo que andan pasando, solo andan aquí porque aquí estoy yo y pues no ha sido fácil, pero tengo dos niñas que son bastante fuertes”*. Reconoce en ella misma su fuerza: *“porque a pesar de tantas cosas que me han pasado sigo aquí de pie y pues siento que soy fuerte”*. Su conexión con sus hijas y su fe fueron su mayor fortaleza: *“Todas las noches oramos juntas. Mis niñas siempre decían: ‘Por favor, Diosito, que nuestro proceso de reasentamiento sea positivo’. Cuando llegó la noticia, lloramos de alegría ellas creen en un Dios que todo lo puede, y eso me da fuerzas”*. En ese fragmento, la estrategia de **afrontamiento espiritual** se hace evidente: Bianca y sus hijas encuentran consuelo y fortaleza en la oración y en su fe, lo que les ayuda a enfrentar la incertidumbre del proceso de reasentamiento, pese a las situaciones traumáticas del pasado.

Bianca y sus hijas han sufrido varios tipos de discriminación. Por un lado, por su condición migratoria cuando se les negó acceso a instituciones educativas a las niñas, o por su orientación sexual, al ser ella lesbiana. Por ejemplo, en Tapachula, cuando acudió a una entrevista de trabajo, el entrevistador le dijo *“ahí no se permitía ese tipo de gente”*, haciendo alusión a su orientación sexual, después de que Bianca respondiera una pregunta personal y directa sobre su orientación sexual, sin saber que ese tipo de preguntas son ilegales.

Los Albergues

Bianca estuvo en tres albergues: del primero no recuerda mucho, pues ingresó después de que experimentó un robo, y no tenía dinero para alimentar a sus hijas. Su segundo albergue fue HyS. De ese espacio recuerda la amabilidad y la forma en que la ‘ayudaron con terapia a salir’ después de una experiencia traumática. Ella se sentía constantemente vigilada y perseguida, hasta el punto de no querer salir de su cuarto. *“Y ellos me ayudaron a ver la vida de otra manera, de que siempre existe una segunda oportunidad”*.

Su ingreso por primera vez fue difícil, al no estar acostumbrada a convivir con muchas personas *“yo me acuerdo que yo no quería entrar al comedor”*. Al final entró y en medio del comedor empezó a llorar. Un trabajador del albergue se acerca a ella y a sus hijas: *“me dice vamos a jugar un juego, [...] si yo gano, su mamá va a entrar a comer, ya no va a llorar. Es verdad Bianca, me dice, sí le digo”*. El ganó el juego y les pidió a las niñas entrar a comer primero mientras hablaba conmigo: *“se puso a hablar conmigo y me dijo de que tal vez era una etapa difícil por lo que yo estaba pasando, pero que a medida que iban pasando los días las cosas iban a cambiar y que no me sintiera sola, que ellos estaban ahí para apoyarme y no sé, ellos me hicieron sentir como que a pesar de que no estoy en mi país, existe gente todavía que no se fija en una frontera ni se fija en un estatus migratorio”*. Al llegar al albergue en Querétaro, en un principio se sintió rechazada, ella quería salir corriendo. Dentro del espacio tuvo una recaída, pero después las cosas cambiaron y se sintió acogida nuevamente. Los albergues le brindaron una red de apoyo físico y emocional, aunque en la inmediatez fueran ella y sus hijas contra el mundo: *“O sea, eso me hacía sentir de que a pesar que andaba sola con mis niñas, siempre había alguien de que se sentía como que se preocupaba por mí”*. Su mayor queja sobre los espacios es la comida: *“porque pues, o sea, a veces daban sopa de lenteja, sopa de fideos, desayuno, almuerzo y cena...pues las comidas que no me gustaban, yo compraba pollo asado”*.

El Futuro

Bianca también sueña, se ve a futuro con una vida estable para sus hijas. *“[Una de las niñas] quiere ser doctora o policía; la otra militar. Yo quiero tener mi empresa de pintura y aire acondicionado. Me gusta transformar las cosas, darles una nueva oportunidad, como yo tuve la mía.”* Aunque su historia está marcada por el dolor, también lo está por la esperanza. Bianca no sólo ha sobrevivido; ha mostrado al mundo que el amor de una madre puede superar cualquier obstáculo. *“Mis hijas son mi mayor motor. No me veo en la vida sin ellas, ni ellas sin mí”*. Ahora, con su proceso de reasentamiento casi completo, Bianca está lista para empezar de nuevo, demostrando que, a pesar de todo, sigue de pie, luchando y soñando. Utiliza sus sueños como motivación para seguir adelante. Demostrando una actitud

de fortaleza frente a sus circunstancias. Todo ello ilustra una estrategia de **afrontamiento centrada en la emoción**, en la subcategoría de **esperanza y proyección a futuro**. Ve su futuro con ojos positivos, con fe y esperanza.

Bianca emplea una combinación de estrategias de afrontamiento **centradas en el problema y centradas en la emoción**, adaptándose a las demandas y riesgos específicos de cada etapa de su migración y vida personal. Esas estrategias fueron fundamentales para garantizar su supervivencia, la seguridad de sus hijas y su estabilidad emocional. Las estrategias de Bianca no sólo responden a problemas inmediatos, sino que también revelan su capacidad de adaptación.

Resumen de Estrategias de Afrontamiento utilizadas por Bianca

| | |
|---|--|
| Estrategias Centradas en el Problema | <p>Afrontamiento activo: Bianca denuncia a los agresores, lucha por la custodia de sus hijas y utiliza recursos legales para proteger a su familia, a pesar de los procesos revictimizantes.</p> <p>Búsqueda de apoyo instrumental: acude a redes sociales y organizaciones, como albergues y grupos LGBTQ+, para recibir asistencia práctica en momentos críticos, como la falta de vivienda o protección.</p> <p>Planificación y prevención de riesgos: aprende de sus experiencias previas, como evitar el uso del tren por los riesgos de secuestro, y elige rutas y transportes más seguras para sus hijas.</p> <p>Protección inmediata: implementa medidas de seguridad inmediatas, como reglas específicas para proteger a sus hijas durante la movilidad o resguardarlas en situaciones de violencia.</p> |
| Estrategias Centradas en la Emoción | <p>Redefinición cognitiva positiva: interpreta las adversidades como una prueba de fortaleza.</p> <p>Redefinición espiritual: su fe en Dios le proporciona un sentido de protección y guía, especialmente en momentos de mayor incertidumbre o peligro.</p> <p>Esperanza y proyección a futuro: mantiene sus metas personales y familiares, visualizando un futuro mejor para ella y sus hijas, lo que actúa como un motor emocional.</p> <p>Búsqueda de apoyo emocional: recibe apoyo psicológico y social en albergues, donde encuentra un espacio para sanar tras eventos traumáticos.</p> <p>Regulación emocional: utiliza psicoterapia y medicamentos para mitigar el impacto del estrés postraumático, como se observa tras el evento violento en Tapachula.</p> <p>Aceptación activa del problema: reconoce la falta de control sobre ciertas situaciones y se enfoca en adaptarse emocionalmente a las circunstancias.</p> |

3. Siento que Ya Nadie nos Puede Humillar: Estudio de Caso de Mar.

Ruta de Mar



Elaboración propia

La Vida Antes de Salir

Mar había tenido que cargar mucho peso sobre sus jóvenes hombros. Con tan sólo catorce años vivía en su país, Honduras. En la escuela era el blanco del *bullying*, y en casa, las tensiones familiares marcaban su día a día. Al cumplir quince años, la poca estabilidad que la sostenía se desmoronó: su padre se marchó, dejándola a ella, a sus hermanos y a su madre en un limbo. “*Nos dejó y me cayó toda la responsabilidad aún más y me tuve que hacer cargo de mis hermanos y mamá*”. En esa etapa, Mar recurre a una estrategia de afrontamiento centrada en el problema; asumir responsabilidades familiares, la ausencia del padre y la presión de ser parte del sostén familiar. En ese contexto, Mar decide casarse. Se mudó con su novio a un pequeño apartamento, pero, la responsabilidad de cuidar a su familia la seguía alcanzando. Su matrimonio también es parte de una estrategia centrada en el problema; la búsqueda de apoyo. Esa decisión nos muestra un intento por redistribuir la carga de cuidado emocional y práctica que se le había asignado. Mar fue madre unos años después. Sus duras condiciones y su maternidad eran demasiado para ella: “*El trabajo, ser mamá, ser*

ama de casa y ser mujer también, ser hija y hermana era demasiado para mí". Apenas a sus dieciocho años, su vida era un torbellino. Sin embargo, fue el abandono de su pareja lo que marcó el inicio de una crisis aún más profunda. En medio del colapso emocional, Mar perdió un embarazo; el hospital, la soledad y el reproche de su familia aumentaron su depresión. *"Entonces a partir de ahí yo empecé a caer en depresión y depresión y depresión."* No tuvo acceso a educación sexual ni a métodos de planificación, *"Entonces yo era tan ignorante en tantas cosas."* En esa crisis ella emplea una estrategia de afrontamiento centrada en la negación y bloqueo emocional, la pérdida, el colapso y la falta de apoyo tanto familiar como institucional la llevan a evadir los recuerdos, y continuar con su vida pese a las circunstancias.

Mar estaba en proceso de entrar a trabajar a una heladería, en donde le pedían algunos documentos para contratarla, entre ellos, varios exámenes médicos. Agotó sus opciones y recursos para acceder a los exámenes, pero le faltaba dinero. A través de Facebook conoce a un hombre, que se ofrece para ayudarla a obtener los exámenes. Siempre fue muy respetuoso con ella. Un día le pide acompañarlo a su apartamento por unos documentos. Mar no le vio problema. Una vez en su apartamento, le pide que le pase el cargador de su computadora que estaba en la habitación principal. Este hombre entra detrás de ella y la agrede sexualmente. Después de esto Mar decide contarle a su pareja: *"Ya le conté a mi pareja lo que me había pasado porque yo siempre seguí enamorada de él. Él me decía que eso me pasaba por confiada"*. Mar no vuelve a hablar de esto, sin embargo, fue uno de los impulsores de su migración: *"Nunca se lo dije a mi mamá y creo que fue uno de los motivos por los que yo me quise venir"*. Ella bloqueó los recuerdos, olvidó su cara y su nombre. *"Yo no recuerdo, mi mente se bloqueó tanto que no sé cómo olvidé su cara y olvidé su nombre. También olvidé sus manos, solamente recuerdo sus pies y su vestimenta, eso es todo"*. Aunque no es parte directa de su proceso de movilidad sino una de las causas, Mar utiliza ante la agresión la estrategia centrada en la emoción, la negación y el bloqueo emocional.

Encontró un poco de tranquilidad después de ese traumático suceso. Tuvo a su segunda hija y trabajaba en su propio negocio, mostrando gran habilidad para la venta de crepas, ropa, zapatos, incluso lencería. Todo lo vendía, pero la violencia se intensificó en su

colonia. Un hombre de la pandilla que la conocía de pequeña empezó a acosarla. Mar no le prestó atención, *“entonces como ese muchacho pandillero vio que yo no le paraba bola, lo hizo con mi hermana, empezó a acosar a mi hermana, empezó a acosarla hasta el punto de traérsela secuestrada hasta acá a México”*.

Ante el aumento de la violencia, la falta de recursos, el secuestro de su hermana y su agresión sexual, la decisión fue clara: tenían que escapar. Un día la madre de Mar se acerca a ella, y le muestra una foto de su hermana (llevada a México en contra de su voluntad por un hombre perteneciente a las pandillas). La foto tiene tal impacto en Mar que se desvanece. Su hermana está demasiado golpeada: *“Entonces [...] nos quedamos con mi madre llorando”*. Después Mar fue perseguida por un coche, lo que incrementó su miedo en un contexto ya conflictivo. Planea que con su quincena más su renuncia les podría alcanzar para migrar a México. En medio de ese proceso los ‘mareros’ se acercaban constantemente a su casa para amenazarlos, diciendo que su hermana era una traidora.

En el camino, Mar se ha hecho con herramientas que le han permitido hablar de aquellas cosas que antes no podía mencionar: *“He sufrido mucho, pero estoy admirada porque a veces cuando yo contaba todo esto no podía ni hablar, se me ponía un gran nudo y ahora puedo decirlo”*. *“Le digo yo puedo llorar, entonces me permito mis emociones”*. Mar demuestra una estrategia de afrontamiento centrada en la emoción enmarcada en desahogarse; y expresar abiertamente lo que siente. Esto ha sido parte de un proceso que ha llevado a cabo durante su movilidad, si bien no ha tenido suficiente acceso a apoyo psicológico, ha sido ayudada principalmente por mujeres trabajadoras y humanitarias en el camino. Ellas han sido parte de su sostén, parte de su capacidad de verbalizar su experiencia y permitir el desahogo emocional como resultado de su interacción con mujeres y los espacios seguros en albergues. *“Entonces no sé cómo, pero lo he aprendido aquí pues todavía no he tomado ayuda psicológica como debe de ser, pero aquí he aprendido tanto por ustedes (responsables de atención humanitaria del albergue en ese momento). Siento que ya nadie nos puede humillar como en Honduras”*. Ese espacio del albergue fue muy

representativo para Mar. Así lo manifiesta: *“Me he dado un break de la vida, de toda mi vida, desde pequeña, como que cálmate, ahorita vamos a respirar”*.

Pese a esos espacios, la separación del núcleo familiar es un factor que afecta a las infancias. Mar ya no se encuentra con el padre de sus hijos, pero identifica muy bien que les afecta esa separación a causa de la movilidad forzada: *“siempre estábamos haciendo planes como para que él viajara por los niños, porque los niños siempre se han quedado con él y como que ahorita los niños les afecta mucho porque es un hombre mimador, él no es excelente hijo, no es excelente marido, pero papá si es, entonces [...] los niños les ha afectado”*. Ese cambio emocional, principalmente en su hijo, es un factor que la lleva a pensarse dos veces salir a trabajar y dejarlo, identificando también la necesidad de apoyo psicológico para su hijo: *“él no es de las personas que se expresan, entonces por eso no quería ir a trabajar, pues también ocupa ayuda psicológica”*.

El Viaje

El acuerdo con el padre de los hijos de Mar fue que ella se llevaría a la niña, y él se quedaría con el niño para el ‘pase’ a Estados Unidos, y en algún momento se podría hacer el trámite de reunificación familiar. Ajustaron aproximadamente 20,000 pesos mexicanos y salieron de Honduras. Viaja Mar con su hija, su madre, y un hermano adolescente. En el camino les recomiendan acompañarse con otras personas y así lo hicieron. Pero su hija menor no traía pasaporte, y deben tomar una ruta alterna por la montaña. En el camino todo el dinero que habían logrado juntar lo perdieron *“Veníamos en ese camino, y nos quitaban el dinero los policías de Guatemala nos dejaron sin nada”*.

Migrar en grupo evidencia una estrategia de afrontamiento emergente, subcategoría de resiliencia y redes de apoyo entre migrantes, reflejando cómo Mar intenta reducir los riesgos asociados al desplazamiento migratorio mediante apoyo. Al llegar a Tapachula, México, el ex esposo de una prima⁶ les dio un lugar donde vivir. Este hombre es coyote, y

⁶ Mar lo llamó porque era cercano a la familia, y es coyote.

pudo pasar a otra hermana en meses recientes. De nuevo nos remitimos a la búsqueda de apoyo social como estrategia.

Cuidar en Tránsito

La hija menor de Mar dejó de comer. Llevaba tres días sin comer, *“Solo eran galletas y jugos lo que comíamos, y ella estaba acostumbrada a frijoles”*. Ese cambio brusco en la dieta la afectó profundamente. Al no tener documentos ni información, Mar no pudo llevarla al hospital: *“No tenía papeles para llevarla a un hospital, me decían que no me van a atender”*. Además, se enteró de que a su otro hijo que seguía en Honduras no lo querían pasar.

En medio de la incertidumbre, el poco alimento que tenían se agotó: *“Tuvimos cinco días sin comer nada”*. El único ingreso que lograron tener fue gracias a su hermano adolescente de 16 años que venía con ellas y logró encontrar trabajo en una construcción. Su padre no pudo enviarles dinero ya que cayó enfermo; y su vivienda no contaba con las condiciones dignas para vivir: *“Solo había con qué cocinar, pero no había colchonetitas, no había nada en el puro piso helado, helado, y fue tan triste porque la niña no, la niña ya la tenía acostumbrada a dormir en una muy buena cama y yo deseaba tener tanto dinero para que los inmigrantes no pasen por esto, mi niña tan chiquita y sufrió todo eso”*. Para tratar la enfermedad de su hija, Mar y su mamá le dieron de todo lo que conocían, pero incluso conseguir hierbas era complicado: *“miren, no sabíamos los nombres de la hierba, y mi mamá buscando, preguntando”*. En un momento de riesgo directo como lo es la enfermedad de su hija, la respuesta directa a peligros y dificultades inmediatas es la estrategia utilizada es el uso de lo que tenía a su disposición para tratar de la mejor forma a su hija.

Por fortuna, su hermana había logrado ingresar a Estados Unidos. Empezó a trabajar y les envió dinero. Con ese dinero, Mar fue a una Farmacia Similares, y le dieron medicamento para su hija, pero no se recuperó completamente.

A Donde Ir

Cuando el padre de Mar se fue de casa años atrás, su madre intentó buscar un mejor futuro y migró a México con su hijo menor. En ese momento en Tapachula se enteró del proceso de refugio con apoyo de la COMAR; e inició el proceso. Sin embargo, debe volver

a Honduras por problemas familiares. Cuando Mar y su madre ya se encuentran en Tapachula, ya contaban con la información del proceso de regularización migratoria por parte de COMAR. Mar recurre a esa estrategia centrada en el problema, subcategoría de búsqueda de apoyo instrumental / apoyo institucional. Su iniciativa de contactar a COMAR y acceder al proceso de regularización refleja su capacidad para aprovechar redes formales de apoyo.

Días después llega su hijo menor junto al resto del núcleo familiar, lo que la alivió un poco: *“Yo no podía vivir sin él, yo me hubiera ido de nuevo para Honduras”*. Su padre no quería enviarlo: *“Pero yo le dije al señor que le tocara el corazón”*. Al no tener otra opción y con la distancia de por medio, Mar recurre a la estrategia centrada en la emoción y uso de la fe. Los abuelos paternos notaron la depresión del niño y decidieron enviarlo junto a Mar: *“Cuando ese niño me vio, todos los colores le volvieron”*.

En ese punto, ella no contaba con ningún documento, por esto no lograba encontrar trabajo; y la comida de nuevo empezaba a escasear. Mar optó por ir a las oficinas de ACNUR a preguntar si tenían algún apoyo, y efectivamente contaban con un apoyo para compra de despensa. Les brindaron una tarjeta que podían utilizar en el supermercado para las compras, *“Todos esos movimientos yo los hice, yo fui a poner la cara y yo conseguía tarjetas así de comida y así se apoyaron económicamente”*. Agotando los recursos disponibles y ante una situación sumamente adversa (la falta de comida), la estrategia elegida de nuevo es la búsqueda de apoyo instrumental. Estrategia que como se mencionó anteriormente también utilizaron para enfrentar su situación administrativa migratoria, al recurrir a espacios institucionales que les podrían brindar apoyo como ACNUR y COMAR. Ese pequeño empujón de apoyo con la despensa, ayudó a equilibrar su situación económica y a establecerse de mejor forma en Tapachula. Por la situación de violencia a la que su familia se había enfrentado, por la posibilidad de encontrarse con el agresor de su hermana; ACNUR, quienes estaban a cargo de su proceso de reasentamiento, deciden trasladarlos a Querétaro; a un albergue que podía apoyarlos en una integración temporal mientras a la par se llevaba el proceso de reasentamiento que puede tomar hasta 2 años.

Querétaro y el albergue

Cuando les proponen ir a Querétaro, Mar acepta; teniendo siempre en mente que su proceso podría ser muy tardado: *“Esperaremos dos años, dos años para la entrevista con los agentes de EE.UU.”* Esos procesos son muy complicados emocionalmente; ya que en cada filtro del proceso deben volver a contar su historia lo más detalladamente posible. *“Lloró (una de las abogadas) porque a ella sí tenía que contarle exactamente detalle con fecha y todo, y eso es muy duro recordarlo [...] que todavía no puedo contarlas, pero me siento bien porque ahorita ya estoy como que contándolo”*. Aunque Mar llora al contar parte de su historia: *“O sea, siempre está como que esas lágrimas, todavía duele, te mueve cosas”*. Al procesar su historia en detalle, su estrategia de afrontamiento emocional, subcategoría de manejo emocional, es la narrativa; aunque doloroso, compartir su experiencia le ayuda a manejar las emociones asociadas al pasado. El albergue de Querétaro fue su primera experiencia en un albergue, un espacio donde las cosas se movían de manera diferente a lo que ella y su familia estaban acostumbrados. Uno de sus choques más difíciles fue la comida: *“Entonces ya nos dijeron van a ir a este albergue y cuando llegamos acá miramos, nos encantó de vista, pero cuando ya miramos la comida, al tercer día lloramos”*. Aunque parezca algo irrelevante, la realidad es que parte de lo que nos conecta con nuestras raíces proviene del gran significado de la comida, que adquiere aún más importancia cuando nos alejamos del lugar en donde estos sabores tenían su origen.

Esto lo expresa claramente Mar cuando dice: *“Es que no, me dice nunca habíamos comido así, pero nosotros no entendíamos que en los países la comida es muy diferente, como íbamos en familia podíamos cocinar a nuestro gusto”*. Con el tiempo su relación con el espacio mejoró, y no sólo con la comida, sino también con las reglas y las actividades; poco a poco se fueron adaptando: *“nosotros empezamos a adaptarnos mejor y mejor y mejor”*. La experiencia en el albergue se une a una estrategia combinada, con aspectos centrados en el problema y en la emoción: por un lado, el espacio facilita la reestructuración de la rutina familiar (centrada en el problema); y por otro, brinda un entorno de calma que les permite reflexionar y resignificar sus experiencias (centrada en la emoción).

Para muchas personas migrantes los albergues no son sólo espacios para pasar la noche, sino que adquieren mayor significado, les ayudan a retomar rutinas y encontrar un espacio de calma en medio de la incertidumbre. Sin embargo, su adaptación suele ser un proceso largo y complicado, muchos albergues marcan caminos y vidas “*Y como decimos a la familia entera, esto nos ha marcado la vida, bueno, ustedes nos han marcado la vida*”. El futuro parece un poco menos turbio. Pocos meses después de la entrevista, Mar y su familia lograron el reasentamiento, lo que significa que podrían ingresar a EEUU con sus documentos en orden y empezar de nuevo su vida. Mar deja un mensaje para otras personas en esa misma situación:

Solo dígales que por más que piensen que se van a ahogar, a morir, siempre existe una luz, siempre existe una salida para todo menos para la muerte. Yo pensaba, mi hija a punto de morirse, mi hijo en Honduras, ¿para qué voy a continuar ese camino? ¿para qué voy a continuar si ya todo está perdido? Mi plan era casarme en EE.UU con el papá de mis hijos, siempre fue mi sueño, fue el amor de mi vida y ya las esperanzas estaban bajo el suelo, y la vida me cambió, mi hija se recuperó, mi hijo llegó y todo.

Resumen de Estrategias de Afrontamiento Utilizadas por Mar

Mar empleó una combinación de estrategias de afrontamiento centradas en el problema y estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, adaptándose a las adversidades a lo largo de su vida y proceso migratorio.

| | |
|---|---|
| Estrategias centradas en el problema | <p>Estas estrategias se enfocaron en acciones directas para enfrentar las dificultades y buscar soluciones concretas.</p> <p>Asumir responsabilidades familiares: desde la partida de su padre, Mar asumió el rol de cuidadora de su madre y hermanos, enfrentando directamente las necesidades familiares.</p> <p>Búsqueda de apoyo estructural y reorganización familiar: su decisión de casarse a los 15 años reflejó un intento de redistribuir la carga de cuidado y buscar estabilidad en su vida.</p> <p>Huida de situaciones de peligro extremo: ante la violencia de las pandillas, el secuestro de su hermana y las amenazas constantes; tomó la decisión de migrar para salvaguardar la integridad de su familia.</p> <p>Reubicación estratégica: durante su tránsito, aceptó trasladarse a espacios más seguros, como el albergue CAMMI en Querétaro, a través de la gestión de ACNUR.</p> <p>Búsqueda de apoyo institucional: recurrió a organizaciones como COMAR y ACNUR para acceder a procesos de regularización migratoria y apoyo económico, obteniendo recursos esenciales como tarjetas de despensa.</p> <p>Resiliencia y redes de apoyo: migrar en grupo con otras mujeres y brindar apoyo mutuo en el camino permitió disminuir los riesgos asociados al desplazamiento.</p> <p>Adaptación económica: utilizó los ingresos generados por su hermano adolescente para suplir necesidades inmediatas cuando los recursos escaseaban.</p> |
| Estrategias Centradas en la Emoción | <p>Estas estrategias ayudaron a Mar a manejar el impacto psicológico y emocional de las experiencias traumáticas.</p> <p>Negación y bloqueo emocional: tras sufrir una agresión sexual, bloqueó los recuerdos del evento como mecanismo para continuar con su vida.</p> <p>Procesamiento emocional y expresión de sentimientos: durante su tránsito; aprendió a hablar de sus emociones y experiencias, permitiéndose llorar y expresar su dolor con el apoyo de trabajadoras humanitarias y espacios seguros.</p> <p>Resignificación positiva: reformuló eventos traumáticos, como el secuestro de su hermana, enfocándose en los resultados positivos que éstos trajeron, como la estabilidad alcanzada por ella en Estados Unidos.</p> <p>Uso de la fe y prácticas religiosas: la oración y la confianza en Dios le ayudaron a enfrentar momentos de incertidumbre y angustia, como la separación de su hijo.</p> <p>Narrativa del trauma: al relatar su historia en detalle durante entrevistas de reasentamiento, comenzó a procesar los eventos traumáticos, aunque esto implicara revivir emociones dolorosas.</p> |
| Estrategias Combinadas | <p>Reestructuración de rutinas en albergues: en el CAMMI, adaptó su rutina y la de su familia para cumplir con las reglas del espacio, mientras encontraba calma emocional para reflexionar sobre sus experiencias.</p> <p>Las estrategias de afrontamiento utilizadas por Mar reflejan una combinación de respuestas adaptativas y prácticas ante las adversidades. Estas estrategias se pueden resumir en tres áreas clave:</p> <p>Gestión de recursos inmediatos: Mar priorizó la búsqueda de apoyo estructural e institucional (ACNUR, COMAR, redes comunitarias), lo que le permitió acceder a recursos esenciales como refugio, alimentos y regularización migratoria. Su capacidad para identificar y utilizar estas herramientas fue fundamental para garantizar la seguridad y estabilidad básica de su familia.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Adaptación ante riesgos y crisis: ante situaciones de violencia y peligro extremo, Mar optó por soluciones rápidas y efectivas, como migrar para protegerse y reubicarse en espacios más seguros. Su decisión de formar redes de apoyo en tránsito y recurrir a estrategias económicas temporales muestra un enfoque pragmático para manejar situaciones críticas.</p> <p>Procesamiento emocional controlado: aunque limitada en acceso a apoyo psicológico formal, Mar utilizó mecanismos emocionales como la resignificación positiva y el apoyo espiritual para mantener su estabilidad mental. Esto complementó su enfoque práctico, permitiéndole continuar tomando decisiones clave pese al trauma.</p> |
|--|--|

4. No te Voy a Dejar Sola: Estudio de Caso de Luz.

Ruta de Luz



Elaboración propia

La razón

Luz y su familia son de Honduras. Ella migró acompañada de sus dos hijas, una adolescente de 16 años y una adulta de 21 con su hija de 2 años. Antes de salir de su país, Luz era comerciante de todo un poco: *“Mire, yo trabajando todos los días, metía frutas y demás, y trabajaba con ropa, zapatos, encargos, todo eso”*. Cuando nació su nieta, tuvo que dejar de trabajar—(el parto fue muy complicado pues tuvo cesárea y su apéndice le dio dificultades), para dedicarse al cuidado de su nieta mientras su hija se recuperaba. En este fragmento, Luz utiliza una estrategia de afrontamiento centrada en el problema, respuesta

directa a peligros y dificultades inmediatas, al asumir el cuidado de su nieta para apoyar la recuperación de su hija. Luz reorganiza las responsabilidades familiares para garantizar el bienestar del núcleo. Su vida también estuvo marcada por la violencia: su hijo menor fue llevado a la cárcel por un error. Estaba con sus amigos cerca de un grupo de personas pertenecientes a la pandilla 18 que estaba en medio de una transacción: *“El caso que en esa esquina estaban los pandilleros esperando que les iban a vender un dinero de los otros y los pandilleros recogieron el dinero y ellos sin imaginarse, solo estaban ahí, sin imaginarse que la policía venía dándole seguimiento a los otros, y cuando los pandilleros miraron de que venía la policía y ellos no salen a la carrera porque como pues no y se los llevaron a ellos a cuatro, a todos ellos”*. Fue sentenciado a un año por extorsión; y cuando ingresó a la cárcel fue golpeado por la pandilla por no aceptar ingresar a ésta. En medio del dolor y la confusión, Luz fue a hablar con la pandilla: *“Yo fui a hablar con la pandilla, le dije yo, mire, yo necesito que ustedes me desengañen, porque yo conozco mi hijo, que él es trabajador en todo, pero usted sabe que uno para cometer un error, le digo yo, es de un momento a otro, le digo yo, entonces yo necesito que ustedes me digan la verdad, si es verdad, ¿mi hijo pertenece a la pandilla?”*. A lo que el jefe de la pandilla respondió que no. Luz siguió peleando por sacar a su hijo de la cárcel con la plena seguridad de que él no estaba involucrado en las pandillas, hasta que logró apelar y su hijo salió libre. Aún con el miedo de alguna represalia, prefirió enviarlo con su suegra a España. Luz demuestra una estrategia centrada en el problema, subcategoría de afrontamiento activo, en donde su principal línea fue el uso de recursos legales, decidiendo investigar la verdad con los pandilleros. Apelar la sentencia refleja un enfoque proactivo para resolver una situación de injusticia.

La situación económica se estabilizó un poco cuando su hija mayor logró recuperarse y empezar a trabajar vendiendo nieves. Luz retoma su negocio, sin embargo, la pandilla no las dejó tranquilas. Una noche hombres armados entraron a su casa, las ataron y se llevaron al padre de su nieta que vivía con ellas. Cuando lograron soltarse, su hija mayor y cuñada salieron a buscar rastros de él, fueron a la policía a preguntar, pero nadie les dio razón. Desde ese momento empezaron a recibir amenazas. Cuando la noticia de lo sucedido se propagó, la policía hizo cateos en la colonia; y los pandilleros culparon a la familia de Luz de haberlos

denunciado ante la policía por lo sucedido, al punto de tratar de llevarse a la nieta de Luz. Ante ese panorama sólo quedaba una ruta. Sale con dos hijas y su nieta.

El Viaje

Viajaron de noche, con pocas cosas: toda una maleta con los juguetes de la nieta. Luz llevaba su insulina y un poco de dinero. Tomaron camión procurando pasar desapercibidas, ya que sabían que en la frontera podían encontrarse a la pandilla. *“Yo iba con mis cipotas⁷ y les decía tápanse la cara con el suéter así hasta que llegamos a Tapachula”*. El viaje casi no se sintió, la adrenalina era tanta que el viaje paso a segundo plano. Al llegar a Tapachula con algunos ahorros, se quedaron un tiempo en un hotel y, poco después, lograron alquilar un cuarto. La decisión de migrar para proteger a su familia es una estrategia centrada en el problema, subcategoría de respuesta directa a peligros y dificultades inmediatas. A la vez prioriza la seguridad del grupo familiar, utilizando medidas preventivas como viajar de noche y ocultar sus identidades en el camino. El dinero se agotaba rápidamente y la insulina también. Sin saber qué hacer, Luz, quien había hecho buenas relaciones con sus vecinas, decidió preguntarles si conocían algún lugar que ayudara a migrantes, empleando una estrategia centrada en el problema: la búsqueda de apoyo social en su comunidad cercana. *“Mi vecina traía dos cipotas de la edad y siempre se hablaban, le digo existe algo aquí para migrantes, ayuda o así, ella me mando al ACNUR”*. En la oficina de ACNUR, Luz les dijo que México no era opción para ellas, ya que miembros de la pandilla podían seguirlas, que incluso ellas sabían que varios de ellos iban constantemente a Tapachula; así empezaron su proceso con ACNUR y COMAR. Hicieron uso de la estrategia de búsqueda de apoyo instrumental directamente en instituciones.

Tapachula

El dinero empezó a escasear, y las tensiones familiares también se hicieron presentes. Su hija menor quería regresar a Honduras: *“se me quería regresar y me hizo maletas dos veces y le digo bueno, ni modo, no sé puede regresar, yo voy a rezar porque no te voy a dejar*

⁷ Forma en la que se refiere a una niña o niño en Honduras

sola". Ante la falta de posibilidades, Luz recurre a su fe. Además, recurre de nuevo a la búsqueda de apoyo social: abrumada, le cuenta a una de sus amigas lo que sucede con su hija; y ella le aconseja encontrarle un trabajo para que se distraiga. *"Y mire, me dice una amiga, mire, tiene que conseguir un trabajo para que ella se distraiga"*. Su amiga la pone en contacto con un señor que en ese momento buscaba a una persona para que cuide de su bebé; así su hija empezó a trabajar. El uso de esa estrategia hace frente a dos desafíos: apoya en la economía del grupo familiar y ayuda emocionalmente a su hija; ante la falta de apoyo especializado y la necesidad de sobrevivir en un espacio desconocido. Le pagaban 1,200 a la semana y le daban comida; mientras su hija mayor trabajaba limpiando la casa de la misma persona. Al principio le pagaban de manera semanal, pero ella pedía constantemente permisos para acudir a trámites, ya que era la titular; así que su jefe tomó la decisión de pagarle diario y no semanalmente. Para no perder parte de la economía familiar, Luz habló con el señor y le propuso que fuera ella a trabajar los días que su hija no podía. *"Igual todo va para el mismo lado"*. Luz tenía experiencia en labores de limpieza y comida, y destacó en ese empleo. *"Entonces miren que me voy a hacerle el primer día al señor, Ay no, aquel señor encantado, porque me dice ¿me puede hacer una comida?, le hice la comida y la casa de tres plantas y la cerámica blanquita, y viera como se la tenía la trabajadora que tenía, se la tenía toda manchada, y yo puse a calentar agua y lavé la cerámica, no, me dice, mire, hagamos una cosa, le ofrezco un cuarto, me dice, véngase con sus hijas, me dice, y me trabaja usted mejor"*. Esto para Luz fue una gran oferta, no tenían que pagar renta; y se sentían más seguras. *"Fue una gran bendición ese señor"*. Así lograron vivir su tiempo en Tapachula. Un día mientras salían a comprar en la tienda, vieron a uno de sus victimarios a pocas calles. Alteradas, se lo comunicaron al oficial de ACNUR quien les dijo que su mejor opción era moverse. Les propusieron la ciudad de Querétaro como un espacio más seguro y en donde podían ser recibidas en un albergue.

El Albergue

Su hija menor estaba muy encariñada con la niña que cuidaba, pero la seguridad de su núcleo familiar predominaba. Viajaron en autobús y llegaron al albergue, *"más pensaba en mi hija, porque ella que no se quería venir, y cuando más me dolió, es cuando el primer*

día que comimos, que comimos manzana con zanahoria, no me acuerdo que fue más, pero ella no comió". Su primer desafío en el albergue fue la comida y la rutina: *"Dije, esto va a ser difícil, pero yo le pedía fuerzas a Dios, yo sé que él nos va a ir acomodando poco a poco, yo le decía, bueno, orar para que todo nos vaya a ir bien"*. Aquí se refleja una estrategia de afrontamiento emocional, subcategoría de uso de la fe y espiritualidad. Luz se apoya en su fe para encontrar consuelo y fortaleza frente a los desafíos de adaptación en un entorno nuevo. Al igual que otras familias con el tiempo se van acoplando, para Luz era más difícil debido a su diabetes; debía monitorearla diario y tener una dieta equilibrada. El albergue con el tiempo se convirtió en su casa, la rutina ayudó a su hija adolescente a sentirse mejor. Ellas al igual que otros grupos familiares optaron por el reasentamiento, un proceso largo, pero más seguro para ellas. Luz jamás quiso utilizar el tren o continuar por cuenta propia el camino a EEUU, pues el riesgo era demasiado, más para un grupo familiar de 4 mujeres. En el albergue tuvieron acercamiento a cierto apoyo psicológico. Esa oportunidad no la habían tenido en su viaje. Cuando lograron descansar y sentirse seguras identificaron el reto emocional y psicológico; e hicieron uso de las herramientas a su disposición, en este caso el área de apoyo psicosocial del albergue. Algunas semanas después de la entrevista, Luz salió del albergue, pues encontró una habitación en renta mientras su proceso continuaba. Aunque en este momento tiene un proceso de integración temporal, su destino final no es México.

Resumen de Estrategias de Afrontamiento Utilizadas por Luz

Luz empleó diversas estrategias de afrontamiento, para enfrentar las adversidades derivadas de su contexto de violencia, precariedad económica y movilidad forzada. Esas estrategias se clasifican en las siguientes categorías:

| | |
|--------------------------------------|---|
| Estrategias centradas en el problema | <p>Redistribución de roles familiares: Luz asumió el cuidado de su nieta para apoyar la recuperación de su hija tras un parto complicado, reorganizando las responsabilidades dentro del núcleo familiar.</p> <p>Afrontamiento activo con uso de recursos legales: investigó la situación de su hijo menor, apeló la sentencia y logró liberarlo de una acusación injusta, priorizando su seguridad al enviarlo a España.</p> |
|--------------------------------------|---|

| | |
|-------------------------------------|---|
| | <p>Respuesta directa a peligros y dificultades inmediatas: la decisión de migrar para proteger a su familia fue una acción inmediata ante el peligro, utilizando medidas preventivas como viajar de noche y ocultar sus identidades.</p> <p>Búsqueda de apoyo social: Luz aprovechó sus relaciones comunitarias en Tapachula para obtener información sobre recursos para migrantes, como ACNUR y COMAR.</p> <p>Búsqueda de apoyo instrumental: recurrió a instituciones como ACNUR y COMAR para iniciar un proceso de reasentamiento que ofreciera mayor seguridad a su familia.</p> <p>Reorganización económica familiar: facilitó el empleo de su hija adolescente como forma de contribuir al sustento familiar y mejorar su bienestar emocional.</p> <p>Aprovechamiento de oportunidades laborales: Luz ofreció su experiencia en labores domésticas y de cocina, asegurando un espacio seguro para su familia al aceptar la propuesta de su empleador de vivir en su casa.</p> |
| Estrategias centradas en la emoción | <p>Uso de la fe y espiritualidad: Luz recurrió a la oración como una fuente de fortaleza emocional y esperanza durante los momentos más difíciles, incluyendo la adaptación al albergue.</p> <p>Manejo emocional del estrés: ante la presión de su hija menor por regresar a Honduras, utilizó la oración y el apoyo emocional de sus amigas para mantener la cohesión familiar.</p> <p>Acceso a apoyo psicosocial: Luz y su familia aprovecharon los servicios psicológicos del albergue, identificando y abordando las afectaciones emocionales acumuladas durante su proceso de movilidad.</p> |
| Estrategias Emergentes | <p>Reorganización estructural y emocional: la adaptación a la rutina del albergue le permitió encontrar estabilidad para su familia, mejorar la gestión de su diabetes y garantizar la salud emocional de su hija menor.</p> |

5. Los Niños Van Antes, Si No Queda Ni modo: Estudio de Caso de Gloria.

Ruta de Gloria



Elaboración propia

La Decisión de Huir

Gloria recuerda la noche en que su vida cambió. Ella y su familia vivían en un barrio de Honduras donde las pandillas eran omnipresentes. Ya estaban habituados a vivir sabiendo cómo ocurrían las cosas en aquel lugar: *“es de esos lugares donde no te metes con nadie y ya”*. Con tres hijos de su primera relación, y una bebé de apenas tres semanas de nacida, intentaba mantener una vida tranquila. Sin embargo, las amenazas de su contexto, de pandillas no tardaron en alcanzarla. *“Cuando las niñas crecen las empiezan a enamorar para meterlas en drogas o venderlas”*, dice Gloria con la voz temblorosa, refiriéndose a su hija mayor de 13 años. Un día, con lágrimas en los ojos, su hija le dijo: *“Mamá, ya no quiero ir al colegio porque esos hombres me siguen, me dicen cosas y me siento muy asustada”*. Una semana después de eso, seis hombres encapuchados irrumpieron en su hogar. *“Nos dijeron que si no entregábamos a la niña nos matarían a todos.”*

Con una bebé recién nacida en brazos, y el resto de sus hijos aterrorizados, Gloria y su familia abandonaron la casa esa misma noche, dejando atrás todas sus pertenencias. No pudieron sacar nada de la casa. “*Dormimos en un parque y al día siguiente (su pareja) fue a conseguir dinero prestado para que pudiéramos salir del país;*” relata Gloria. Utilizando una estrategia de afrontamiento centrada en el problema, subcategoría de respuesta directa a peligros extremos, al tomar la decisión inmediata de huir y priorizar la seguridad de su familia, aunque esto significaba perder sus posesiones para financiar su éxodo. Su pareja vendió un reloj que había heredado de su padre, y Gloria, que no tenía familia cercana, le pidió dinero prestado a una vecina que estaba al tanto de su situación, pues su hija también había sido blanco de los pandilleros. Su destino era incierto, pero sabía que quedarse no era una opción. Esa acción es muestra de una estrategia combinada, integrando elementos de búsqueda de apoyo social (al recurrir a la vecina), y reorganización de recursos familiares (venta de bienes personales), para garantizar los medios económicos mínimos necesarios para salir del país.

Antes de salir de Honduras, Gloria trabajaba como costurera para tiendas locales y clientes individuales. “*Me gustaba mi trabajo porque estaba cerca de los cipotes, pero siempre vivíamos al día*”, explica. Ese ingreso, aunque pequeño, les permitía mantenerse hasta que la violencia obligó a la familia a dejar todo atrás. Su pareja era conductor de vehículos de carga, y sus hijos iban a la escuela.

El Viaje

El 24 de agosto de 2023, fecha que Gloria recuerda con gran claridad, ella y su familia dejaron Honduras. Llegaron a México cuatro días después, exhaustos y con pocos recursos. En el trayecto se quedaron sin comida, y el cansancio fue extremo, especialmente para los niños. Gloria y su hija mayor de 13 años eran las principales cuidadoras de sus tres infancias: un niño de 8, una niña de 10 y una bebé de menos de 2 meses. “*Había noches en las que solo teníamos una torta que compartíamos entre todos, pero siempre intenté que los niños comieran primero, le decía a (mi pareja) espérate que los niños van antes, si no queda ni modo*”. En ese punto, Gloria utiliza una estrategia centrada en el problema en respuesta

directa a peligros y dificultades inmediatas, enfocándose en las necesidades de sus hijos para mantenerlos vivos en el viaje. En ese camino, Gloria tuvo que afrontar todo lo que viniera activamente utilizando la búsqueda de apoyo social, y solidaridad de las personas al no tener dinero ni comida. Su opción fue pedir comida en las calles *“le decía a las doñas de las tienditas, no tendrán algo de comer para los cipotes, y fíjese que sí, así comíamos mientras encontramos en que trabajar”*.

El dinero se iba rápidamente por los gastos para sobrevivir durante el camino. Gloria y su hija mayor vendían artesanías en las calles. *“Yo tejía pulseras con hilos que conseguía, y mientras [su hija] cuidaba a los niños;”,* recuerda. Aunque la situación era precaria, lograban juntar lo suficiente para comprar agua y algo de comida, usando una estrategia centrada en el problema, subcategoría de afrontamiento activo, empleando su conocimiento como forma de obtener recursos, lo que permitió a Gloria y su hija mayor cubrir las necesidades básicas durante el trayecto. Además, la actividad manual sirvió como una forma de distracción emocional para los más pequeños. *“No fue fácil, pero aprendimos a adaptarnos porque no había otra opción, ya los niños no decían nada”*. Su pareja trabajaba en lo que podía durante el trayecto. En una ocasión, logró obtener empleo temporal descargando camiones en un mercado, lo que permitió a la familia conseguir algo más de dinero para cubrir necesidades básicas. *“Él cargaba cajas todo el día, y regresaba cansado y de mal humor, pero ese dinero nos ayudaba a seguir adelante. Yo decía, más tarde se le pasa”*. Sin embargo, Gloria ya había tenido problemas con su pareja por la situación y el contexto en el que se encontraban. Se apoya de una estrategia emergente, la negación, para seguir sobreviviendo.

Los niños, a pesar de su corta edad (8 y 10 años), también aportaban. Su hija mayor, además de vender las pulseras elaboradas por su madre, cuidaba a sus hermanos menores cuando Gloria necesitaba preparar comida. *“Ella siempre ha sido muy madura; en momentos difíciles, actuaba como una segunda mamá”*, mientras los más pequeños ayudaban haciendo pulseras toda la tarde. *“Me rompía el corazón verlos hacer eso, pero estábamos juntos, y eso era lo que importaba, cuando les enseñé a hacerlas sirvió para que pensarán en otra cosa”*.

El viaje estuvo marcado por el miedo constante. *“A veces nos detenían personas que querían saber de dónde veníamos y a dónde íbamos, y yo les decía que venía con mis hijos”*. En una ocasión, en la frontera entre Guatemala y México, los detuvieron por no tener suficientes documentos. *“Le di un collar que tenía a un hombre para que nos dejara pasar; ya no tenía nada más que ofrecer”*. De nuevo afrontó activamente la situación tomando la decisión de desprenderse de objetos materiales para continuar.

Durante ese tiempo, la fe se convirtió en un refugio para Gloria. Cada noche, después de acostar a los niños, tomaba unos minutos para rezar en silencio. *“Le pedía a Dios que nos cuidara y que nos diera la fuerza para seguir adelante. Siempre sentí que nos acompañaba, incluso en los momentos más difíciles”*. En cada albergue, buscaba un rincón tranquilo donde encender una vela o simplemente reflexionar: *“Dios y mi virgencita siempre estaban ahí cuando sentía que no podía más”*. Como forma de manejo emocional, Gloria usó la estrategia centrada en la emoción conocida como la subcategoría de religión, incorporando prácticas religiosas para enfrentar la incertidumbre a las que se estaban enfrentando.

Ingreso a los Albergues y Retos Iniciales

El primer albergue al que llegaron se encuentra ubicado en Palenque, Chiapas. En ese espacio permanecieron cerca de un mes. *“Cuando yo llegué ahí sentí alivio”*. Aunque encontraron un techo, la convivencia con otras familias en situaciones similares no siempre era fácil. *“Había muchas reglas, y los niños no querían, yo no sabía qué hacer, además, había familias bien difíciles, no me los dejaban jugar o me los trataban mal, muy difícil el ambiente”*. Sin embargo, dentro del mismo espacio Gloria encontró apoyo y solidaridad entre las mujeres del albergue: *“Todas querían alzar a la bebé, yo estaba muy cansada porque ella pesa, [...] entonces me ayudaban a cargarla y a darle tete, había noches en las que una de ellas me prestaba ropa para los niños porque me los traje sin nada, ni una camisa [...], entonces los bañé y los cambie, y a mí que me gusta cocinar hacia algo para compartir con ellas”*. Gloria aquí utiliza una estrategia combinada, subcategorías de búsqueda de apoyo

social en el albergue y uso de redes solidarias, para compartir responsabilidades y aliviar el peso emocional y físico que cargaba.

Un día su pareja mostró su carácter violento golpeando a su hija mayor: *“él llegaba de mal humor, y esa noche llegó al albergue, yo digo que había tomado, y empezó a gritarnos, haga de cuenta en ese albergue teníamos un cuarto para nosotros solos, y no se escuchaba tanto afuera, entonces vino y empezó a gritar, yo tenía la bebé en los brazos, y (mi hija mayor) se metió, y un gran golpe le dio, después le empezó a pedir los celulares para romperlos, ella salió corriendo con los teléfonos”*. Gloria supo que no podían quedarse más tiempo con él, pues sus hijos habían visto todo lo sucedido. Cuando su hija mayor sale corriendo llama a los encargados del albergue y ellos intervienen, sacándolo del albergue. Al día siguiente, Gloria decide ir a la Fiscalía por consejo de los funcionarios del albergue: *“Fui a la fiscalía al día siguiente, sabía que no podía permitir que él siguiera lastimándonos, y les conté, no solo de esa noche sino de otras en Honduras”*. Ante una agresión directa, Gloria decide afrontarla y no tarda en hacer uso de recursos legales e institucionales. La fiscalía intervino, separándolos y trasladando a la familia por medio de ACNUR a un albergue especializado en atención a víctimas de violencia de género. *“Fue difícil explicarles a los niños por qué nos mudábamos otra vez, pero les dije que era para estar más seguros y ellos lo entendieron”*. Para brindar seguridad emocional a sus hijos, Gloria utiliza una estrategia centrada en la emoción subcategoría de reinterpretación positiva: aunque la situación es muy difícil expresa la posibilidad de estar más seguros en otro espacio para mejorar.

El siguiente reto fue adaptarse al ritmo del albergue y aprovechar los recursos disponibles. En el albergue se brindaban talleres de habilidades para la vida y sesiones psicológicas constantes a los que Gloria asistía. *“Al principio, no quería hablar de lo que nos había pasado, pero poco a poco le conté a la gente del albergue, me hizo sentir mejor compartir mi historia”*, explica. También recibió apoyo para gestionar documentos básicos, lo que le permitió iniciar su proceso de regularización migratoria. Se acercó a ACNUR y a COMAR a contar todo lo que le había sucedido en Honduras, y lo que había sucedido con su ex pareja. De esa manera ingresó al programa de reasentamiento; el proceso fue difícil, pues

se encontró en un constante revivir su historia al contarla para cada uno de los trámites. Para afrontar su irregularidad en el país y la violencia tanto de Honduras como de parte de su pareja, Gloria acude a las redes de apoyo instrumental, en este caso instituciones que la apoyan en diferentes líneas en su proceso.

Por su propia seguridad, Gloria debe ser trasladada a Querétaro a un albergue, para que su pareja no la encontrara. Después de poner su denuncia en la Fiscalía fue constantemente amenazada por su ex pareja. Gloria recuerda la forma en que el sistema de apoyo de ACNUR ayudó a la familia a mantenerse a flote, aunque se enfrentaron a situaciones como una estafa por parte de un arrendador, y un desalojo inesperado. *“Nos prometieron una vivienda, pero el dueño nos canceló sin previo aviso, con el dinero que le habíamos dado”*, explica Gloria. Reconoce que, sin la red de apoyo del albergue, habría sido imposible seguir adelante: *“Le contamos a la chica [del albergue] y ella nos dijo que nos iban a apoyar para que no sucediera eso de nuevo, que íbamos a tomar más precauciones”*.

Cuidando de sus Hijos y de Sí Misma

Gloria enfrentaba el reto diario de cuidar de sus hijos en medio de la incertidumbre. *“A veces me sentía agotada, pero cada vez que los veía sonreír, encontraba fuerzas para seguir adelante”*, dice. En el albergue, empezó a participar en talleres de habilidades para la vida y sesiones de apoyo psicológico. *“Fue difícil abrirme, la psicóloga me decía que tenía que estar bien, yo pensé y dije para cuidar de ellos, primero tenía que estar bien yo”*. Los niños también enfrentaban sus propios traumas: *“Quedaron muy afectados; tenían pesadillas constantes y cualquier ruido los asustaba”*. Gloria optó por llevarlos a la psicóloga del albergue, y con su apoyo sus infancias y su adolescencia pudieron procesar sus miedos y recuperar algo de estabilidad emocional. *“Después de eso mire, ya no tuvieron pesadillas, dormían como piedra”*. Para afrontar el trauma y las consecuencias emocionales que tenían tanto ella como sus infancias y su adolescencia, Gloria se remitió a la estrategia de búsqueda de apoyo social emocional, acercándose a profesionales en salud mental.

Al mismo tiempo, Gloria buscaba formas de generar ingresos. En las noches, cuando los niños dormían, Gloria se dedicaba a hacer artesanías que luego salía a vender con sus hijos, ya que no podía dejarlos sin supervisión en los diversos espacios. *“Era mi forma de contribuir, de sentir que seguía siendo útil, aunque estábamos tan lejos de casa”*, dice. Cada nudo, cada pintura iban acompañados de una oración. *“Le pedía a Dios que cuidara a mis hijos, que pudiera vender todo, y que el proceso no se demorara para estar seguros”*.

Reintegración y Esperanza

En Querétaro, la familia comenzó a encontrar algo de estabilidad. Los niños fueron canalizados a una institución que dio seguimiento en tratamiento psicológico, y Gloria se enfocaba en buscar renta y trabajo. Aunque las cicatrices emocionales seguían presentes, Gloria no se dejaba vencer. Encontró un trabajo temporal como ayudante de cocina en el centro, allí le dejaban tener a sus hijos, lo que le permitió ahorrar para rentar una habitación pequeña. *“No era mucho, pero era nuestro espacio y podíamos estar juntos”*, dice con una sonrisa. Ahora Gloria espera el resultado de su proceso de reasentamiento, mientras sus hijos ingresaron al colegio con ayuda de la canalización del albergue. Sabe que es un proceso largo, pero ahora se siente más segura y con más herramientas para continuar. Y pese a las adversidades, Gloria mantenía viva la tradición de leer cuentos a sus hijos cada noche. *“Esos momentos eran sagrados, una forma de decirles que, aunque todo esté mal afuera, aquí adentro estamos seguros”*.

Su hija mayor, ahora de 14 años, comenzó a cuidar a sus hermanos menores y vender pequeños adornos que fabricaban juntas. *“Es tan fuerte, me recuerda a mí cuando tenía su edad”*. Hoy, Gloria trabaja mientras espera el apoyo económico prometido por ACNUR. Reconoce que el camino aún es largo, pero mantiene la fe en que lograrán salir adelante. *“Este sacrificio no es en vano; es por el futuro de mis hijos”*. En general, Gloria utilizó una combinación de estrategias prácticas, emocionales y adaptativas para proteger a su familia, mantener su cohesión y enfrentar las múltiples adversidades durante su desplazamiento y proceso de integración. Gloria combinó acciones inmediatas y soluciones prácticas con

apoyo emocional y social para garantizar la seguridad y adaptación en los diferentes espacios, tanto en su ingreso en Tapachula, cómo su paso por el albergue en Querétaro.

Resumen de estrategias de afrontamiento utilizadas por Gloria:

| | |
|--|--|
| Estrategias centradas en el problema: | <p>Respuesta directa a peligros extremos: Gloria tomó la decisión inmediata de huir con su familia al enfrentar una amenaza directa de las pandillas, priorizando su seguridad por encima de sus pertenencias.</p> <p>Búsqueda de apoyo social: solicitó ayuda económica a una vecina cercana y aprovechó la solidaridad de las personas durante su viaje para acceder a comida y recursos básicos.</p> <p>Afrontamiento activo: durante el trayecto, utilizó sus habilidades (fabricar y vender artesanías) para generar ingresos y cubrir las necesidades básicas. Además, aceptó trabajos temporales junto con su pareja para mantener a la familia.</p> <p>Búsqueda de apoyo Instrumental /uso de redes institucionales: se apoyó en organizaciones como ACNUR y COMAR para gestionar su regularización migratoria y encontrar espacios seguros para su familia.</p> <p>Reorganización de recursos: vendió bienes personales y aceptó cambios en su estilo de vida para adaptarse a las condiciones del trayecto y la vida en los albergues.</p> |
| Estrategias centradas en la emoción: | <p>Religión y espiritualidad: Gloria recurría a la oración y a prácticas religiosas para encontrar consuelo y fuerza frente a la incertidumbre y el estrés.</p> <p>Reinterpretación positiva: comunicó a sus hijos que los cambios de lugar eran para garantizar su seguridad, brindándoles tranquilidad emocional.</p> <p>Búsqueda de Apoyo Social Emocional /manejo emocional del estrés: participó en talleres psicológicos para procesar sus traumas y los de sus hijos, reconociendo la importancia de su bienestar emocional para cuidar mejor de su familia.</p> |
| Estrategias Emergentes | <p>Negación temporal: ante el mal carácter y las actitudes violentas de su pareja durante el viaje, utilizó la negación como una estrategia para evitar conflictos en ese momento y continuar con el trayecto.</p> <p>Construcción de redes solidarias: en los albergues, formó vínculos con otras mujeres que le brindaron apoyo emocional y práctico, como ayuda para cuidar a sus hijos y compartir recursos.</p> |
| Estrategias Combinadas: | <p>Protección del núcleo familiar: Gloria priorizó la cohesión de su familia durante todo el trayecto, involucrando a sus hijos en actividades como la fabricación de artesanías, lo que no sólo contribuyó económicamente, sino que también los distrajo y unió emocionalmente.</p> <p>Creación de rutinas protectoras: mantuvo hábitos como leer cuentos a sus hijos cada noche, generando un ambiente seguro y estable a pesar de la adversidad.</p> |

Capítulo 6. Análisis y Discusión de Resultados

En el capítulo se discute y se analizan los resultados empíricos. Se destacan algunos aportes, como la colectivización de los procesos de afrontamiento y el rol de las redes de

apoyo espirituales e institucionales. El análisis de los resultados obtenidos en esta investigación permite contrastar la experiencia de las mujeres migrantes centroamericanas acompañadas de sus hijos e hijas con las principales aproximaciones teóricas sobre migración, género y afrontamiento. A partir de ello, emergen los aportes de la investigación en relación con los estudios previos, y las estrategias que mostraron mayor efectividad.

6.1 Aportes de la Investigación

a) La Colectivización del Afrontamiento: Redes entre Mujeres Migrantes

Los estudios sobre afrontamiento migratorio han privilegiado el análisis de estrategias individuales (Folkman y Lazarus, 1986; Carver et al., 1989). Sin embargo, los resultados muestran que las mujeres migrantes con hijos e hijas no solamente implementan estrategias personales, sino que crean redes informales de apoyo con otras mujeres. Esas redes no se limitan a la contención emocional, sino que se convierten en espacios de intercambio de información, recursos y protección mutua. La trayectoria de vida de Sol, Mar, Bianca, Luz y Gloria, tiene como característica común el enfrentar un desplazamiento forzado en su país de origen. Ello las lleva a una migración forzada e irregular por México. La violencia que experimentaron en su país de origen, las obliga a salir en la mayoría de los casos de forma intempestiva, y por tanto sin redes de apoyo, sin familia extensa, etc. Una vez que deciden emprender el proceso de refugio en México, y luego de reasentamiento en un tercer país, deben esperar varios meses o años. Se dan cuenta de que necesitan dinero para diversas necesidades básicas y deben trabajar en la informalidad, ya que aún no tienen sus papeles aprobados.

La migración, en todos los casos analizados, no surge como una opción planificada o deseada, sino como una decisión forzada ante escenarios de violencia (con particular enfoque en la violencia por razones de género), persecución o ausencia absoluta de condiciones de vida digna. Esto es particularmente relevante porque evidencia que, de no haber mediado una situación extrema de vulnerabilidad, las mujeres no habrían abandonado sus lugares de

origen. Como expresó Sol, “nunca en mi vida era de decir voy a ir a migrar, voy a salir de mi país”, mientras que Luz afirmó: “no nos pasó nunca por la cabeza”. Esas afirmaciones no solo revelan la ausencia de una intención migratoria previa, sino que permiten comprender la migración como un último recurso, adoptado con urgencia y sin preparación, en contextos de crisis extrema. En ese sentido, la migración no se configura como un proyecto de movilidad, sino como un acto de supervivencia.

En su camino van conociendo a otras mujeres que tienen experiencias similares, y echan mano de esas conocidas, vecinas, o paisanas para tejer ciertas redes. En el caso de Bianca, ella optó por llegar a un acuerdo con su vecina para trabajar fuera de casa, mientras ella se quedaba con sus hijas. Aunque, siempre se intenta no relegar el cuidado a terceros. Por lo general, son las propias mujeres del núcleo familiar quienes asumen esas labores. Por ejemplo, si existen adolescencias e infancias, el rol de cuidado recae sobre la adolescencia de mayor edad. En el caso de Luz, ella se queda encargada de las infancias mientras su hija adolescente sale en busca de recursos. Mar es quien se queda en casa con sus infancias, mientras su hermano adolescente es quien asume la tarea de salir a conseguir lo necesario. Gloria opta por buscar recursos junto a sus hijas, por el temor a dejarlas solas. Todo esto se traduce en mayores dificultades para acceder a recursos económicos o establecer vínculos colectivos más estables. El estar al frente del cuidado de otras personas dependientes genera un cambio de prioridades, que las lleva a centrar sus estrategias en el bienestar inmediato de sus hijos e hijas.

El hallazgo más significativo en este punto es que la colectivización del afrontamiento no es un fenómeno espontáneo, sino una estrategia activa y consciente. Las mujeres no solo buscan compañía o consuelo emocional, sino que diseñan mecanismos de protección conjunta: se vigilan entre ellas, comparten información sobre rutas seguras, se alertan sobre amenazas comunes o gestionan colectivamente algunos recursos en los albergues. Sin embargo, se evidencia que la creación de estas redes aún es incipiente y frágil. Esto se debe, en gran medida, a las exigencias del rol maternal que asumen en el tránsito migratorio, las cuales limitan su tiempo, su movilidad y su disposición para sostener vínculos colaborativos más permanentes. La constante atención a las necesidades de sus hijos e hijas, el temor a

exponerlos, y la imposibilidad de confiar su cuidado a terceros, reduce el fortalecimiento de relaciones colectivas más sólidas y duraderas. Así, si bien las redes existen, estas se caracterizan por ser intermitentes, momentáneas y centradas en resolver necesidades urgentes, más que en una estructuración duradera de apoyo mutuo.

b) El papel del Estado y la sociedad civil en el acompañamiento

A partir del análisis de los testimonios recabados, se evidencia que el tránsito migratorio de mujeres acompañadas de hijas e hijos no es un proceso estrictamente individual o familiar, sino que está profundamente mediado por una red institucional conformada tanto por organismos del Estado como por instancias de la sociedad civil. Esa red, aunque fragmentaria y muchas veces insuficiente, constituye un entramado de apoyos materiales, simbólicos y afectivos que inciden directamente en la experiencia migratoria y en las estrategias de afrontamiento desplegadas por las mujeres.

En primer lugar, las instituciones estatales, como el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR) y el Instituto Nacional de Migración (INM), aparecen en los relatos como presencias ambiguas por un lado, ofrecen ciertos apoyos —como canalización a albergues, atención médica, o información sobre trámites— que alivian de forma temporal la precariedad del tránsito, por otro, su papel se percibe como insuficiente o tardío, particularmente en contextos donde las mujeres enfrentan violencia, incertidumbre o discriminación durante su trayecto. No obstante, el reconocimiento de esas instancias en los testimonios evidencia su lugar como mediadores obligados del tránsito y la posibilidad de acceder a derechos en territorio mexicano.

Por su parte, la sociedad civil organizada —principalmente a través de albergues, organizaciones no gubernamentales y colectivos de apoyo a personas migrantes— ocupa un lugar más cercano, continuo y humanizado en la experiencia de las mujeres entrevistadas. Los albergues operados por organizaciones religiosas o asociaciones civiles son

frecuentemente referidos como espacios de refugio seguro, contención emocional y acceso a recursos básicos, en esos espacios, las mujeres encuentran no solo comida, techo y atención médica, sino también escucha, acompañamiento jurídico, apoyo psicológico y, en algunos casos, escolarización para sus hijas e hijos. Esas acciones permiten amortiguar las múltiples violencias del tránsito, brindar algunas formas de acceso a la justicia, al mismo tiempo que reconfiguran la experiencia migratoria en términos más dignos.

El cruce entre actores estatales y civiles no siempre es armónico ni eficaz. Sin embargo, el análisis de los relatos evidencia que el tránsito migratorio en México está articulado por esta coexistencia, en ocasiones complementaria, de instituciones que, desde diferentes lógicas, influyen en las decisiones, movimientos y estrategias de las mujeres. De ahí que las estrategias de afrontamiento no puedan comprenderse de forma aislada del contexto institucional, el acceso o no a redes de apoyo, el conocimiento de ciertos trámites, la presencia de organizaciones que respetan la autonomía de las mujeres o que incluyen a las infancias y adolescencias en sus esquemas de atención, se convierten en condiciones estructurales que potencian o restringen la agencia de las migrantes, y permiten o no la activación de estrategias de afrontamiento.

c) El Refugio y el Reasentamiento como Estrategia Migratoria

En la investigación se observa que la solicitud de refugio en México se convierte en una estrategia de estabilidad y seguridad, y no solamente en una alternativa de emergencia.

La estrategia de afrontamiento más importante ante la vulnerabilidad, es realizar el trámite de refugio en México y reasentamiento en un tercer país seguro (Estados Unidos de Norteamérica). Ese es un proceso que puede tardar entre un año a dos, pero es más seguro, ya que no implica la constante movilización por el país, y les brinda un respaldo institucional. Tapachula funge como centro de información para la comunidad migratoria que llega a este espacio. Allí, de voz a voz, se enteran de los diferentes procesos que pueden llevar a cabo según su perfil. Esos procesos se facilitan gracias a la presencia de la COMAR, y de ACNUR. En la COMAR inician su proceso de refugio para posteriormente aplicar al reasentamiento. El camino es largo, los recursos se agotan rápidamente, y son pocos los espacios que les

permiten tener a sus hijas e hijos cerca para poder trabajar. Ante esto se activan estrategias para obtención de recursos, entre ellos, se destaca el apoyo institucional. Sin personas conocidas cerca, deciden recurrir al albergue. La ACNUR decide frente a sus procesos, en cuánto tiempo, lugares de estancia y demás. Así, todas las entrevistadas convergen en el albergue de corte religioso en Querétaro, a donde han sido remitidas desde Tapachula. Querétaro queda enmarcado como un lugar donde hay oferta laboral y es más seguro.

Esto sugiere que las dinámicas de movilidad centroamericana están evolucionando: la decisión de quedarse en México o solicitar el reasentamiento en un tercer país ya no es únicamente el resultado de una contención forzada, sino que en algunos casos se transforma en una estrategia deliberada de búsqueda de seguridad. Este hallazgo es crucial porque cuestiona la visión dicotómica de “migrantes en tránsito” vs. “migrantes con intención de quedarse” y abre la posibilidad de entender la movilidad forzada como un proceso más flexible, con estrategias adaptativas en función de los contextos y oportunidades.

D) La Maternidad como Factor de Reconfiguración de las Estrategias

Los estudios previos han señalado que el género es un factor de diferenciación en la migración (Tuñón y Rojas, 2012; Villanueva. 2013). Este estudio muestra que en particular es la maternidad y el cuidado que ello implica, lo que reconfigura de manera significativa las estrategias de afrontamiento. Las mujeres acompañadas de sus hijos e hijas enfrentan una doble vulnerabilidad: por un lado, están expuestas a las violencias específicas de la migración femenina (acoso, trata, explotación), y por otro, deben garantizar la seguridad y bienestar de sus hijos e hijas en condiciones de extrema precariedad y vulnerabilidad. Eso implica que sus estrategias de afrontamiento no solo responden a sus propias necesidades, sino que están mediadas por la responsabilidad del cuidado, lo que limita ciertas opciones (por ejemplo, trabajar en empleos informales con alto riesgo por horarios o traslados, movilidad a través de medios más rápidos y gratuitos como el tren), o prioriza otras estrategias (como pago de coyotes o traficantes de personas). Los roles de género tan arraigados las vuelven a colocar en una situación en la cual ellas son responsables del cuidado de dependientes. Ese cuidado y reproducción de la vida, se realiza en situaciones cada vez más violentas y crueles. Lo que

nos lleva a plantear que, es en los brazos y hombros de las mujeres migrantes, donde recae de nuevo la problemática socio-económica de sus países, el cuidado, y la movilidad con destino incierto.

6. 2 Estrategias de afrontamiento clave

a) Redes de Apoyo Institucional

Los resultados muestran que las estrategias institucionales y comunitarias fueron clave en el proceso de afrontamiento. La literatura ha documentado ampliamente la importancia de los albergues como espacios de protección (Torre y Mariscal, 2021), y este estudio confirma que los albergues no solo ofrecen refugio físico, sino que se convierten en nodos fundamentales para la sobrevivencia de las mujeres migrantes y sus familias. Estos espacios se configuran como centros de acceso a redes de información, orientación sobre trámites migratorios, asesoría jurídica, e incluso para la construcción de estrategias de regularización. Sin embargo, su función va mucho más allá de lo administrativo o logístico. Son también espacios vitales para garantizar techo y comida —es decir, las condiciones mínimas de subsistencia en el tránsito— y, en muchos casos, se convierten en los únicos entornos relativamente seguros para mujeres que han huido de contextos de violencia, incluso dentro de sus propios núcleos familiares.

Por ejemplo, Gloria narra que su estadía en el albergue le permitió escapar de la violencia de su pareja y garantizar un entorno seguro para su hija adolescente. En otros casos, los albergues facilitaron el acceso a atención psicológica y espacios de escucha terapéutica que permitieron el sostenimiento emocional durante el tránsito. Esto evidencia que esos espacios institucionales, de corte religioso o de la sociedad civil, también cumplen un rol reparador, al ofrecer contención psicosocial, escucha empática y mecanismos concretos de cuidado, que van desde el acompañamiento cotidiano hasta la activación de redes especializadas en protección de mujeres, niñas y adolescencias. Así, el albergue no es sólo un lugar de paso, sino un dispositivo articulador de diversas estrategias de afrontamiento: materiales,

simbólicas, relacionales y emocionales. No solo ofrecen refugio físico, techo, comida y abrigo. Sino que se convierten en centros de acceso a redes de información, acceso a la salud, educación y hasta trámites migratorios de diverso tipo.

B) Centrada en el problema: Apoyo institucional (Albergues)

Los albergues son espacios de la sociedad civil que van más allá de cubrir necesidades básicas. Para mujeres en procesos de refugio y reasentamiento, estos espacios se vuelven sus hogares durante varios meses. En esos espacios encuentran apoyo, ayuda en necesidades básicas, palabras de aliento, información y seguridad. En un principio, la integración a estos espacios es compleja, pues la mayoría de las mujeres jamás ha estado en un albergue, y lo que escuchaban no es positivo. Mar señala: *“la gente siempre me ha hablado de albergues y me ha hablado de lo peor, ay que mira que la comida nos sirve, que los cuartos ya se caen, y en la televisión, yo he visto albergues feos”*.

Algunos albergues funcionan como espacios de encuentro y en ellos se generan redes de apoyo, en donde pueden compartir sus historias y acercarse a otras mujeres. Sol señala que las mujeres que conocieron en los albergues han sido claves en su proceso: *“Una señora fue la que me ayudó a salir de todo esto, ella me ayudó porque de la nada yo así me desmayaba. Y ella me ayudó bastante, ella todavía está en Tapachula y siempre me hablo con ella, hasta el momento todavía tenemos ese contacto”*.

Además, los albergues son en algunos casos proveedores de salud. Al generar alianzas con centros médicos, permiten el acceso a la salud de las mujeres y sus infancias. Una vez establecido y compartido el contacto, las mujeres ya saben a dónde dirigirse y qué deben solicitar si requirieran el apoyo médico. En ese sentido, algunos albergues emergen como pilares fundamentales en la vida de las mujeres migrantes, proporcionando mucho más que un techo y comida.

Las entrevistadas llegaron al albergue de corte religioso, al ser canalizadas de otros espacios. Esta no era una opción conocida por ellas, sin embargo, dado el proceso de refugio

y reasentamiento en el que se encuentran, fue la opción más viable. Las mujeres al hablar del albergue en la ciudad de Querétaro lo refieren como un gran apoyo. Si bien en un principio les costó la adaptación, después lograron integrarse al espacio. En ese sentido, el albergue en Querétaro le apuesta a una atención integral con enfoque superior de la niñez a través de diferentes áreas que participan en el proceso e integración de estas mujeres y sus hijxs. Su apoyo va desde atención humanitaria, jurídica, hasta psicosocial, así como medio de la convivencia con otras mujeres.

C) Centrada en la Emoción (Apoyo en su Fe)

“Hemos visto la mano de Dios en cada en cada persona”. Así se refiere Sol a las personas que la han apoyado. Cuando se realiza su entrevista, ella se encuentra en la Basílica de Guadalupe en la Ciudad de México, haciendo una ‘manda’ (solicitud que se le hace a Dios y a cambio se promete cumplir algo). Pese a saber que por razones de seguridad no puede comunicarse con su familia, Sol llama a su madre para contarle que se encuentra en la Basílica ya que su madre es muy devota de la ‘Morenita’, refiriéndose a la Virgen de Guadalupe. Así como Sol, Bianca, Gloria, Mar y Luz hacen mención constante a Dios, agradeciéndole en cada momento difícil de su vida. Sol menciona que el apoyo psicológico que recibió por parte de la asociación civil en México le sirvió para entender que *“Dios nos iba a dar la oportunidad porque él lo quería”*. Sol logra sostener el proceso por medio de su religiosidad, de su fe y señala: *“No importa en donde estemos siempre y cuando estemos juntos y estemos con Dios más que suficiente”*.

Cuando Bianca sobrevive al ataque en Tapachula dice: *“Porque yo no sé, yo siempre he dicho que Dios ha estado conmigo en todo momento y nunca me ha dejado de la mano y nunca me ha soltado a pesar de todos mis errores”*. Su fe la impulsa y le ayuda a enfrentar hechos traumáticos, ante panoramas inseguros. Emocionalmente ponen su seguridad en manos de Dios *“el 17 de febrero que fue cuando me llamaron de que yo tenía mi cita para lo del reasentamiento y cuando salí de ahí, yo salí, yo solo le decía a Dios que pusiera toda su cobertura en mis hijas más que todo y en mí. Y salí gracias a Dios en el autobús camino*

a la ciudad de México, todo bien". Bianca y sus hijas todas las noches: *"nosotros oramos antes de dormir y ellas cuando oran ellas siempre decían por favor diosito que nuestro proceso de reasentamiento sea positivo para que podamos entrar a EE.UU. legalmente después.... Yo sé que van chiquitas pero creen en un Dios que todo lo puede y pues también la fuerza que Dios me da para seguir adelante porque pues como le digo solo tengo mis hijas que me ayudan a seguir día con día"*. Luz señala: *"esto no va a ser difícil de hacer, pero yo le pedía fuerzas a Dios, yo sé que él nos va a ir acomodando poco a poco, yo le decía, bueno, orar para que todo nos vaya a ir bien"*. En general, se sienten apoyadas por su fe; la creencia en algo más grande que ellas hace que emocionalmente puedan continuar; y que lo que tiene poco sentido, lo injusto, lo violento, se vuelva más llevadero. Sin redes de apoyo, sin canalizaciones psicológicas accesibles, su fe es su acicate.

Capítulo 7. Conclusión

La sección finaliza la tesis con las conclusiones generales, respondiendo de manera directa a la pregunta de investigación y confirmando o matizando las hipótesis planteadas.

7.1 Conclusión final

Es importante resaltar que, de no haber tenido una situación límite, las mujeres refieren que no habrían salido de sus países de origen. Es decir, es una situación no planeada, una situación límite. Sol señala: *"Nunca en mi vida era de decir voy a ir a migrar, voy a salir de mi país"*. Esa decisión como lo expresa Luz: *"No nos pasó nunca por la cabeza"*. Migrar de forma forzada, es una estrategia en sí misma, ante una situación insostenible.

Las mujeres centroamericanas que transitan de forma irregular y forzada por México, pueden en un momento dado cambiar su estatus migratorio y decidir quedarse en territorio nacional a través de la solicitud de refugio para proteger a sus hijos e hijas. Pero también pueden optar por seguir intentando ir a los Estados Unidos de Norteamérica, aun siendo

refugiados con permisos en México. Y para ello, piden el reasentamiento en una tercera nación o intentan cruzar de forma irregular (aunque esto es cada vez más complicado). Por tanto, la dificultad de categorizar su migración como ‘de tránsito’ o ‘permanente’ es una constante a lo largo del estudio. La variable que es generalizada es su internamiento en México de forma irregular y la migración forzada de la que son objeto. Pero su migración puede ser de tránsito o permanente en el país. En muchos casos, se encuentran en un limbo al esperar ser acreditadas como refugiadas en México, o pedir el reasentamiento como refugiadas en un tercer país.

A lo largo del presente trabajo se ha evidenciado que las estrategias de afrontamiento empleadas por las mujeres migrantes centroamericanas que transitan acompañadas de sus hijas e hijos en México se configuran en un contexto marcado por diversas dimensiones, que van desde lo emocional y lo familiar hasta lo estructural e institucional. Dichas estrategias no deben ser comprendidas únicamente como respuestas individuales a la adversidad, sino como mecanismos de sostenimiento de la vida, de ejercicio de agencia en condiciones de precariedad y, primordialmente, de protección y cuidado de sus hijas e hijos en un contexto caracterizado por su alta hostilidad.

Enfrentadas a situaciones extremas de violencia sexual, extorsión, amenazas, y violencia física por parte de exparejas, las mujeres se encuentran ante una disyuntiva crucial: migrar o poner en riesgo sus vidas. En ese sentido, la migración forzada e irregular emerge no sólo como un fenómeno estructural, sino como una estrategia de afrontamiento en sí misma. Esa decisión, sin embargo, no afecta exclusivamente a las mujeres migrantes, sino que involucra a sus familias. La migración no se configura como un acto aislado de la mujer, sino como un proceso colectivo y familiar, en el cual participan hijas, hijos y otros miembros del núcleo familiar. Esa comprensión permite visibilizar rupturas familiares, pero también la necesidad de limitar contactos por temor a represalias.

Uno de los elementos clave que surge del análisis es la imposibilidad de comprender las estrategias sin considerar el rol fundamental del Estado y de la sociedad civil. Durante su

tránsito migratorio, las mujeres establecen interacciones con diversas instituciones —albergues, organizaciones de la sociedad civil, instancias gubernamentales y organismos internacionales—, que, aunque no resuelven las causas estructurales de la migración, juegan un papel crucial en mitigar la violencia y las dificultades emocionales, proporcionando apoyo material, emocional y jurídico, así como ofreciendo redes de contención.

Los testimonios de las mujeres entrevistadas ilustran cómo la presencia de esas instituciones puede ser decisivas para transformar un trayecto migratorio marcado por la violencia en uno en el que, a pesar de la incertidumbre, se experimenta un acompañamiento vital. No obstante, también se evidencian tensiones y limitaciones, particularmente cuando las políticas migratorias del Estado no priorizan la protección integral de las mujeres y las infancias.

En ese contexto, las estrategias de afrontamiento se constituyen en un proceso dinámico que se articula constantemente con las condiciones del entorno y con los actores que lo conforman. Las mujeres no migran de manera aislada; lo hacen acompañadas de otros migrantes, de sus hijas e hijos, y en interacción constante con instituciones que, aunque limitadas en su capacidad, desempeñan un papel crucial en la posibilidad de resistencia, continuidad y protección a lo largo del trayecto migratorio.

Los albergues, en particular, se consolidan como una estrategia migratoria esencial, no solo en términos de satisfacción de necesidades básicas como la alimentación y el refugio, sino también como espacios que facilitan la creación de redes de apoyo y la integración social. Al ofrecer un entorno seguro, los albergues de la sociedad civil, y en este caso específico, de corte religioso, permiten a las migrantes compartir sus experiencias, recibir orientación y acceder a servicios clave, como atención médica, apoyo psicológico y asesoramiento legal. La colaboración con diversas organizaciones y la comunidad local amplifica la respuesta a las variadas necesidades de los migrantes, contribuyendo a la resiliencia y a la reconstrucción de sus vidas. Desde personas que son voluntarias y apoyan

en albergues u otros espacios, personas que las emplean para trabajar, o les dan comida en calles, trenes y otros (por ejemplo, las patronas), o les compran sus artesanías.

La gestión de los recursos económicos, dada la carga de cuidado que asumen las mujeres migrantes, se realiza a través de estrategias como el apoyo institucional de ACNUR, trabajos informales y, en ocasiones, la solicitud de asistencia económica. Una vez que obtienen el estatus de refugiadas, acceden a empleos con mejores condiciones salariales y laborales. Sin embargo, durante su tránsito, la posibilidad de acceder a empleos formales es limitada, lo que incrementa las dificultades para generar recursos de manera segura y estable.

Un elemento significativo que emerge de los relatos de las mujeres entrevistadas es la influencia central de la fe en el proceso migratorio. La espiritualidad les proporciona consuelo y esperanza, y actúa como un ancla emocional que refuerza su resiliencia en momentos de incertidumbre y sufrimiento. En ese sentido, la fe debe ser reconocida como un recurso emocional, y una práctica de autocuidado, tanto individual como colectiva, que las mujeres emplean para enfrentar las adversidades del viaje. Esa dimensión espiritual, expresada en prácticas religiosas, como la oración diaria y el cumplimiento de promesas religiosas, se configuran como formas concretas de resistencia que fortalecen la capacidad de las mujeres para mantener su bienestar psicológico y emocional frente a la violencia y la incertidumbre.

En relación con la hipótesis inicial, que postulaba la existencia de estrategias de afrontamiento diferenciadas en el contexto de la migración irregular y forzada centroamericana. Se confirma que las tradicionales estrategias migratorias —como el pago del "coyote" o el uso del tren "La Bestia"— no son determinantes en los cinco casos de estudio de migración femenina centroamericana acompañada de infancias y adolescencias. En su lugar, estrategias como la utilización de albergues, la solicitud de refugio en México y el reasentamiento en un tercer país, se configuran como determinantes en este proceso migratorio, estrategias indisolublemente vinculadas a las políticas migratorias vigentes y a los acuerdos internacionales ratificados por el Estado mexicano.

A pesar de los avances, aún queda pendiente la exploración de importantes aspectos, como la percepción de las infancias y adolescencias frente a la migración forzada e irregular, su experiencia de refugio en México, así como los perfiles migratorios de padres que migran sin la madre y las formas en que cuidan a sus hijas e hijos en este contexto. Igualmente, es necesario continuar con el estudio de las nuevas políticas migratorias, particularmente aquellas que se enmarcan en la necro-política, y que operan en contextos de violencia y desplazamiento forzado.

Capítulo 8. Bibliografía y Anexos

Por último, se compila el registro completo de fuentes citadas, siguiendo las normas de estilo académico. En los anexos se incorpora el instrumento de recolección de información (guía de entrevista), así como la carta de consentimiento informado (que respalda la ética en la investigación). La carta de autorización del albergue para poder realizar trabajo de campo queda a resguardo para cualquier aclaración, pero no se muestra en la tesis por cuestiones de confidencialidad.

Bibliografía

ACNUR. (2020) Informe Global 2020. ACNUR. <https://www.acnur.org/media/informe-global-2020>

ACNUR. (s/f). *Reasentamiento en Estados Unidos*. ACNUR; UNHCR. <https://www.acnur.org/reasentamiento-en-estados-unidos>

Arango, J. (1985). Las “Leyes de las migraciones” de E. G. Ravenstein, cien años después. *Reis*, 32, 7. <https://doi.org/10.2307/40183172>

Arango, J. (2018). Inmigración y diversidad humana: Una nueva era en las migraciones internacionales. En *Migraciones en el siglo XXI: Nuevas dinámicas y desafíos* (pp. 5–22). Editorial Universidad Complutense. https://ortegaygasset.edu/wp-content/uploads/2018/07/268Joaquin_Arango.pdf

Barreno Castillo, R. (2024). Extorsiones en Guatemala: 50 denuncias diarias en el último año de gobierno de Alejandro Giammattei. Prensa Libre. (enero del 2024) <https://www.prensalibre.com/guatemala/justicia/extorsiones-en-guatemala-50-denuncias-diarias-en-el-ultimo-ano-de-gobierno-de-alejandro-giammattei/>

Bastia, T. (2009). La feminización de la migración transnacional y su potencial emancipatorio. *Papeles de relaciones ecosociales y cambio global*, 104, 67-77. https://www.fuhem.es/papeles_articulo/la-feminizacion-de-la-migracion-trasnacional-y-su-potencial-emancipatorio/

Bedoya-Lau, F. N., Matos, L. J., & Zelaya, E. C. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 77(4), 262-270. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972014000400009&script=sci_abstract

Bronfman, M., Leyva, R., & Negroni, M. (2004). Movilidad poblacional y VIH/sida: Un enfoque desde la salud pública. México: Instituto Nacional de Salud Pública. https://www.insp.mx/images/stories/Produccion/pdf/100722_cp17.pdf

Camargo, Abbdel, (2014) Arrancados de raíz. Causas que originan el desplazamiento transfronterizo de niños, niñas y adolescentes no acompañados y/o separados de Centroamérica y su necesidad de protección internacional. México: ACNUR México. <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/Publicaciones/2014/9828.pdf>

Castro, Ana (2020) La 72, hogar-refugio para personas migrantes. La sociedad civil organizada en la atención de la agenda de los transmigrantes en la frontera México-Guatemala. En Revista Pueblos y Frontera Digital. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1870-41152020000100109

Canales, A. I., & Meza, S. A. (2018). Tendencias y patrones de la migración de retorno en México. *Migración y Desarrollo*, 16(30), 123–155. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-75992018000100123

Cantú, Jorge y González Cristina (2021) Migración forzada: el recorrido de las mujeres hondureñas en el tren “La bestia”. En Diarios del Terruño. No. 12, julio-dic. 2021, Segunda época. <https://www.revistadiariosdelterrano.com/herrera-cantu-gonzalez-perez/>

Castillo Ramírez, G., & Macario, M. T. (2024). Contención migratoria en pandemia. Configuración territorial de detenciones y deportaciones en las fronteras de México. REMHU: Revista Interdisciplinar de Movilidad Humana, 32. <https://www.scielo.br/j/remhu/a/KqbMJgDSgmtZ5WmhVXTCdRS/?format=pdf&lang=es>

Castillo, M. Á. (2000). Las políticas hacia la migración centroamericana en países de origen, de destino y de tránsito. *Papeles de población*, 6(24), 133–157. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1405-74252000000200007&lng=en&nrm=iso&tlng=es

Castillo, M. Á. (2003). Los desafíos de la emigración centroamericana en el Siglo XXI. *Les Cahiers ALHIM*, 7. <https://journals.openedition.org/alhim/369>

Castillo, M. Á., & Toussaint, M. (2015). La frontera sur de México: orígenes y desarrollo de la migración centroamericana. *Cuadernos Intercambio sobre Centroamérica y el Caribe*, 12, 59–86. <https://www.redalyc.org/pdf/4769/476947244004.pdf>

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

Cazau, P. (2006). *Introducción a la investigación en ciencias sociales* (3.^a ed.). Buenos Aires, Argentina. Recuperado de https://educacionparatodalavida.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/10/cazau_pablo_-_introduccion_a_la_investigacion.pdf

Cosío, M. E. Z., & Gomez, V. R. (2016). Introducción. En *El género en movimiento: Familias y migraciones* (pp. 18–52). El Colegio de México. <https://es.scribd.com/read/419641760/El-genero-en-movimiento-Familias-y-migraciones>

Cortés, S. (2011). Migración y derechos humanos: una visión desde la sociedad civil. En M. E. Z. Cosío & V. R. Gómez (Eds.), *El género en movimiento: Familias y migraciones* (pp. 53–78). El Colegio de México. <https://repositorio.colmex.mx/concern/books/0z709024s?locale=en>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2013a). Estudio Económico de América Latina y el Caribe 2013: Tres décadas de crecimiento económico desigual e inestable. Naciones Unidas. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/1085-estudio-economico-america-latina-caribe-2013-tres-decadas-crecimiento-economico>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2013b). Consenso de Montevideo sobre población y desarrollo. <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/7ff6776f-6537-4904-9336-298cbfbb263c/content>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) (2018a). Atlas of migration in Northern Central America <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/bc49b2cc-87a5-4def-a7d0-535875260b5f/content>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2018b). Perspectivas económicas de América Latina 2018: Repensando las instituciones para el desarrollo. CEPAL, OCDE y CAF. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/43513-perspectivas-economicas-america-latina-2018-repensando-instituciones-desarrollo>

Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) (2018) Los desafíos de la migración y los albergues como oasis. Encuesta Nacional de personas Migrantes en tránsito por México. <https://www.cndh.org.mx/documento/los-desafios-de-la-migracion-y-los-albergues-como-oasis-encuesta-nacional-de-personas>

Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) (2019). Informe Especial: Los desafíos de la migración y los albergues como oasis. <https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Informes/Especiales/Informe-Especial-Desafios-migracion.pdf>

Díaz, G., & Kuhner, G. (2007, octubre 1). Mujeres Migrantes en Tránsito y Detenidas en México. *Migrationpolicy.org*. <https://www.migrationpolicy.org/article/mujeres-migrantes-en-tr-nsito-y-detenidas-en-m-xico>

Durand, J. (2016). *Historia mínima de la migración México-Estados Unidos*. El Colegio de México.

Durand, J. (2017). *Historia mínima de la migración México-Estados Unidos*. El Colegio de México. <https://es.scribd.com/read/419641527/Historia-minima-de-la-migracion-Mexico-Estados-Unidos>

De Gialdino, I. V. (2019). *Estrategias de investigación cualitativa*. Editorial Gedisa.[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=8qm0DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP5&dq=De+Gialdino,+I.+V.+\(2006\).+Estrategias+de+investigaci%C3%B3n+cualitativa.+Editorial+Gedisa.&ots=thl66jnhGI&sig=ygwc0CcIQsMOwOLiNQ5WRU2qmDY#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=8qm0DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP5&dq=De+Gialdino,+I.+V.+(2006).+Estrategias+de+investigaci%C3%B3n+cualitativa.+Editorial+Gedisa.&ots=thl66jnhGI&sig=ygwc0CcIQsMOwOLiNQ5WRU2qmDY#v=onepage&q&f=false)

Della Mora, M. (2006). Estrategias de afrontamiento (coping) en adolescentes embarazadas escolarizadas. *Revista iberoamericana de educación*, 38(3), 1-15. <https://rieoei.org/RIE/article/view/2657/3640>

Díaz, E. M. (2012). Estrategias migratorias de las mujeres ecuatorianas en Sevilla: Acumulación de capital social en tiempos de crisis. *Migraciones Internacionales*, 6, 107–139.

Díaz, G., & Kuhner, G. (2007). Mujeres Migrantes en Tránsito y Detenidas en México. *Migrationpolicy.org*. <https://www.migrationpolicy.org/article/mujeres-migrantes-en-tr-nsito-y-detenidas-en-m-xico>

Durand, J. (2017). *Historia mínima de la migración México-Estados Unidos*. El Colegio de México. <https://es.scribd.com/read/419641527/Historia-minima-de-la-migracion-Mexico-Estados-Unidos>

Eisenstadt, S. N. (1954). *The absorption of immigrants: A comparative study based mainly on the Jewish community in Palestine and the state of Israel*. Routledge.

Estévez, A. (2022). El proceso necropolítico de la migración forzada. Una conceptualización de la producción y administración del refugio en el siglo XXI. *Estudios Políticos*, 63, 243–267. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-69612018000100110#B9

Elliott, J. (2005). Using narrative in social research: Qualitative and quantitative approaches. UK: Sage Publications. <https://uk.sagepub.com/en-gb/eur/using-narrative-in-social-research/book226488#preview>

Forina, A. (2022). Antropología, refugio y migraciones forzadas: Una breve historia. *AIBR: Revista de Antropología Iberoamericana*, 17(1), 37–59. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8413492>

Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 50(3), 571. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/19459529_Appraisal_Coping_Health_Status_and_Psychological_Symptoms

Gaeta, M. L., & Martín, P. (2009). Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *Studium: Revista de Humanidades*, (15), 327–344. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3074506>

Gammeltoft-Hansen, T., & Tan, N. F. (2017). The End of the Deterrence Paradigm? Future Directions for Global Refugee Policy. *Journal on Migration and Human Security*, 5, Article No. 28. <https://doi.org/10.14240/jmhs.v5i1.73> https://www.researchgate.net/publication/313799713_The_End_of_the_Deterrence_Paradigm_Future_Directions_for_Global_Refugee_Policy

Giorguli Saucedo, S. E. (2022). La exposición de niños, niñas y adolescentes a la migración internacional en México y América Latina: Estimaciones y propuestas analíticas. En C. Jhonnatan & H. H. Alberto (Eds.), *Migración temprana. Movilidad y desplazamiento de niñas, niños, adolescentes y jóvenes por América Latina* (pp. 101–127). El Colegio de la Frontera Norte.

Goodson, I. F. (2004). *Historias de vida del profesorado* (pp. 27-42). Octaedro.

Gómez, R. C. (2019). La trata de personas y su vinculación con la niñez migrante no acompañada: retos, perspectivas y consideraciones desde el trabajo social [Universidad Nacional Autónoma de México]. <https://ru.dgb.unam.mx/handle/20.500.14330/TES01000784325>

González, R., Ángel, H. M., Dorado, V. A., Pineda Loperena, G., Marcela, D., Canales, M., Crisóstomo, J., Cruz, G., & Camargo Sánchez, M. (2022a). Diagnóstico de la movilidad humana en Querétaro. Gob.mx.

http://www.politicamigratoria.gob.mx/work/models/PoliticaMigratoria/CPM/foros_regionales/multimedia/diag_Quer.pdf

González, R., Ángel, H. M., Dorado, V. A., Pineda Loperena, G., Marcela, D., Canales, M., Crisóstomo, J., Cruz, G., & Camargo Sánchez, M. (2022b). Diagnóstico de la movilidad humana en Querétaro. Gob.mx. http://politicamigratoria.gob.mx/work/models/PoliticaMigratoria/CPM/foros_regionales/multimedia/diag_Quer.pdf

Grieco, E., & Boyd, M. (2003). Women and Migration: Incorporating Gender into International Migration Theory. Migration Information Source. <https://www.migrationpolicy.org/article/women-and-migration-incorporating-gender-international-migration-theory>

Hernández, Yuliuva (2006) Acerca del género como categoría analítica. En Revista Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences, vol. 13, núm. 1. <https://www.redalyc.org/pdf/181/18153296009.pdf>

Hernández, M. G., Nguyen, J., Casanova, S., Suárez-Orozco, C., & Saetermoe, C. L. (2013). Doing no harm and getting it right: Guidelines for ethical research with immigrant communities. *New directions for child and adolescent development*, 2013(141), 43-60. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/cad.20042>

Hernández Ávila, M. (2013). Movilidad poblacional y VIH. *Salud pública de México*, 55, s1-s3. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342013000300001

Hernández, A. B. (2024). Violencia sexual contra mujeres migrantes en tránsito por México: contextos, actores y estrategias de afrontamiento. *Sociedades y Desigualdades*, 1(1), 55-85.

Hennink, M., Hutter, I., & Bailey, A. (2011). *Qualitative Research Methods*. [https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/referencespapers.aspx?referenceid=882188](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/referencespapers.aspx?referenceid=882188)

Herrera, Roberto (2006) La teoría de las migraciones internacionales hoy. En Juan González, Bernardino Montoya y Eduardo Sandoval (coord.) *Migración internacional: voces del sur*. México: UAEM.

Instituto de las Mujeres (INMUJERES) (s/f) Mujeres y movilidad migrante en México. Informe de políticas prioritarias (s/f). http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/Mujeres_movilidad_migrante_Mexico.pdf

Instituto Nacional de las Mujeres/Centro de Documentación del Instituto Nacional de las Mujeres. (INMUJERES) (2022). Mujeres y movilidad migrante en México: Informe de políticas prioritarias. Instituto Nacional de las Mujeres. http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/Mujeres_movilidad_migrante_Mexico.pdf

- Indra, D. M. (1989). Refugee Women and the Challenge of Reconstructing Lives and Livelihoods. *Journal of Refugee Studies*, 2(2), 221–242. <https://doi.org/10.1093/jrs/2.2.221>
- Izquierdo, M. A. (2020). Estrategias de afrontamiento: una revisión teórica. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6889>
- Instituto Tecnológico Autónomo de México (2014) Migración centroamericana en tránsito por México hacia los Estados Unidos: Diagnóstico y recomendaciones. Documento ejecutivo. <https://imumi.org/file/2024/10/9884.pdf>
- Instituto Nacional de Migración (INM) (2024). *En 2023 se registraron 40.8 millones de ingresos regulares a México: INM.* gob.mx. Recuperado de <https://www.gob.mx/inm/prensa/en-2023-se-registraron-40-8-millones-de-ingresos-regulares-a-mexico-inm>
- Instituto Nacional de Migración (INM) (2023). Estadísticas Migratorias. México: Unidad de Política Migratoria, Registro e Identidad de Personas. https://portales.segob.gob.mx/work/models/PoliticaMigratoria/CEM/Estadisticas/Sintesis_Graficas/Sintesis_2023.pdf
- Lugo Rodríguez, J. & Cárdenas Miranda, E. L. (2019). El derecho de protección de las niñas, niños y adolescentes extranjeros no acompañados en México. Obtenido de: <http://repositorio.lasalle.mx/handle/lasalle/1408>
- Luján, M., & Paredes, M. A. (2011). El papel del migrante en la construcción social de su identidad. *Sociedad y Economía*, 1(31). <https://www.redalyc.org/jatsRepo/125/12521185007/html/index.html>
- Marcela Pérez Lindo, M. (2018). Estrategias de los migrantes para afrontar las adversidades de la migración. *Revista del Centro de Estudios Migratorios de México*. <https://www.migracionmexico.org>
- Martínez, J. A. (2014). Desafíos y oportunidades de la migración centroamericana en el contexto de la globalización. *Estudios Sociológicos*, 32, 137–162.
- Méndez, J. (2013). Migración y derechos humanos: Desafíos contemporáneos. Instituto de Investigaciones Jurídicas, UNAM.
- Mbembe, A. (2011). *Necro política seguido de, sobre el gobierno privado indirecto*. Madrid: Ed. Melusina. <https://redintegra.org/wp-content/uploads/2019/04/achille-mbembe-necropolitica.pdf>
- Minervini, C. (2012). Género y migración: Experiencias de mujeres en tránsito por México. *Revista Estudios Migratorios Latinoamericanos*, 26(78), 123–140.

- Mora, A. (2017). Redes de apoyo y estrategias de afrontamiento de mujeres migrantes centroamericanas en México. *Cuadernos de Migración*, 10(2), 85–110.
- Montoya-Ortiz, M., & Sandoval-Forero, E. (2018). Migrantes haitianos en México: un nuevo escenario migratorio. *Huellas De La Migración*, 3(6), 133-156.
- Organización Internacional de las Migraciones (OIM) (2019a). Glosario de la OIM sobre Migración. <https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml-34-glossary-es.pdf>
- Organización Internacional de las Migraciones (OIM) (2019b). *Informe Anual 2019* (O. I. P. las (oim), Ed.). <https://www.iom.int/es/resources/informe-de-la-oim-2019>
- Organización Internacional de las Migraciones (OIM) (2022a) *Informe sobre las Migraciones en el Mundo* (Resumen ejecutivo) <https://worldmigrationreport.iom.int/sites/g/files/tmzbdl1691/files/documents/FINAL%2520Datos%2520Clave%2520%2520Feminizaci%25C3%25B3n%2520de%2520la%2520migraci%25C3%25B3n.pdf>
- Organización Internacional de las Migraciones (OIM) (2022b). *Informe sobre las Migraciones en el Mundo 2022* <https://publications.iom.int/books/informe-sobre-las-migraciones-en-el-mundo-2022>
- Organización de Naciones Unidas (ONU) (Ed.). (1990). *Convención internacional sobre la protección de los derechos de todos los trabajadores migratorios y de sus familiares*. <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/international-convention-protection-rights-all-migrant-workers>
- OMI (Observatorio de Migración Internacional y Movilidad Humana de México) (s/f). *Observatorio de Migración Internacional y Movilidades Humanas*. <http://www.omi.gob.mx/>
- Ortega, E. (2019). Cuando los niños se vuelven migrantes: niñez detenida en México y dislocación del discurso de derechos humanos. *Norteamérica*, 14(2), 33-63
- Pavéz-Soto, I. (2017). La niñez en las migraciones globales: perspectivas teóricas para analizar su participación. *Tla-melaua*, 10(41), 96-113.
- París-Pombo, M. D. (2016). Trayectos peligrosos: inseguridad y movilidad humana en México. *Papeles de población*, 22(90), 145-172.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2010). Informe sobre desarrollo humano 2010: La verdadera riqueza de las naciones: Caminos al desarrollo humano. Mundi-Prensa.

Reig, A., & Norum, R. (2020). *Migrantes* (E. Ekaré, Ed.). Ekaré.

Ruiz Peralta, L. F., & García Cárdenas, E. (2015). Movilización, migración y retorno de la niñez migrante: Una mirada antropológica. *Región y sociedad*, 27(63), 299-309.

Rambo, Carol (2019) Múltiples reflexiones sobre el abuso sexual infantil: un argumento para una narración en capas. En Silvia, Bénard Calva (coord.) Autoetnografía. Una metodología cuantitativa. México: Universidad Autónoma de Aguascalientes/El Colegio de San Luis. https://www.academia.edu/41898929/Autoetnograf%C3%ADa_Una_metodolog%C3%ADa_cualitativa

Rebolledo, M., & Rodríguez, C. (2019a). Violencias de género en contextos de movilidad humana. *Revista Migraciones*, (45), 55–80. Universidad Pontificia Comillas.

Rebolledo, Teresa y Rocío Rodríguez (2019b) Mujeres Migrantes, vulnerabilidad y Derechos Humanos. En *Collectivus revista de ciencias sociales*. Vol. 6 (2) <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=24024>

Save The Children. (2018). *Memoria Anual 2018*. https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/memoria-anual-save-the-children-2018_1.pdf

Secretaria de Relaciones Exteriores (2024). *A un año de tragedia en estación migratoria de Ciudad Juárez, Gobierno de México trabaja por una gestión humanista del fenómeno migratorio*. <https://www.gob.mx/sre/prensa/a-un-ano-de-tragedia-en-estacion-migratoria-de-ciudad-juarez-gobierno-de-mexico-trabaja-por-una-gestion-humanista-del-fenomeno-migratorio-360979?idiom=es>

Strauss, A., & Corbin, J. (1998). Basics of qualitative research techniques. Recuperado de <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=18c7cfe7a46c7771b60dc384b1b4e350f65b13e2>

Taborda Ocampo, F. J., & Brausin Pérez, J. (2020). Fundamentos éticos en el proceso de investigación social. Saberes y prácticas. *Revista de Filosofía y Educación*, 5(2), 1–18. <https://revistas.uncu.edu.ar/ojs3/index.php/saberesypracticas/article/view/2415>

Torre Cantalapiedra, E., & Mariscal Nava, D. M. (2020). Batallando con fronteras: estrategias migratorias en tránsito de participantes en caravanas de migrantes. *Estudios fronterizos*, 21. Recuperado de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0187-69612020000100105&script=sci_arttext

Torre, Cantalapiedra, E. (2021). Mujeres migrantes en tránsito por México. La perspectiva cuantitativa y de género. *La Ventana*, 6(54), 209–239. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362021000200209

Tuñón Pablos, E., & Rojas Wiesner, M. L. (Coords.). (2012). Género y migración. Volumen I. El Colegio de la Frontera Sur, El Colegio de la Frontera Norte, El Colegio de Michoacán, Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social. https://www.iberotorreon.mx/publico/pdf/prami/Genero_Migracion_VOL_I_ECOSUR_COLMICH.pdf

Unidad de Política Migratoria, Registro e Identidad de Personas. (2021). Movilidades. Análisis de la movilidad humana (número 8). Secretaría de Gobernación. Recuperado de <https://www.politicamigratoria.gob.mx/work/models/PoliticaMigratoria/CEM/Publicaciones/Revistas/movilidades/8/movilidades8.pdf>

Unidad de Política Migratoria, Registro e Identidad de Personas. (2022). Movilidades. Análisis de la movilidad humana (número 11). Secretaría de Gobernación. Recuperado de http://www.politicamigratoria.gob.mx/es/PoliticaMigratoria/movilidades_11

Unidad de Política Migratoria, R. e. I. de P. de la S. de G. (2024). *Anuario de movilidad y migración internacional en las entidades federativas de México, 2021*. https://portales.segob.gob.mx/work/models/PoliticaMigratoria/CEM/Estadistica/anuario/ANUARIO_2021.pdf

Vargas, C. L. (2018). *EL VIAJE DE LOS INFANTES El desarrollo de la resiliencia en tránsito de las niñas, niños y adolescentes migrantes no acompañados en un contexto de desigualdad* [El Colegio de la Frontera Norte]. <https://posgrado.colef.mx/wp-content/uploads/2018/10/TESIS-Lucero-Vargas-Chantal.pdf>

Vega, H. (2018). *Migración de tránsito y acción humanitaria* (1.^a ed.). México: Grupo Editorial Universidad de Guadalajara/Centro Universitario de Tonalá. https://simehbucket.s3.amazonaws.com/miscfiles/2018-978-607-547-219-5_u6av1g6k.pdf

Villanueva, M. I. (2013). Género y migración: estrategias de mujeres migrantes centroamericanas en tránsito por México. *Género y migración*, 93–116. https://www.researchgate.net/profile/Ana-Torres-124/publication/327775903_Las_paradojas_de_ser_mujeres_esposas_de_migrantes_cambios_y_continuidades_para_las_mujeres_indigenas_purepechas_en_Tunon_Pablos_Esperanza_y_Martha_Luz_Rojas_Wiesner_Coord_2012_Genero_y_migracion_El_Co/links/60d3b22aa6fdcc75a24dea7b/Las-paradojas-de-ser-mujeres-esposas-de-migrantes-cambios-y-continuidades-para-las-mujeres-indigenas-purepechas-en-Tunon-Pablos-Esperanza-y-Martha-Luz-Rojas-Wiesner-Coord-2012-Genero-y-migracion.pdf#page=93

Yee-Quintero, José C. y Torre, C., Eduardo (2016) Lidiando con la frontera vertical: estrategias migratorias de los hondureños en tránsito por México: *Revista Interdisciplinaria de Movilidad Humana*, 24(47), 97-114. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=407047127007>

Anexos

Anexo 1.

Carta de consentimiento informado

[Fecha] Estimada Participante: Me gustaría solicitar su consentimiento para participar en el estudio titulado "Las estrategias migratorias de mujeres centroamericanas con sus hijos e hijas en tránsito por Querétaro, México." que estoy llevando a cabo en el marco de la Maestría de Ciencias Sociales de la Universidad Autónoma de Querétaro en relación con las experiencias de mujeres migrantes con hijos en tránsito hacia y por Querétaro. Su participación en esta investigación será voluntaria y confidencial. Antes de continuar, le proporcionaré información sobre el propósito del estudio, la duración estimada de la entrevista y los temas que se abordarán. Además, cualquier dato que se recoja se utilizará únicamente para fines de investigación y se mantendrá en estricta confidencialidad. **Propósito de la Investigación:** El propósito de este estudio es comprender las estrategias utilizadas por las mujeres que migran con sus hijos e hijas durante el proceso de tránsito en respuesta a los desafíos que implica su camino hacia y por Querétaro. **Procedimiento:** La entrevista a profundidad se llevará a cabo en un lugar y horario conveniente para usted. La duración estimada de la entrevista será de aproximadamente 40 minutos. Se le pide permiso para poder grabarla. **Confidencialidad:** Todas las respuestas proporcionadas durante la entrevista se mantendrán en estricta confidencialidad. No se incluirán detalles que permitan identificar a las personas entrevistadas en los informes de investigación. **Consentimiento:** Al firmar esta carta de consentimiento, usted está de acuerdo en participar voluntariamente en esta investigación. Tiene derecho a retirar su consentimiento en cualquier momento si así lo desea.

Firma: _____ Fecha: _____

Al firmar esta carta de consentimiento, confirma que ha leído y comprendido la información proporcionada y que está de acuerdo en participar en el estudio. Si tiene alguna pregunta o inquietud, no dude en hacérmelo saber. Gracias por su participación y contribución a este estudio. Sinceramente,

[Nombre y Firma del Investigador o Investigadora]

[Título o Afiliación de la Investigadora]

Anexo 2.

Guía de entrevista semi-estructurada para mujeres migrantes con sus hijxs en tránsito por Querétaro, México (presencial y virtual)

| Categoría | Rubro | Batería de preguntas |
|---|------------------------------|---|
| 1. Perfil general | Datos personales | <p>¿Dónde nació?</p> <p>¿Cuál es su edad?</p> <p>¿Cuántos hijos e hijas tiene?</p> <p>¿Es casada, soltera, etc.?</p> <p>¿Cuál es su grado de escolaridad?</p> <p>¿A qué se dedicaba en su lugar de origen?</p> |
| 2. Perfil migratorio | Causas de la migración | <p>¿Qué circunstancias en su país de origen la llevaron a tomar la decisión de migrar?</p> <p>¿Cuándo y por qué decidió migrar hacia Querétaro con sus hijos e hijas?</p> <p>¿Cuánto tiempo lleva en este proceso de migración?</p> <p>¿Qué dificultades enfrentó en la salida de su país de origen?</p> <p>¿Con cuántos hijos e hijas vino?</p> <p>¿Cómo es criar mientras se migra?</p> |
| 3. Movilidad de mujeres con sus hijxs | Rutas y medios de transporte | <p>Rutas</p> <p>¿Qué problemas han enfrentado de forma reciente y cómo los han solucionado o cómo han salido adelante?</p> <p>-¿Cómo planificaron este viaje con hijos/as?</p> <p>-¿Qué elementos consideran? (ropa, enseres, dinero, documentos, etc.)</p> <p>¿Qué elementos se consideran para planear la ruta (distancia, peligrosidad, redes de apoyo, etc.)?</p> <p>¿Ser mujer con niños influye en la elección de las rutas migratorias? ¿Cómo?</p> <p>¿Qué estrategias podrían utilizar para asegurarse de que las rutas sean seguras?</p> <p>Medios de transporte</p> <p>-¿Qué cosas consideran (distancia, seguridad o peligrosidad del transporte, cajas de camiones, tráiler, etc.)?</p> <p>-¿Qué estrategias utilizarían para asegurarse de que los medios de transporte sean seguros?</p> <p>-¿Cómo llegaron a México? (vía terrestre, etc.).</p> <p>-¿Qué rutas y medios de transporte utilizaron?</p> <p>-¿Cómo llegaron a Querétaro?</p> <p>¿Cómo accedieron a estos medios de transporte?</p> <p>¿Cómo identifica que un medio de transporte es seguro para usted y sus hijas e hijos?</p> |
| 4. Acompañamiento para mujeres con sus hijxs por temas de seguridad | Acompañamiento y redes | <p>Acompañamiento</p> <p>-¿Usted ha buscado o buscaría compañía para reducir riesgos? ¿Con niños y niñas es posible o es más riesgo?</p> <p>¿Qué estrategias utiliza al querer o necesitar compañía para su seguridad y la de sus hijxs?</p> <p>-¿Con quiénes viajaron o se asociaron durante su migración?</p> <p>¿Cómo conoció a estas personas?</p> <p>¿Cómo se asegura poder confiar en otra persona?</p> <p>¿Enfrentó alguna dificultad al establecer alguna relación con personas en el camino?</p> <p>¿Cree que es más difícil acercarse a las personas siendo mujer migrante? Y ¿con hijos?</p> <p>Redes (redes de mujeres o familiares o de paisanos, Caravanas, u otras).</p> <p>-¿Usted tiene redes para reducir riesgos durante el tránsito? (redes de mujeres o familiares o de paisanos, Caravanas, u otras).</p> <p>-¿Cuáles son las estrategias de las mujeres para allegarse de ayuda de las redes (parentesco, paisanaje)?</p> <p>Redes informales: COYOTAJE</p> <p>-¿Qué estrategias utilizan las mujeres para garantizar su seguridad al momento de recurrir a redes de apoyo irregulares como el coyotaje?</p> |

| | | |
|---|---|--|
| | | ¿Y sus hijos e hijas cómo los cuidan en ese sentido? |
| Regularización de mujeres con sus hijxs | Documentos migratorios y solicitud de refugio | <p>Documento migratorio y solicitud de refugio</p> <p>¿Cuáles son las estrategias para tener información migratoria?</p> <p>¿sabe usted cómo pedir una solicitud de refugio, u otros?</p> <p>¿Han intentado regularizar su situación en Querétaro o solicitar refugio? ¿Cómo ha sido ese proceso?</p> <p>-De tener que esperar por un permiso o respuesta de refugio, ¿Dónde se quedarían? ¿Qué estrategias han pensado o planeado?</p> <p>Cuando salió de su país a dónde iba (qué ciudad y si tenía alguna red en el país de destino) y porque decidió parar aquí?</p> <p>¿Ha sido discriminada por ser mujer migrante?</p> |
| Redes de apoyo para mujeres con sus hijxs | Albergues, ayuda humanitaria y caridad | <p>Albergues religiosos y seculares</p> <p>¿Han recibido ayuda de albergues u organizaciones?</p> <p>-¿Cuáles son las estrategias para allegarse información sobre los albergues?</p> <p>¿Qué criterios se toman en cuenta para elegir el tiempo de duración en un albergue?</p> <p>¿Necesitan desplegar estrategias para sentirse seguras? ¿cuáles?</p> <p>Apoyo humanitario o caridad</p> <p>¿Han tenido contacto con personas externas a instituciones que les han brindado apoyo?</p> <p>-¿Cuáles son las estrategias para allegarse de ayuda como desparas, comida, etc,?</p> <p>¿ha pedido dinero en la calle? ¿Cómo se informa dónde hacerlo?</p> |
| Acceso a recursos económicos para mujeres y sus hijxs | Trabajo, ahorro y envío de dinero | <p>Trabajo</p> <p>¿Han buscado trabajo durante su migración?</p> <p>¿Dónde y en qué tipo de trabajo?</p> <p>¿A qué situaciones se ha enfrentado al ser mujer/madre migrante en los trabajos?</p> <p>Ahorro</p> <p>¿Cómo han administrado su dinero durante el viaje?</p> <p>-¿Cuál es la priorización de gastos?</p> <p>¿llevan ahorros?</p> <p>¿Cómo los llevan?</p> <p>¿Cómo distribuyen el dinero en el viaje?</p> <p>¿Y si les llegaran a robar o perder su dinero?</p> <p>Envío de dinero</p> <p>-¿Reciben dinero de familiares o amigos?</p> |
| Adicional | Adicional | <p>¿Algún desafío o experiencia específica que desee compartir relacionada con su migración?</p> <p>¿Qué tipo de apoyo considera que sería más útil para las mujeres migrantes con hijos e hijas en tránsito en Querétaro?</p> |

Anexo 3.

Carta de Autorización del albergue para migrantes (en resguardo para cualquier aclaración).