

Estrategias de afrontamiento en un grupo de mujeres migrantes venezolanas en España, 2021

Coping strategies in a group of Venezuelan migrant women in Spain, 2021

SÁNCHEZ, EDUARDO¹¹Instituto Universitario de Estudios de la Mujer. Universidad Autónoma de Madrid. Madrid, España.

RESUMEN

Este artículo se fundamenta en comprender desde las experiencias de un grupo de mujeres migrantes venezolanas en España, el uso de estrategias de afrontamiento. La metodología empleada fue cualitativa y se llevó a cabo mediante la realización de entrevistas semiestructuradas a 20 participantes, con la finalidad de conocer sus experiencias migratorias e identificar situaciones estresantes. Asimismo, para indagar sobre las estrategias de afrontamiento que empleaban, se aplicó la versión española del inventario de Estrategias de Afrontamiento. Los resultados indican una media de edad de 42,60. Por otro lado, y en función del objetivo de la investigación, las situaciones estresantes identificadas, conllevaron a categorizarlas en económicas, familiares, de concreción social y estatus migratorio. La media general de las estrategias de afrontamiento empleadas fue: 18,25 resolución de problemas, 4,95 autocrítica, 12,75 expresión emocional, 12,35 pensamiento desiderativo, 13,55 apoyo social, 14,45 reestructuración cognitiva, 7,00 evitación del problema y 7,20 retirada social. Se concluye que, las migrantes poseen características sociodemográficas similares a los resultados de algunos estudios migratorios. También, afrontan de manera adecuada las situaciones que les genera estrés, por medio del empleo de la estrategia resolución del problema. Sin embargo, en el manejo inadecuado del afrontamiento, la presencia del pensamiento desiderativo, supone imaginarios contrarios a la realidad. Finalmente, a pesar de afrontar las situaciones estresantes, estas siguen inmersas en un contexto migratorio que las hace vulnerables.

Palabras clave: adaptación psicológica; España; migrantes; mujeres; Venezuela.

Autor de correspondencia

eduardojose.sanchez@
estudiante.uam.es

Citación:

Sánchez, E. (2022). Estrategias de afrontamiento en un grupo de mujeres migrantes venezolanas en España, 2021. GICOS, 7(2), 22-35

DOI: <https://doi.org/10.53766/GICOS/2022.07.02.02>

Fecha de envío

28/02/2022

Fecha de aceptación

19/04/2022

Fecha de publicación

16/07/2022



ABSTRACT

This article is based on understanding, from the experiences of a group of Venezuelan migrant women in Spain, the use of coping strategies. The methodology used was qualitative and was carried out by conducting semi-structured interviews with 20 participants, in order to learn about their migratory experiences and identify stressful situations. Likewise, to inquire about the coping strategies they used, the Spanish version of the Coping Strategies inventory was applied. The results indicate a mean age of 42.60. On the other hand, and depending on the objective of the research, the stressful situations identified led to categorizing them into economic, family, social specificity and immigration status. The general mean of the coping strategies used was: 18.25 problem solving, 4.95 self-criticism, 12.75 emotional expression, 12.35 wishful thinking, 13.55 social support, 14.45 cognitive restructuring, 7.00 problem avoidance and 7.20 social withdrawal. It is concluded that the migrants have sociodemographic characteristics similar to the results of some migratory studies. Also, they adequately deal with situations that generate stress, through the use of the problem-solving strategy. However, in the inadequate management of coping, the presence of wishful thinking supposes imaginaries contrary to reality. Finally, despite facing stressful situations, they are still immersed in a migratory context that makes them vulnerable.

Keywords: psychological adaptation, Spain, migrants, women, Venezuela.

INTRODUCCIÓN

El artículo que se presenta a continuación, forma parte del desarrollo de una investigación doctoral que pretende comprender desde la experiencia de mujeres migrantes venezolanas establecidas en España, aspectos interseccionales y de afrontamiento. La migración venezolana se ha dado como consecuencia de una dinámica sociohistórica asociada a la diáspora política, como también, a una profunda crisis económica (Carballo et al., 2019; Sánchez y Bosch, 2021). A este respecto, la Organización de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR, 2022) estima que existen 6 millones de personas refugiadas y migrantes de Venezuela en todo el mundo; además que las mismas, han dejado este país como consecuencia de la violencia, la inseguridad y las amenazas, así como por la falta de alimentos, medicinas y servicios esenciales. En la dinámica migratoria de personas migrantes venezolanas hacia España, el Ministerio de Interior (2021) ha reportado en los últimos años, un aumento considerable de las solicitudes de asilo o protección internacional. Otro aspecto que le otorga cierta peculiaridad, es una posible feminización de este proceso, pues al analizar los datos estadísticos del Instituto Nacional de Estadísticas de España (INE, 2022) más del 50% de la población venezolana registrada, está constituida por mujeres.

En este contexto, las experiencias y utilización de estrategias de afrontamiento de las migrantes, se constituyen en un aspecto relevante para la investigación de dicho fenómeno, pues en dichas experiencias, se plasman situaciones o vivencias que van más allá del género e involucran, dinámicas de poder, desigualdades, violencias, exclusiones y aspectos interseccionales. El objetivo del presente artículo, se fundamenta en comprender desde la experiencia de un grupo de mujeres migrantes venezolanas en España, el uso de estrategias de afrontamiento.

En relación al afrontamiento, este se describe como el conjunto de pensamientos y acciones que habilitan a las personas para manejar situaciones difíciles (Stone y Schneider, 1998). Consiste, por lo tanto, en un proceso en donde se emplean recursos y esfuerzos para manejar del mejor modo posible (reduciendo, minimizando,

tolerando o controlando) las demandas internas y ambientales. Everly (1984) lo define como “un esfuerzo para disminuir o mitigar los efectos del estrés, estos esfuerzos pueden ser psicológicos o conductuales” (p.44). Por consiguiente, esta capacidad de afrontamiento se desarrolla mediante recursos, respuestas y estrategias de afrontamiento, cuya referencia parte de la teoría del estrés y afrontamiento de Lazarus y Folkman (1986), quienes señalan que, en la valoración primaria de una situación estresante, la persona estima consecuencias y, en una valoración secundaria, es en donde las consecuencias se considerarían como negativas o amenazantes, generando de este modo, una búsqueda de recursos para reducir, evitar o afrontar dicha situación. Es entonces a partir de la valoración secundaria, que se emplean las estrategias de afrontamiento para hacer frente a situaciones que generan estrés. Estos autores, definen el estrés como “una relación habitual entre el individuo y el entorno que es evaluado por este como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar” (p.43).

En este contexto, es importante establecer diferencias entre recursos, respuestas, estilos y estrategias de afrontamiento, los primeros hacen referencia a los recursos que las personas disponen y se dan antes de un acontecimiento estresante; estos pueden ser: biológicos, que abarcan el estado de salud de las personas; psicológicos, que incluyen las fortalezas que residen dentro de la propia persona y, sociales, que contribuyen a generar apoyos y detener el impacto de acontecimientos estresantes (Galego, 2015). Mientras que las respuestas de afrontamiento, son conductas que ocurren tras un acontecimiento estresante y pueden ser dinámicas y multidimensionales (Billings y Moos, 1981; Lazarus y Folkman, 1986).

En concordancia con Fernández (1997) los estilos de afrontamiento “se refieren a predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones y son responsables de las preferencias individuales en el uso de uno u otros tipos de estrategias de afrontamiento, así como de su estabilidad temporal o situacional. Mientras que las estrategias de afrontamiento son los procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes” (p.190).

Ahora bien, las estrategias que utilizan las personas para darle sentido a una experiencia y enfrentar situaciones estresantes, representan recursos psicológicos empleados para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada (Centurion et al., 2016). En este sentido, Lazarus y Folkman (1986) las definen como “aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p.164). También, son procesos de carácter interactivo que permiten a las personas desenvolverse ante diferentes situaciones estresantes y, en donde se activan múltiples procesos fisiológicos, comportamentales, motivacionales e interpersonales (Skinner y Zimmer-Gembeck, 2007).

En el ámbito de las migraciones, el estrés y la utilización de estrategias de afrontamiento, podrían jugar un papel determinante a la hora de enfrentar diversas situaciones. Sánchez (2015) indica que el estrés migratorio “se caracteriza por ser múltiple porque afecta a muchas áreas de la vida; crónico porque se puede prolongar durante años; intenso y relevante por su fuerza; desorganizante, por la pérdida de control en situaciones permanentes” (p.52). En consecuencia, el estrés, pudiera presentarse frente a la experiencia de adaptación por

diversas características personales, culturales o de adaptación (Cabrerizo, 2019).

Sánchez y Bosch (2021) señalan algunas fuentes de estrés migratorio, como, por ejemplo, la búsqueda de trabajo en el país de llegada. En este aspecto, trabajar para la gran mayoría de las personas migrantes representa la posibilidad de sobrevivir, pero para hacerlo legalmente en España, es necesario tener residencia y permiso de trabajo. En muchos casos “trabajar en negro” sin “papeles” o sin documentación requerida, representa una opción de trabajar sin contrato y en empleos ocasionales, muchas veces precarios o con una remuneración por debajo del salario mínimo establecido. Sin embargo, la condición señalada cambia de acuerdo a las personas, en algunos casos, dependerá del nivel educativo u profesión homologada, poseer competencias en algún oficio o conocimiento de alta empleabilidad, contactos, entre otros.

En consecuencia, conseguir ingresos para cubrir necesidades básicas de sobrevivencia, ante el desempleo o subempleo, ha conllevado a muchos grupos de personas migrantes a buscar ayuda en los servicios sociales gubernamentales, organizaciones no gubernamentales y redes de ayuda social, entre otros. También, como resultado de la pandemia por COVID-19 se pudo evidenciar un incremento de las “colas del hambre” constituidas por personas que recibían alimentos básicos, muchas de ellas formadas por un creciente número de migrantes (Martínez, 2021).

Otra situación que puede generar estrés, es la tramitación de la documentación para conseguir el permiso de residencia y trabajo. En este contexto, los “papeles” es decir, la obtención de un estatus legal que permita la residencia y un permiso de trabajo, se constituyen en un aspecto fundamental. En España, la vía para tener una residencia, es mediante un visado (de trabajo, estudios, entre otras) tramitado en el país de origen. Otras formas son, el arraigo social, laboral o familiar, o la autorización de residencia por solicitud de asilo o protección internacional. En este punto, es importante destacar que según el Ministerio del Interior de España (2021), las solicitudes de protección internacional de personas venezolanas representan una de las mayores en relación con otros grupos de migrantes. La información suministrada por el ministerio citado, indica que en el 2019 hubo 40.886 solicitudes aprobadas, 28.375 en 2020 (pese a la pandemia por COVID – 19) y en el 2021 hubo 12.050 autorizaciones por razones de protección internacional de carácter humanitario. La agencia de esta solicitud, conlleva a las personas a solicitar un par de citas, como también, cumplir con los tiempos de espera, para obtener un permiso de trabajo (6 meses luego de la solicitud) y conocer la resolución del caso. Si la solicitud es favorable, el siguiente paso es la captación de huellas y trámite de la Tarjeta de Identidad del Extranjero (TIE), con el Número de Identidad del Extranjero (NIE).

Por otro lado, la búsqueda de vivienda para alquilar un piso o una habitación, implica cumplir con una serie de requisitos inmobiliarios, entre ellos, estar en posesión de un contrato de trabajo, previo permiso de residencia y de trabajo, el pago del mes en curso, un mes de fianza, un mes por concepto del alquiler del inmueble y, en algunos casos, el pago del seguro de impago (Idealista, 2021). En relación al padrón, la persona interesada, deberá poseer un certificado o volante de empadronamiento, que indique la residencia y domicilio habitual (Punto de Acceso digital, 2021). La obtención de dicho certificado está supeditada al título de propiedad o al contrato de alquiler, por lo que requerirá de la autorización, llenado y firma de una planilla en el ayuntamiento

u oficina para tal fin.

Otras fuentes de estrés, estarían dadas por las diferencias ideológicas, religiosas o culturales, entre otras. Al respecto, Sánchez (2015) indica que, las personas migrantes pudiesen enfrentar en su interacción social con las personas del país receptor “prejuicios ideológicos, actitudes racistas y de rechazo discriminatorio”. (p.58). Asimismo, la reagrupación familiar, también se constituye en otra fuente de estrés; en este sentido, Sánchez y Bosch (2021) señalan que, no lograr establecer vínculos afectivos y sociales que minimicen el sentimiento de soledad, generaría estrés a nivel familiar, pues las exigencias relacionadas con la documentación, los ingresos económicos, ente otros, dificultarían la reagrupación.

METODOLOGÍA

Para la comprensión del fenómeno, se realizó una aproximación cualitativa (Martínez, 2014; Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018) a 20 mujeres migrantes venezolanas durante el último trimestre del año 2021. Dicha aproximación, permitió un acercamiento a discursos, significados y construcciones sociales de sus experiencias migratorias, situaciones estresantes y estrategias de afrontamiento. En relación a la selección de las participantes, se utilizó un muestreo intencional (Otzen y Manterola, 2017) centrado en dos criterios de selección: 1) Edad superior a los 35 años, considerando los datos del INE de España (2021), así como algunas investigaciones inherentes a la temática (Dekocker, 2018; Sánchez y Bosch 2021). 2) Estatus migratorio de las participantes (irregular o en protección internacional).

Procedimiento

Las participantes, luego de recibir una explicación detallada acerca de la investigación, como también, las implicaciones éticas e información sobre la protección de datos; firmaban un consentimiento informado, en donde autorizaban ser grabadas en audio y, permitir usar la información obtenida, con fines académicos. Las entrevistas fueron semiestructuradas y se realizaron entre octubre y diciembre de 2021, con una duración de 60 minutos aproximadamente. Para este fin, se empleó un guion de entrevista y la información obtenida, fue transcrita, para luego proceder a realizar un análisis de contenido e identificar situaciones estresantes. Asimismo, para identificar las estrategias de afrontamiento, se aplicó el inventario de Estrategias de Afrontamiento de Cano et al (2007).

Instrumento

El instrumento de medida seleccionado para identificar las estrategias de afrontamiento fue la versión española del inventario de Estrategias de Afrontamiento (Coping Strategies Inventory, CSI; Tobin et al., 1989) de Cano et al. (2007). Este instrumento se seleccionó debido a su validez y fiabilidad, como consecuencia de las excelentes propiedades psicométricas comprobadas, donde ocho factores explicaron un 60% de la varianza con tan solo 40 ítems (frente a los 72 que explicaban un 47% en el instrumento original) y obtuvieron coeficientes de consistencia entre 0,63 y 0,89. Los 40 ítems tienen opciones de respuesta tipo Likert (0-4 puntos). El inventario

evalúa ocho estrategias de afrontamiento primario; entre ellas: 1) *Resolución del problema* (REP), relacionada con las estrategias cognitivas y conductuales referidas a eliminar el estrés, modificando la situación que la produce. 2) *Autocrítica* (AUC), inherente a las estrategias basadas en la autoinculpción y autocrítica por la situación estresante o su inadecuado manejo. 3) *Expresión emocional* (EEM), estrategias orientadas a liberar emociones que acontecen en el proceso de estrés. 4) *Pensamiento desiderativo* (PDS), estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante. 5) *Apoyo social* (APS), estrategias referidas a la búsqueda de apoyo emocional. 6) *Reestructuración cognitiva* (REC), estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante. 7) *Evitación del problema* (EVP), relacionadas con las estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamientos o actos y, 8) *Retirada social* (RES), estrategias de retirada de amigos, familiares, compañeros y personas significativas asociada con la reacción emocional en el proceso estresante.

Análisis estadístico

Para analizar estadísticamente la información obtenida en el instrumento, se utilizó el programa SPSS 27.0. Para este fin, se consideró la agrupación de ítems relacionados con cada una de las estrategias de afrontamiento del instrumento, como también, las categorías identificadas. La presentación de los resultados siguió el modelo de Lazarus y Folkman (1984) que diferencia el afrontamiento de dos formas: la primera centrada en el problema, que supone el intento de resolver o disminuir la amenaza y la segunda, centrada en la emoción, que se genera de la situación y supone la no resolución o modificación de la misma.

RESULTADOS

Resultados inherentes a la edad y lugar de residencia

En la tabla 1 se observa que la edad de las mujeres entrevistadas estuvo entre 35 y 56 años, con una media de 42,60 años y una desviación estándar de 6,939 años.

En la tabla 2 se muestra de forma porcentual el lugar de residencia de las participantes. De lo que se desprende que un 30% vive en Madrid, un 30% Zaragoza, un 25% vive en Barcelona y otro 15% en La Coruña.

Tabla 1. Estadísticos por edad (años)

Nº de Personas	Media Edad	Desviación Estándar	Mínimo	Máximo
20	42,60	6,939	35	56

Nota. Fuente: Fichas de las participantes.

Tabla 2. Lugar de residencia

Provincia	Número	Porcentaje
Madrid	6	30,0
Zaragoza	6	30,0
Barcelona	5	25,0
La Coruña	3	15,0
Total	20	100

Nota. Fuente: Fichas de las participantes.

Resultados inherentes a la identificación de la situación estresante

A continuación, se describen algunos datos de las participantes (P), así como la situación estresante identificada:

P1. Mujer de 46 años, soltera, profesional universitaria, desempleada, reside desde hace 3 años en España y vive en una habitación. “Mi mayor preocupación es no tener ahorros que me permitan subsistir mientras no estoy trabajando. Me estresa saber que llega el día de pagar el alquiler de la habitación y no tengo dinero para ello, ni tampoco para adquirir los alimentos. Me he postulado a muchos empleos, apenas logro conseguir empleos con contratos por semana que no me garantizan estabilidad”.

P2. Mujer de 46 años, soltera, profesional universitaria reside desde hace 3 años en España, vive en una habitación y trabaja como interna. “Tener a mis hijas en otro país (Colombia, Bogotá) y no poder ayudarles directamente con mi presencia física (poder abrazarlas, besarlas y mirarlas directamente a los ojos) dándoles apoyo emocional y orientaciones ante angustias emocionales, como es el caso de mi hija menor, que siente ansiedad y depresión [...] me hace sentir muy afligida y muchas veces triste”.

P3. Mujer de 56 años, soltera, vive en un piso, profesional universitaria, reside en España desde hace 2 años y trabaja como interna. “Actualmente trabajo en negro, por el hecho de no tener el título homologado y no tener más opciones. Hasta ahora sólo he tenido otros trabajos de cuidadora y lo poco que gano es para comer y pagar el alquiler principalmente”.

P4. Mujer de 44 años, soltera, profesional universitaria vive en un piso y reside desde hace 3 años en España y trabaja como comerciante. “Una de las situaciones más estresantes de los últimos meses relacionadas con el proceso migratorio tiene que ver, sin duda, con el deseo imperativo de conectarse físicamente con tus seres queridos, en mi caso particular, traer a mi madre a Madrid”.

P5. Mujer de 44 años, profesional, soltera, vive en un piso, reside desde hace 3 años en España y trabaja como interna sin contrato de trabajo. “Conseguir un empleo acorde a mi cualificación, pues los trabajos que me ofrecen son de limpieza de hogar, recogiendo frutas en los campos, pasear abuelos, me he sentido muy frustrada”.

P6. Mujer de 35 años, soltera, vive en un piso, reside desde hace 3 años en España y trabaja como prostituta. “No he conseguido un trabajo bien remunerado, ni tampoco he podido hacer cursos de formación o estudios oficiales y acreditados, pues me piden como requisito la documentación legalizada y apostillada. Situación

que me dificulta los trámites pues no cuento con recursos económicos”.

P7. Mujer de 43 años, soltera, vive en un piso, reside desde hace 2 años en España y está desempleada. “Actualmente me encuentro desempleada y me preocupa el hecho de que adquiriré una deuda que no puedo pagar pues no consigo empleo”.

P8. Mujer de 36 años, casada, profesional universitaria, vive en un piso, reside 2 años en España y trabaja como enfermera. “Siento preocupación y angustia por los trámites de la reagrupación familiar ya que tengo 2 años y dos meses sin ver a mi familia”.

P9. Mujer de 50 años, casada, vive en una habitación, reside desde hace 2 años en España y está desempleada. “Estoy desempleada debo mudarme y me es muy difícil encontrar alquiler sin contrato de trabajo”.

P10. Mujer de 54 años, divorciada, vive en un piso, reside desde hace 3 años en España y trabaja como teleoperadora. “Mi caso, está relacionado con el estado actual de mi padre, su condición físico mental está comprometida, es dependiente en todo sentido de mí, he buscado ayuda para sus cuidados y me ha sido negado por no se español”.

P11. Mujer de 35 años, soltera, profesional universitaria, vive en un piso, reside desde hace 3 años en España y trabaja como camarera. “El sueldo no me da para cubrir mis gastos. Me preocupa no poder cambiar de trabajo porque las oportunidades son escasas”.

P12. Mujer de 35 años, soltera, profesional universitaria, vive en un piso, reside desde hace 3 años en España y trabaja como comerciante. “Actualmente me encuentro en una situación irregular, pues me negaron el asilo, lo que imposibilita que realice trámites administrativos legales, entre otros. Tengo inestabilidad emocional y estrés relacionado con mi estabilidad laboral. Lo anterior en espera de recurso de reposición de mi expediente migratorio”.

P13. Mujer de 40 años, soltera, profesional universitaria, reside desde hace 3 años en España, vive en un piso y trabaja como moza de almacén. “Me estresa enfrentarme a la situación laboral en mi trabajo, en donde veo que por el hecho de ser mujer extranjera y tener una personalidad fuerte, no asciendo más de donde estoy”.

P14. Mujer de 42 años, soltera, profesional universitaria, reside desde hace 3 años en España, vive en un piso y trabaja como moza de almacén. “Como migrante los procesos de documentación son complicados. Homologar el título, lleva mucho tiempo. Ya no es el hecho que tenías que esforzarte en tu país o donde hayas estudiado tantos años para obtener un título, sino que cuando te vas a otro país, necesitas un par de años más para legalizar toda esa documentación”.

P15. Mujer de 38 años, soltera, profesional universitaria, reside desde hace 3 años en España, vive en un piso y trabaja como moza de almacén. “Me angustian los trámites relacionados con la documentación y la situación legal en España, apenas acabo de renovar mi tarjeta”.

P16. Mujer de 35 años, soltera, reside desde hace 3 años en España, vive en una habitación y está desempleada.

“Estoy sola aquí en España y dependo de mi misma para todo, me ha estresado el tema de estar sin trabajo”.

P17. Mujer de 55 años, soltera, profesional universitaria, reside desde hace 3 años en España, vive en una habitación y trabaja como interna sin contrato de trabajo. “Me estresa que trabajo y no tengo suficiente dinero para enviar a mi familia”.

P18. Mujer de 38 años, soltera, profesional universitaria, reside desde hace 6 meses en España, vive en una habitación compartida con una amiga y está desempleada. “Me preocupa que actualmente estoy sin trabajo ni permiso y en espera de la resolución de mi petición de protección internacional”.

P19. Mujer de 36 años, soltera, profesional universitaria, llegó hace 1 año a España, vive acogida en un piso y está desempleada. “Actualmente me encuentro sin trabajo y es difícil conseguir un trabajo sin el permiso, solo se puede conseguir en negro”.

P20. Mujer de 44 años, soltera, profesional universitaria, llegó hace 2 años a España, vive en una habitación y trabaja como cuidadora. “Me encuentro en espera del proceso de homologación de mi título de enfermera, situación que me genera estrés, pensar en cuanto tiempo me darán respuesta. Solo he podido tener trabajos con sueldos precarios como cuidadora, lo poco que gano, es para pagar la habitación y comprar comida”.

Resultados de la aplicación del Inventario de Estrategias de Afrontamiento

En la tabla 3, se presenta la media obtenida en las ocho estrategias de afrontamiento como resultado de la aplicación del Inventario CIS de Cano et al. (2007). Para la interpretación de los resultados, se tomaron los rangos que señala el autor, donde una media entre 0 a 6.6 indica el uso de la estrategia en un nivel bajo, de 6.7 a 13.2 un nivel medio y, de 13.3 a 20 indica que se recurre a esa estrategia en un nivel alto. En la media general obtenida, se identifica la resolución del problema (18.25) como la estrategia de afrontamiento más utilizada por todas las participantes. Le sigue la reestructuración cognitiva (14,45) y el apoyo social (13,55) como estrategias de rango alto. Mientras que en un rango medio están; la expresión emocional (12,75), el pensamiento desiderativo (12,35), la retirada social (7,20) y la evitación del problema (7,00), y en un rango bajo se encuentra la estrategia de autocrítica (4,95).

Tabla 3. Media de la muestra de estudio.

Estrategia de Afrontamiento	Media
Resolución del problema (REP)*	18,25
Autocrítica (AUC)**	4,95
Expresión emocional (EEM)***	12,75
Pensamiento desiderativo (PDS)****	12,35
Apoyo social (APS)*****	13,55
Reestructuración cognitiva (REC)*****	14,45
Evitación del problema (EVP)*****	7,00
Retirada social (RES)*****	7,20

Nota. Fuente: Inventario de Estrategias de Afrontamiento de Cano et al. (2007).

* **REP.** Ítems: 01+09+17+25+33. ** **AUC.** Ítems: 02+10+18+26+34. *****EEM.** Ítems: 03+11+19+27+35. ******PDS.** Ítems: 04+12+20+28+36. *******APS.** Ítems: 05+13+21+29+37. *******REC.** Ítems: 06+14+22+30+38. *******EVP.** Ítems: 07+15+23+31+39. *******RES.** Ítems: 08+16+24+32+40.

En la tabla 4. Se describe la media obtenida en cada una de las estrategias de afrontamiento que emplean las participantes ante la situación estresante. En este aspecto, se categorizaron las situaciones en 4 dimensiones: económica, familiar, concreción social y estatus migratorio.

Los resultados indican que la estrategia REP posee un nivel de aplicación alto en todas las categorías. Aquí, los resultados de la situación estresante: económica (18,10), familiar (18,75), concreción social (19,25) y estatus migratorio (16,00). En la AUC el nivel presentado es bajo en la situación estresante económica (6,60), familiar (3,00), concreción social (1,25) y, presenta un nivel medio en el estatus migratorio (8,00). En la EEM presenta un nivel alto en la familiar (19,25) y en concreción social (13,50); un nivel medio en la económica (10,10) y estatus migratorio (11,50). En el PSD el nivel es alto en la situación familiar (17,25) y estatus migratorio (15,50) y medio en la situación económica (10,60) como también en la concreción social (10,25). En el APS el nivel fue alto en la situación familiar (15,50) y económica (14,90), presentó un nivel medio en la concreción social (10,25) y estatus migratorio (9,50). En la REC el nivel fue alto en todas las situaciones; familiar (16,50), concreción social (14,25), estatus migratorio (14,00) y económica (13,80). Por su parte, en la EVP, el nivel fue medio en la concreción social (8,50) y en la económica (7,10), y presentó un nivel bajo en el estatus migratorio (6,00) y familiar (5,75). Finalmente, con relación a la RES, el nivel fue medio en estatus migratorio (10,00) y económica (8,20), no obstante, presentó un nivel bajo en concreción social (6,25) y familiar (4,25).

Tabla 4. Comparación de Medias en la escala de permanencia de CSI por categoría

Estrategia	Situación estresante			
	Económica (n=10)	Familiar (n=4)	Concreción social (n=4)	Estatus migratorio (n=2)
REP	18,10	18,75	19,25	16,00
AUC	6,60	3,00	1,252	8,00
EEM	10,10	19,252	13,50	11,50
PSD	10,60	17,25	10,25	15,50
APS	14,90	15,50	10,25	9,50
REC	13,80	16,50	14,25	14,00
EVP	7,10	5,75	8,50	6,00
RES	8,20	4,25	6,25	10,00

Nota. Fuente: Elaboración propia.

DISCUSIÓN

En el análisis de los resultados, la edad promedio coincide con algunos estudios relacionados con la migración de mujeres venezolanas en España (Sánchez y Bosch, 2021; Dekocker, 2018), que indican que la misma está por encima de los 35 años, como también, algunos de los lugares geográficos donde residen las participantes: Madrid, Barcelona y Galicia (Sánchez y Bosch, 2021; Castillo y Reguant, 2017).

Con relación a las situaciones estresantes descritas, estas se categorizaron en 4 dimensiones: económica, familiar, concreción social y estatus migratorio. Se evidencia que dichas situaciones, guardan una estrecha relación con la feminización de la pobreza, caracterizada por la segregación del mercado laboral y el rol descualificado que se les asigna a las mujeres migrantes, junto a su papel clave, principalmente en el ámbito privado doméstico y en la industria de la explotación sexual, que transforman la feminización de la pobreza en feminización de la supervivencia (Cobo, 2020). Además, estas situaciones ilustran una segmentación generizada del mercado laboral, con pocas o nulas oportunidades y en donde los nichos laborales, como señala Schrover (2007) están asociados a la feminidad, a través del cuidado de personas, limpieza o servicios sexuales, y por lo tanto, al ser sectores laborales menospreciados y carentes de protección jurídica, intensifican la desigualdad y vulnerabilidad de género, en la intersección con el régimen migratorio y de nacionalidad (Caicedo, 2016). En relación a lo expuesto y de acuerdo con La barbera (2020) “el carácter aislado e invisible de su trabajo, su dependencia de relaciones de trabajo irregulares y la dificultad para regularizar su situación administrativa las expone a la explotación y a violaciones de derechos humanos” (p.78). Empero, aunque cada participante experimenta la vulnerabilidad de forma individual, como también sus características particulares, es imprescindible como señala Fineman (2008) considerar la vinculación de causas sociales e institucionales que podrían mermar la capacidad de respuesta, adaptación y reacción frente a situaciones naturales, sociales o institucionales adversas; aspecto que invita a la ampliación interseccional.

Dando continuidad a la temática y en concordancia con el objetivo planteado, se analizaron las estrategias de afrontamiento siguiendo el modelo de Lazarus y Folkman (1984). Por lo tanto, para el manejo adecuado de la situación estresante, se agruparon aquellas estrategias adaptativas que ayudan a enfrentar al factor estresante. En este sentido y en relación con el manejo adecuado de la situación estresante:

La estrategia de afrontamiento más utilizada en todas las categorías identificadas y, en un rango alto, fue la resolución del problema, que indica concordancia con otros estudios, como el realizado por Velasco (2018) y sugiere que las migrantes emplean procesos cognitivos y conductuales dirigidos a buscar soluciones efectivas para afrontar la situación (Cano et al, 2007). Empero, a pesar de que su uso señala un manejo adecuado de una situación adversa, esto no necesariamente disminuye el malestar psicológico (Cabrerizo y Villacieros, 2019).

Seguidamente, la estrategia de expresión emocional hace deducir que las migrantes canalizan el afrontamiento mediante expresiones verbales de sus experiencias hacia otras personas (Cano et al, 2007). Por lo tanto, liberar las emociones a través del uso de expresiones o “hablar de lo ocurrido” se constituye en una fortaleza para la adaptación (Boucher, 2009). Algunas investigaciones recientes inherentes a la migración venezolana, evidencian que por medio de testimonios, las personas migrantes expresan y visibilizan sus sentimientos, como también, las situaciones que han tenido que afrontar (Bolaños et al., 2020; Novaes, 2020; Plan Internacional, 2018).

Con relación al apoyo social, como estrategia relacionada con la expresión real o percibida que se genera en la comunidad, amigos y familia (Cano et al, 2007), las migrantes principalmente la emplean a nivel familiar

y económico, de tal manera que supondría la ejecución de acciones encaminadas a buscar apoyo ante eventos estresantes. Al respecto, vale mencionar las diversas redes sociales de apoyo, definidas por las relaciones de amistad, afectivas o de intercambio de ayuda, que permiten a las migrantes poder hacer frente a las diversas situaciones o fuentes de estrés, entre ellas el acceso a un empleo, una vivienda u obtener ayuda de carácter doméstico, entre otras (Huete, 2011). Asimismo, la estrategia de afrontamiento reestructuración cognitiva, también presentó un nivel de aplicación alto que indica que las migrantes hacen frente a las situaciones de conflicto o problema, mediante la adaptación de pensamientos negativos estresantes y la incorporación de pensamientos positivos (Cabrerizo y Villacieros, 2019).

Por otro lado, el uso de las estrategias de afrontamiento asociadas a un manejo inadecuado de la situación, no evidencian un nivel alto de ejecución en la autocrítica, evitación del problema y la retirada social. Por el contrario, la estrategia de pensamiento desiderativo al presentar un nivel alto de aplicación, hace presumir el deseo de que la realidad no fuera estresante, así como presencia de sentimientos de evitación (Cano et al., 2007). Aquí, el pensamiento desiderativo se considerará un manejo inadecuado centrado en el problema, por ser un tipo de afrontamiento pasivo y desadaptativo.

CONCLUSIÓN

Las participantes poseen características sociodemográficas similares a las identificadas en otras investigaciones relacionadas con la temática. Por otro lado, las situaciones estresantes inherentes a las experiencias migratorias, guardan relación con dimensiones interrelacionadas, entre ellas: económicas, familiares, de concreción social y estatus migratorio. La categorización permitió el análisis de las estrategias de afrontamiento empleadas.

En este contexto, hubo un manejo adecuado de dichas situaciones, por medio del uso de estrategias de afrontamiento con un nivel medio y alto, especialmente, la estrategia de afrontamiento: resolución de problemas. Empero, el pensamiento desiderativo representa la única estrategia de afrontamiento inadecuada empleada por las migrantes.

Finalmente, las participantes por medio de sus vivencias sienten, reflexionan y se posicionan ante sus situaciones, a través del uso estrategias de afrontamiento, para con ello y, desde su interioridad, hacer frente a las desigualdades y exclusiones que evidencian la multiplicidad y simultaneidad de los sistemas de opresión que les generan vulnerabilidad.

RECOMENDACIÓN

Seguir profundizando en la comprensión del afrontamiento en mujeres migrantes venezolanas, permitirá dar aportes significativos para los planes de intervención que contribuyan con la adaptación e integración sociocultural, la calidad de vida y el abordaje desde una perspectiva de género e interseccional.

CONFLICTO DE INTERÉS

El autor declara no poseer ningún conflicto de interés.

REFERENCIAS

- Acosta, D., Blovin, C. y Freier, L.F. (2019). *La emigración venezolana: Respuestas Latinoamericanas*. Documento de Trabajo, nº 3 (2ª época), Madrid, Fundación Carolina.
- Bolaños, A., García, S. y Dosramos, Y. (2020). *Pies para que te tengo: testimonios de personas venezolanas refugiadas y migrantes*. ACNUR. <https://www.acnur.org/5fad5e624.pdf>
- Cabrerizo, P. y Villaceros, I. (2019). Estrés por aculturación y estrategias de afrontamiento en una muestra de refugiados y solicitantes de asilo en Lima (Perú). *Migraciones*, 46 (2019), 151-177. <https://doi.org/10.14422/mig.i46.y2019.006>
- Caicedo, N. (2016). Cruzando fronteras. En La Barbera, M. y Cruels, M (eds.) *Igualdad de género y no discriminación en España: evolución, problemas y perspectivas*. (557-590). CEPC.
- Cano G.F., Rodríguez F.L. y García, M.J. (2007). Adaptación española del inventario de estrategias de afrontamiento. *Actas españolas de psiquiatría*, 35(1), 29-39. <https://idus.us.es/handle/11441/56854>
- Carballo, M., Echart, E. y Villamar, M. (2019). El enfoque de sistemas migratorios revisitado. Una propuesta teórica para el estudio del sistema migratorio de América Latina y el Caribe. *Revista Internacional de movilidad humana REMHU*, 27(57), 79-100. <https://doi.org/10.1590/1980-85852503880005706>
- Castillo, T. y Reguant, M. (2017). Percepciones sobre la migración venezolana: causas España como destino, expectativas de retorno. *Migraciones*, 41(2017), 133-163. <https://doi.org/10.14422/mig.i41.y2017.006>
- Centurion, J.C., Wanglon, G., Mazzoleni, M., Pinto, E, Neiva, L. y Torres, V. (2016). Stress and cognitive reserve as independent factors of neuropsychological performance in healthy elderly. *Ciência & Saúde Coletiva*. 21(11), 47-68. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152111.17452015>
- Cobo, R. (2020). Feminización de la pobreza. En Cobo, R., Ranea, B (eds.). *Breve diccionario de feminismo*. (112-114). Catarata.
- Dekocker, K. (2018). La comunidad venezolana en España. De una estrategia migratoria de reproducción social a una creciente pobreza emergente. En Coechlin, J., Eguren, Joaquín (eds.). *El éxodo venezolano: entre el exilio y la emigración*. (pp. 293-336). OBIMID.
- Everly, G.S. (1989). *A clinical guide to the treatment of the human stress response*. Plenum Press
- Fernández, E. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. En Fernández E.G., Chóliz, M., Palmero, F. y Martínez, F. (eds.). *Cuadernos de prácticas de motivación y emoción*. (pp. 189-206). Pirámide.
- Freier, L.F. y Parent, N. (2019). The regional response to the Venezuelan exodus. *Current History*, 118(805), 56-61. <https://doi.org/10.1525/curh.2019.118.805.56>
- Galego, V. (2015). Anatomía Personal y afrontamiento en mujeres en situación de maltrato. [Tesis doctoral, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad]. https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/Tesis/estudios/Tesis2_Autonomia_Personal.htm
- Huete, M.A. (2011). Los inmigrantes ante las redes de apoyo. Estudio de caso en Sevilla. *Anduli Revista Andaluza de Ciencias Sociales*, 10(2011), 47-68. <http://dx.doi.org/10.12795/anduli>
- Idealista. (25 de septiembre de 2019). *Contratos de alquiler: todo lo que necesitan saber propietarios e inquilinos*. <https://www.idealista.com/news/inmobiliario/vivienda/2019/09/24/742545-contratos-de-alquiler-todo-lo-que-necesitan-saber-propietarios-e-inquilinos>
- Instituto Nacional de Estadística de España (INE). (2022). *Población extranjera por nacionalidad, comunidades, sexo y año*. <https://www.ine.es/jaxi/Tabla.htm?path=/t20/e245/p08/10/&file=02005.px&L=0>
- La Barbera, M. (2020). La vulnerabilidad estructural de género desde la perspectiva de la interseccionalidad: el régimen español de igualdad de género como caso ilustrativo. En Morondo, D., De la Cruz, C. y La Espina, E (eds.). *Desigualdades complejas e interseccionalidad una revisión crítica*. (69-88). Dykinson.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and coping*. Springer Publishing.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1989). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- Martínez, G. (15 de febrero de 2021). *Las colas del hambre continúan en las calles de España un año después del inicio de la pandemia*. <https://www.publico.es/sociedad/colas-hambre-covid-colas-hambre->

continuan-calles-espana-ano-despues-inicio-pandemia.html

- Matute, B.A. y Nájera, M.S. (2020). Estrategias de afrontamiento ante el estrés de los inmigrantes venezolanos radicados en la ciudad de Cuenca en el año 2020. [Tesis de grado, Universidad de Cuenca]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/34852>
- Ministerio del Interior de España. (2022). *Datos e información estadística*. <http://www.interior.gob.es/web/servicios-al-ciudadano/oficina-de-asilo-y-refugio/datos-e-informacion-estadistica>
- Novaes, L. (13 de agosto de 2020). Cinco historias de refugiados y migrantes venezolanos que estudian portugués para construir su futuro en Brasil. *acnur.org*. <https://www.acnur.org/noticias/historia/2020/8/5f36b5304/cinco-historias-de-refugiados-y-migrantes-venezolanos-que-estudian-portugues.html>
- Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR). (2022). *Situación de Venezuela*. <https://www.acnur.org/situacion-en-venezuela.html>
- Páez, T. y Vivas, L. (2017). The Venezuelan diáspora, another Impending crisis? *Freedom House Report*. DOI:10.13140/RG.2.2.17819.87843
- Plan Internacional. (Octubre de 2019). *Crisis migratoria venezolana. Una crisis de protección testimonios de niñas, niños, adolescentes y jóvenes refugiados y migrantes venezolanos*. https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/report_span.pdf
- Punto de acceso general. *Certificado y volante de empadronamiento*. <https://administracion.gob.es/pagFront/tramites/fichaTramite.htm?idTramiteSeleccionado=3485&idMateria=21&idBoletin=21>
- Quispe, S.C. (2019). Resiliencia y estrategias de afrontamiento en inmigrantes venezolanos. [Tesis de grado, Universidad Central de Ecuador]. Repositorio digital. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/19143>
- Sánchez, A. (2015). *Programa Psicológico a migrantes: estudio de caso* [Tesis doctoral, Universidad del País Vasco]. Archivo digital docencia investigación. <http://hdl.handle.net/10810/17580>
- Sánchez, E. y Bosch, E. (2021). Referentes para el estudio del afrontamiento en personas migrantes de Venezuela en España. *Enfermería Historia e Investigación EHI*, 8(2), 32-45. <http://revistas.saber.ula.ve/index.php/enfermeria/article/view/17318>
- Schrover, J. y Quispel, C. (2007). Niches, labour market segregation, ethnicity and gender. *Journal of ethnic and migration studies*, 33(4), 529-540. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13691830701265404>
- Skinner, E. y Zimmer-Gembeck, M. (2007). The development of coping. *Annual Review of Psychology*, 58, 119-144. <https://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.58.110405.085705>
- Stone, A.A. y Schneider, M.S. (1998). Coping with stressful events. En Cohen, L.H (ed.), *Life events and psychological functioning: Theoretical and methodological issues*. (pp. 182-210). Sage.
- Tobin, D.L., Holroyd, K.A., Reynolds, R.V. y Wigal, J.K. (1989). The hierarchical factor structure of coping checklist: Revision and psychometric properties. *Multivariate Behavioral Research*, 20, 3-26. <https://link.springer.com/article/10.1007/BF01173478>

Autor

Sánchez, Eduardo

Licenciado en Enfermería. Universidad de Los Andes. Venezuela
 Magister en Educación Superior. Universidad Fermín Toro. Venezuela
 Estudiante del Doctorado Interuniversitario en Estudios Interdisciplinarios de Género
 Instituto Universitario de Estudios de la Mujer,
 Universidad Autónoma de Madrid. Madrid, España
 Correo-e: eduardojose.sanchez@estudiante.uam.es
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1379-6661>