



## **ATENCIÓN PSICOSOCIAL A MIGRANTES ANTE EL COVID-19 EN ALBERGUES DE LA SOCIEDAD CIVIL EN TIJUANA**

EL COLEGIO DE LA FRONTERA NORTE

---

# ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN .....	3
2.	LA VULNERABILIDAD DE LOS MIGRANTES ATRAPADOS EN LA MOVILIDAD .....	4
3.	LOS ALBERGUES COMO ESPACIO CLAVE DEL APOYO PSICOSOCIAL .....	6
4.	RETOS Y PROBLEMAS ANTE LA PANDEMIA COVID-19 .....	10
5.	RESPUESTAS DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DURANTE LA PANDEMIA.....	14
	Servicios básicos y de seguridad .....	14
	Apoyos de la comunidad y la familia .....	15
	Apoyos focalizados, no especializados.....	18
	Servicios especializados .....	20
	Áreas de oportunidad para mejorar la atención durante la contingencia.....	21
	Conclusiones y recomendaciones.....	22
	Recomendación 1 .....	22
	Recomendación 2.....	23
	Recomendación 3.....	23
	Recomendación 4.....	23
	REFERENCIAS .....	24

# ATENCIÓN PSICOSOCIAL A MIGRANTES ANTE EL COVID-19 EN ALBERGUES DE LA SOCIEDAD CIVIL EN TIJUANA

## 1. INTRODUCCIÓN:

La pandemia de COVID-19, además de sus consecuencias directas sobre la salud, ha tenido una serie de consecuencias indirectas sobre la economía, la vida cotidiana y las relaciones sociales. En todo el mundo, estos cambios han afectado en particular a las personas migrantes que desde antes del comienzo de la pandemia y las medidas de mitigación adoptadas, se encontraban ya en una situación precaria. Para estas personas, la llegada de la pandemia vino a exacerbar algunos problemas ya existentes, y a crear otros nuevos, resultando en la acumulación de factores de vulnerabilidad. Entre las condiciones que han afectado particularmente a las personas migrantes se encuentran la pérdida de oportunidades de trabajo, el endurecimiento de controles a la movilidad, la ralentización de los trámites migratorios y la falta de consideración a sus necesidades por parte de los gobiernos.

*Los problemas psicológicos o emocionales que aparecen cuando la persona enfrenta circunstancias sociales adversas, o “problemas psicosociales”, son resultado de una conjunción de factores que van más allá del individuo.*

Estos problemas se producen en la interfaz entre la persona, quienes la rodean, y la organización social en su conjunto, y aunque no pueden considerarse enfermedades o síndromes, requieren prevención y atención. Las estrategias de atención psicosocial consideran diferentes dimensiones, que pueden o no incluir la atención profesional en salud mental y se basan sobre todo en el apoyo integral a la persona.

En el contexto de la pandemia de COVID-19, los problemas de salud mental se han exacerbado. En el caso de las personas migrantes, la conjunción de diferentes vulnerabilidades puede conducir al incremento en la problemática psicosocial.

En este documento, describimos cómo los albergues para migrantes operados por la sociedad civil han atendido esta problemática, describiendo cómo las acciones que ya venían realizando muchos de ellos les permitieron responder rápidamente a la situación de la pandemia, y las dificultades que han encontrado para prestar este servicio. Finalmente, presentamos algunas recomendaciones para mejorar las capacidades en este sentido.

## **2. LA VULNERABILIDAD DE LOS MIGRANTES ATRAPADOS EN LA MOVILIDAD:**

Las modificaciones recientes a las políticas migratorias, tanto a nivel global, como en los Estados Unidos, México y Centro América, han tenido como consecuencia el endurecimiento del control de la movilidad y la precarización de las condiciones en que los migrantes se desplazan. Entre otras consecuencias, el efecto combinado de las actuales

políticas migratorias en nuestro continente, lleva a que diferentes grupos poblacionales queden "atrapados en la movilidad" en las regiones fronterizas de México (Hess, 2012; Odgers y Campos, 2014; Odgers y Olivas, 2019), ya sea porque fueron deportados y no tienen otro lugar a dónde ir, porque su trayecto se vio interrumpido ante la dificultad para cruzar la frontera, o por la modificación de las leyes de asilo en los Estados Unidos, que los obligan a permanecer durante largos meses en espera de una resolución a sus solicitudes. De igual modo, el tránsito de una a otra frontera de nuestro país se vuelve más arduo por los crecientes esfuerzos de México para obstaculizar la llegada de personas centroamericanas a su frontera norte, siguiendo la tendencia global a la externalización de las fronteras (FitzGerald y Arar, 2018).

Por todo lo anterior, la región fronteriza del norte de México se ha convertido en el escenario en donde numerosos grupos de personas se ven obligadas a detener su trayecto durante un tiempo indefinido. Esta espera imprevista e involuntaria, es una gran fuente de estrés y preocupación para quienes se ven así "atrapados" temporalmente, en condiciones de gran vulnerabilidad, en su intento por lograr su proyecto migratorio.

Los principales subgrupos atrapados en la movilidad son personas deportadas solicitantes de asilo a los Estados Unidos en espera en el lado mexicano de la frontera, extranjeros que ante la imposibilidad de continuar su viaje buscan regularizar su estancia en México, o personas que pertenecían originalmente a uno de estos grupos, y se encuentran en proceso de redefinición de su proyecto migratorio. Tales subgrupos están conformados, mayoritariamente, por personas originarias de Honduras, El Salvador y Guatemala, pero pueden ser de cualquier nacionalidad, incluyendo otros lugares de América Latina y -cada vez más- de África y Asia.

De acuerdo con la Ley General de Migración en México (2014), los derechos humanos deben garantizarse independientemente de la condición migratoria. Esto constituye un reto y una responsabilidad para el Estado Mexicano, pues debido a su condición de atrapamiento y a su vulnerabilidad, incluso el acceso a seguridad y servicios básicos puede resultar incierto para las personas descritas en el párrafo anterior. En particular, conviene destacar que estos grupos enfrentan más barreras en el acceso a los servicios de salud que la población no migrante (Bojorquez-Chapela et al, 2020; Leyva, Infante & Quintino, 2016; Rosales et al, 2017; Fernández-Niño et al 2014). Ante este panorama, la pandemia de COVID-19 representa un reto mayor para las poblaciones migrantes en la región fronteriza, pues viene a agregar dificultades materiales y factores de estrés a personas atrapadas en la movilidad, que se encontraban ya en condiciones de vulnerabilidad.

Debido a las condiciones en que deben salir de sus lugares de origen, a los riesgos que enfrentan en el desplazamiento y a la situación de vulnerabilidad en la que se encuentran, las personas migrantes pueden experimentar diversas situaciones que ponen en riesgo su salud mental (Bhugra et al, 2011).

*Es importante precisar que los problemas de salud mental no se limitan a los trastornos mentales, sino que incluyen una amplia gama de malestares psicológicos y relacionales que aparecen en respuesta a condiciones sociales adversas. Así, los problemas de salud mental que experimentan las personas migrantes deben entenderse como condiciones psicosociales, y no como patologías individuales, y requieren para su tratamiento un abordaje más amplio que el de la atención médica o psicológica (IOM, 2019).*

En este documento de contingencia describimos cómo las organizaciones de la sociedad civil (OSC) que operan albergues para personas migrantes en Tijuana, han adoptado una serie de estrategias para responder a esta problemática. *Para ello, utilizamos información recabada como parte del proyecto “Itinerarios de salud y migración en la frontera norte” en 2019-2020, complementada con los resultados de entrevistas realizadas a personas responsables de albergues en los meses de abril y mayo de este último año.*

Mostramos que esas estrategias abordan las necesidades de salud mental desde un punto de vista psicosocial, orientándose a responder al conjunto de necesidades materiales y relacionales de las personas migrantes, y no solamente al aspecto psicológico o psiquiátrico. Con ello, esperamos contribuir a la valorización de esta experiencia de las OSC, que puede servir como guía para la planeación de futuras acciones, tanto por parte del sector gubernamental, como de otros grupos de la sociedad civil que apoyan a las personas migrantes.

### **3. LOS ALBERGUES COMO ESPACIO CLAVE DEL APOYO PSICOSOCIAL**

En Tijuana, como en otros lugares en México, los albergues para migrantes establecidos por la sociedad civil tienen una larga tradición de apoyo a las poblaciones móviles. En diversos momentos, estos albergues han sido la principal (o única) instancia que da respuesta a las necesidades de las personas en tránsito hacia Estados Unidos, a quienes han sido devueltos desde ese país por las autoridades migratorias, a quienes deciden regularizar su estancia en México, y a los que han experimentado desplazamiento interno. En los últimos años, destaca el papel crucial de estos albergues en la atención a las personas de origen haitiano (2016), y a los solicitantes de asilo en Estados Unidos, muchos de los cuales se han visto obligados a permanecer en la ciudad a la espera de la resolución de su solicitud de refugio (Contreras y París, en prensa). Para marzo de 2020, se calculó que en las ciudades de la frontera norte de México se encontraban en operación 90 albergues para migrantes, 30 de ellos en Tijuana (Coubés et al 2020).

En cuanto a su distribución en la ciudad, esta se ha diversificado, particularmente a partir del año 2016, cuando diversas iglesias evangélicas acondicionaron espacios, dentro de sus instalaciones, para recibir al importante número de migrantes haitianos que llegaron en

esa fecha a la región (Alarcón y Ortiz, 2017). Si bien, algunos de esos albergues improvisados desaparecieron progresivamente, otros, por el contrario, han acumulado experiencia y ampliado su infraestructura para continuar recibiendo nuevos flujos migratorios. Actualmente, los albergues se encuentran tanto en la zona céntrica como en las periferias de la ciudad (Coubés et al, 2020), y en algunos casos han sido el punto de inicio para el surgimiento de asentamientos de migrantes.

Los albergues de la sociedad civil tienen características diversas en cuanto al número de personas que pueden recibir, los servicios que prestan, sus instalaciones, y la asociación o no con denominaciones religiosas (Coubés et al 2020). Aunque muchos de los albergues son mixtos y reciben hombres, mujeres, niños, familias o personas solas, hay otros que reciben exclusivamente a población femenina e infantil, otros solamente masculina, y algunos brindan servicio a población LGBTI. En relación con los aspectos psicosociales, sin embargo, hay algunos elementos comunes que es importante destacar.

*La intervención psicosocial, de acuerdo con el modelo del Inter-Agency Standing Committee (IASC, 2007) de las Naciones Unidas, se orienta a partir de la “pirámide de intervenciones para los servicios de salud mental y apoyo social en emergencias” (ver gráfico) buscando atender las necesidades de cada escalón, pero dando particular atención a la base.*

Esto es así debido a que todas las personas requieren que sus necesidades de seguridad y servicios básicos estén cubiertas, mientras que un número menor requerirán de apoyos focalizados (e.g. apoyo emocional no profesional), y serán menos aún quienes necesitarán los servicios especializados de psicólogos o psiquiatras. Pero además, y más importante aún, se busca priorizar la atención a los dos primeros peldaños de la pirámide porque, en la medida en que estos estén resueltos, la necesidad de atención en los siguientes dos niveles será menor.

Es muy importante señalar que el énfasis en los primeros dos peldaños de ninguna manera debe ser entendido como la priorización de una lógica asistencial por sobre una forma de intervención que parta de los principios de justicia social y busque fortalecer la capacidad de

agencia de las personas migrantes. Por el contrario: el énfasis en los dos primeros peldaños es congruente con una postura que considera que el origen de la mayoría de los problemas que deben atenderse, son originados por las condiciones sociales, económicas y políticas, a las que se enfrentan las personas.

Gráfico 1. Pirámide de intervenciones para los servicios de salud mental y apoyo psicosocial en emergencias



Fuente: IASC (2007) Guía del IASC sobre salud mental y apoyo psicosocial en emergencias humanitarias y catástrofes

Los albergues de las OSC proporcionan atención en el primer peldaño, al constituir espacios seguros, en los que los migrantes confían. Además de garantizar techo y comida, proporcionan a las personas alojadas en ellos cierta estructura y protección ante riesgos de diversa índole. Una vez asegurada la atención a estas necesidades básicas, los albergues aportan otros servicios, incluyendo capacitaciones de diversos tipos, clases de idiomas, talleres, asesorías legales, bolsa de trabajo y otras iniciativas.



En el segundo peldaño, los albergues constituyen un recurso primordial para posibilitar la comunicación de los migrantes con sus familiares y seres queridos en los lugares de origen. Por ejemplo, mediante el acceso a internet o a servicios de telefonía, contribuyen a mantener el contacto con sus redes sociales. Además, algunos albergues ofrecen servicios a las personas migrantes, independientemente de si están alojadas en ellos. Al hacerlo, dan lugar a la formación de nuevas redes sociales y funcionan como fuente de apoyo emocional, en la medida en que, al acceder a ellos, las personas que viven fuera del albergue pueden interactuar con otros en un marco de solidaridad.

Pese a la intervención realizada en los dos primeros peldaños de la pirámide, en algunos casos prevalece la necesidad de ayuda para atender problemas psicológicos y emocionales, o trastornos mentales. El tercer peldaño de la pirámide del IASC es el de la atención focalizada no especializada, que se refiere a acciones de apoyo emocional que pueden ser implementadas por personas no profesionales, pero con una capacitación para ello. Entre estas se encuentran los grupos de apoyo emocional o los primeros auxilios psicológicos. Algunos albergues han conseguido implementar este tipo de actividades, principalmente con

el apoyo de voluntarios, sin embargo en la mayoría de ellos se ha tratado de intervenciones esporádicas que dependen de los recursos disponibles.

El cuarto peldaño, el de la atención especializada, corresponde a las necesidades de aquellas personas que presentan un grado importante de disfunción o malestar. En algunos casos, se trata de personas con un trastorno mental, que puede haberse disparado o empeorado a partir de las circunstancias adversas asociadas con el proceso migratorio. En este caso, se requiere atención médica, psicológica o psiquiátrica. Los albergues enfrentan grandes limitaciones para la atención en este nivel de la pirámide. Pese a ello, algunos han logrado incorporar a psicólogos entre su personal de planta. Los demás deben recurrir a contactos con profesionales o grupos de voluntarios que no siempre están disponibles. La referencia a los servicios públicos de atención psicológica y psiquiátrica depende sobre todo de contactos personales, y no existe un mecanismo establecido y permanente que asegure la atención en estos servicios sin costo para las personas migrantes. Cuando el problema amerita internamiento o tratamiento farmacológico, la limitación es aún mayor.

De este modo, todos los albergues de las OSC proporcionan atención psicosocial a las personas migrantes fundamentalmente en los primeros niveles de la pirámide IASC, y quienes no cuentan con personal especializado dan acompañamiento para la obtención de atención en niveles superiores. Más adelante en este documento, detallaremos algunos de los aspectos que, desde el punto de vista de los responsables de estos albergues, son más relevantes en este sentido.

#### **4. RETOS Y PROBLEMAS ANTE LA PANDEMIA COVID-19**

La pandemia de COVID-19, enfermedad ocasionada por el virus SARS-CoV-2, significa un reto mayúsculo para toda la población, así como para los Estados que deben enfrentar, a través de sus respectivos servicios de salud, la atención de números inusualmente elevados de personas que requieren atención urgente. Las medidas de mitigación pueden exacerbar dificultades previas, al fragilizar la situación laboral y al separar físicamente a las personas de sus redes sociales, impidiéndoles la realización de gran parte de sus actividades cotidianas (entre ellas las que les permiten generar ingresos). Esta situación puede conllevar sentimientos de temor, incertidumbre, preocupación, impotencia o tristeza. La forma en que se afrontan los retos emocionales que imponen la pandemia y el confinamiento, depende entre otros aspectos de los recursos de los que dispone cada persona. Los migrantes atrapados en la movilidad, aparecen como una población particularmente vulnerable, por la fragilidad en la que se encontraban incluso antes de la llegada de la pandemia. Esta situación se exagera con las medidas de distanciamiento social y los riesgos que implica la movilidad en el espacio público, no solamente para continuar su proyecto migratorio, sino incluso al interior de la ciudad. Se produce entonces una situación de “atrapamiento dentro del atrapamiento”, que reduce su capacidad de movilidad a su mínima expresión.

Adicionalmente, al igual que el resto de la ciudad, ante la llegada de COVID-19, los albergues debieron modificar sus rutinas y actividades para seguir las recomendaciones emitidas por la autoridad sanitaria. Esto implicó la necesidad de suprimir, reducir o modificar algunos de los servicios que se proveían a la población migrante. Al mismo tiempo, nuevas necesidades surgieron, por lo que diversas alternativas debieron ser implementadas, apoyándose en la infraestructura y la experiencia acumuladas, y haciendo gala de una importante creatividad.

A partir de entrevistas realizadas a distancia (vía telefónica o mediante aplicaciones de comunicación con video), con directivos y miembros del personal de algunos de los albergues establecidos en la ciudad<sup>1</sup>, fue posible identificar tanto los principales problemas psicosociales que se han manifestado entre las personas migrantes, como las dificultades que los albergues han tenido para continuar sus actividades de apoyo psicosocial como resultado de la pandemia. Conviene resaltar que en algunos casos se trata de problemas preexistentes, que se agudizan ante las nuevas circunstancias, mientras que en otros casos, se trata de nuevos retos o problemas.

En cuanto a los problemas psicosociales, destacan los siguientes:

1. Las limitaciones laborales: Para evitar los contagios al interior de los albergues, los directivos decidieron establecer el confinamiento y pidieron a los migrantes dejar de salir, incluso para trabajar. Esto generó una gran preocupación, por dos motivos principales. La primera se relaciona con el riesgo a perder el empleo: para las personas migrantes es particularmente difícil conseguir un empleo, por lo que la posibilidad de perderlo genera una gran inquietud. Adicionalmente, en algunos casos, sus familiares dependen del envío de remesas. Por ello, algunas personas decidieron abandonar los albergues, aún si no disponían de un espacio adecuado para pasar la etapa de distanciamiento social.
2. La experiencia de encierro: algunos de los migrantes perciben el confinamiento al interior del albergue como la imposición de un encierro, situación particularmente difícil para quienes acababan de vivir procesos de detención, como en el caso de las personas deportadas, o quienes debieron pasar largas estancias en las Estaciones Migratorias en la frontera sur.

---

<sup>1</sup> Se entrevistó a responsables de 8 albergues para migrantes, establecidos tanto en el centro como en la periferia de la ciudad. Algunos de ellos tienen una larga trayectoria, mientras que otros son de reciente creación. Difieren también en el tamaño de sus instalaciones (mientras que el más pequeño alberga a una decena de familias, el más grande tiene una capacidad para varios centenares), los recursos de los que disponen (estables en unos casos, frágiles y precarios en otros), así como en la cantidad y profesionalización de los responsables que ahí laboran. Finalmente, destaca que mientras algunos albergues se identifican con una denominación religiosa (Católica o Evangélica), otros son explícitamente laicos, aunque respetan la diversidad de creencias de los migrantes a quienes acogen.

Debido a la importante heterogeneidad de los albergues que existen en la región (Velasco y Coubes, 2020) no es posible decir que se trate de una muestra representativa del total de los albergues. En cambio, si se puede considerar que este grupo de albergues refleja la diversidad de los apoyos que la sociedad civil ofrece a los migrantes.

3. Preocupación ante el riesgo de enfermar y carecer de acceso a servicios de salud: la preocupación habitual que genera la dificultad para acceder a los servicios de salud, se exagera en un contexto de alerta general por la llegada de la pandemia. Aún cuando dentro de los albergues se están tomando las precauciones necesarias para evitar un brote (restringiendo el flujo de personas y siguiendo protocolos de higiene), algunos migrantes refieren estar preocupados por la posibilidad de contraer COVID-19 o que alguien de su familia lo contraiga. Cuando en el albergue alguien llega a enfermar -de cualquier otro padecimiento- hay una preocupación desmedida entre muchos de sus habitantes. En contraste, hay quienes están agobiados por otras preocupaciones (económicas, de salud y seguridad) que consideran de mayor relevancia y minimizan el riesgo que significa la pandemia.
4. Dificultades para seguir protocolos de salud preventivos: los migrantes que acceden a servicios de los albergues, pero no viven ahí, tienen dificultades para obtener productos de higiene adecuados debido a sus condiciones de precariedad económica, y las viviendas en las que se encuentran no siempre tienen las condiciones necesarias. Además, carecen de acceso adecuado a la información. Al haberse cerrado los albergues al acceso de quienes no están alojados en ellos, la imposibilidad de acceder a los servicios que ofrecen los albergues dificulta a estas personas migrantes obtener los medios adecuados para cuidar su salud.
5. Alargamiento de la espera en los procesos de solicitud de asilo: los solicitantes de asilo a Estados Unidos manifiestan que están desesperados, confundidos, ansiosos, tristes y desanimados porque sus procesos están en pausa debido a la pandemia. En México el Instituto Nacional de Migración no ha detenido los trámites de regularización migratoria, pero los procesos se han ralentizado y los mecanismos para la obtención de información se han limitado, incrementando así la incertidumbre para quienes se encuentran de manera irregular en la región. Las citas de audiencia para el proceso de solicitud de asilo en Estados Unidos han sido reprogramadas debido a la pandemia, prolongando la espera que, para algunas personas, ha durado ya un año o más. Quienes están a la espera de su turno para iniciar su solicitud de asilo, en algunos casos desde hace meses, no tienen la certeza de cuándo se retomará esa actividad. El alargamiento de la espera ha ocasionado un gran desánimo e incertidumbre, y el temor de que algún cambio en las políticas migratorias afecte las solicitudes de asilo.

6. Riesgo de ser localizados por los agentes de la persecución<sup>2</sup>: un caso particularmente delicado es el de las personas que llegan a los albergues por sucesos que los obligaron a salir de sus lugares de origen, huyendo de la violencia criminal. El alargamiento del periodo de espera para la solicitud de asilo incrementa el miedo que experimentan de ser localizados por los agentes de la persecución, pues consideran que los albergues no proveen la protección necesaria antes situaciones de este tipo.
7. La convivencia cotidiana en espacios que no son propios: una situación que genera tensión, es el no contar con un espacio propio. Mantenerse en confinamiento en un espacio que no se percibe como propio, significa un reto aún mayor, que permanecer en “su casa”. Las dificultades para adaptarse a la convivencia con personas desconocidas se intensifican por el confinamiento en esta etapa.
8. Incertidumbre sobre la situación de la familia: las personas migrantes en albergues se preocupan por la familia que se encuentra lejos, por estar también en riesgo de enfermar y de sufrir las consecuencias negativas del confinamiento, como la pérdida del empleo. A la distancia, para los migrantes es prácticamente imposible apoyar a su familia para hacer frente a esta situación, lo que genera sentimientos de tristeza e impotencia.
9. Condiciones de salud mental: en general, las situaciones emocionales que ya existían en los migrantes, como tristeza debido a la separación de sus vínculos significativos en su lugar de origen, la experiencia de desarraigo, la preocupación, desesperación, incertidumbre y la ansiedad experimentada debido a la inestabilidad y dificultades que viven desde su condición como migrantes, se han exacerbado durante la contingencia sanitaria. Además, la situación de encierro genera tensión en las personas que tenían problemas de adicciones (principalmente alcohol, pero incluso al tabaco), por la imposibilidad de continuar el consumo durante este periodo. Finalmente, si bien el acceso a servicios de salud mental ha sido limitado para la población migrante, durante la contingencia se agudizan estas carencias. Algunas personas que estaban bajo tratamiento para ansiedad y depresión, han visto interrumpido ese tratamiento por la dificultad de acceder a una consulta psiquiátrica y al recurso para la compra de medicamentos durante la contingencia.

---

<sup>2</sup> ACNUR ha definido que los agentes de la persecución pueden ser sujetos o grupos que cometen persecución y que no se limitan a su vinculación con el Estado, sino que pueden pertenecer a la población local o algún grupo no gubernamental (ACNUR, 1995).

En lo que respecta al apoyo proporcionado por los albergues, muchos de ellos tomaron la decisión de cerrar sus puertas a nuevos ingresos, y de interrumpir las actividades para personas externas. Además, se solicitó el retiro de los voluntarios, y la mayor parte del personal de los albergues pasó a trabajar desde casa. Entre las actividades que se han reducido o interrumpido, están las intervenciones psicológicas focalizadas que se habían implementado en algunos albergues. Todo lo anterior ha implicado una reducción en las actividades que proporcionaban apoyo psicosocial tanto a las personas alojadas en los albergues, como a los migrantes que viven fuera de éstos, pero hacen uso de sus servicios. Un elemento adicional es que el cierre de los albergues ha tenido como consecuencia que sea prácticamente imposible tener pláticas individuales, de manera espontánea, entre los migrantes y el personal o voluntarios. Estas pláticas constituían una fuente de apoyo emocional para las personas migrantes, y servían además para que los directivos conocieran las necesidades y puntos de vista de éstos, por lo que la pérdida de encuentros espontáneos es también una barrera al apoyo psicosocial.

## **5. RESPUESTAS DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DURANTE LA PANDEMIA**

Siguiendo la pirámide de intervenciones para los servicios de salud mental y apoyo psicosocial en emergencias, referida anteriormente, es posible distinguir el nivel en que están incidiendo las respuestas implementadas por los albergues para atender los problemas surgidos durante las primeras semanas de la emergencia por COVID-19 en México.

### **Servicios básicos y de seguridad**

Todos los albergues en los que se realizó la exploración cubren este tipo de servicios, aunque a partir de la pandemia algunos lo hacen únicamente para las personas que ya estaban alojadas en ellos. Los encargados de los albergues comunican de manera clara a los residentes que cuentan con los recursos para cubrir sus necesidades básicas (alimentación, vivienda e higiene) durante el tiempo que dure el confinamiento. Por otro lado, los albergues han continuado recibiendo donaciones de alimentos y artículos para limpieza (incluyendo cubre bocas y gel antibacterial), principalmente aquellas que provienen de asociaciones civiles y cadenas de mercados. En cambio, han disminuido las que provienen de individuos o grupos informales, debido a las restricciones que impone el confinamiento a la población en general. Estas

muestras de apoyo para cubrir sus necesidades básicas han hecho a los migrantes sentirse seguros y acompañados durante la contingencia. Se ha informado a las personas alojadas sobre la problemática de la pandemia, y se han implementado medidas preventivas para disminuir el riesgo de contagios. En algunos albergues se ha contado con la intervención de algún profesional de la salud para informar sobre COVID-19 y las medidas de distanciamiento social recomendadas.

### **Apoyos de la comunidad y la familia**

La convivencia intensa durante la cuarentena ha creado algunas tensiones, pero también ha contribuido a que los propios migrantes al interior del albergue se constituyan como comunidad de apoyo. Así, tanto los responsables de albergues como los migrantes alojados en ellos han desarrollado nuevas actividades que cubren necesidades sociales y fortalecen los lazos comunitarios (aunque con ciertos matices en función de los recursos materiales y humanos con los que cada lugar cuenta). Tales actividades, en todos los casos explorados, incluyen a niños, jóvenes y adultos. Ciertas actividades incluyen a diferentes grupos de edad, por ejemplo, cuando es una actividad de tipo familiar, mientras que hay algunas que son exclusivas para las personas adultas y otras para los niños.



Foto 1. Actividad recreativa

En los albergues donde la cantidad de personas es menor, destaca la organización colectiva de celebraciones como cumpleaños o el día del niño. Otras actividades de tipo recreativo incluyen los juegos de mesa, video juegos, la apertura para uso libre de internet, ver películas de manera individual o colectiva, y hacer ejercicio en grupo (zumba, karate),

Entre las actividades formativas, se ha dado seguimiento a las actividades escolares de los niños con apoyo de los trabajadores del albergue y los padres de familia. La colaboración entre ambos ha disminuido la carga de trabajo experimentada por las familias para atender las necesidades de sus hijos. Los albergues, además, han puesto a la disposición de las familias material para que puedan cumplir con las responsabilidades escolares.



Foto 2. Apoyo en las actividades escolares

Por otro lado, tanto el personal que labora en los albergues, como los mismos residentes, han planeado actividades ocupacionales con el propósito de mantenerse productivos y enfocados en algo distinto a la problemática de la pandemia. Algunas actividades que están presentes en todos los casos incluyen las labores domésticas de mantenimiento del albergue, limpieza y preparación de alimentos, mientras que otras actividades varían en función de las características específicas de cada albergue y pueden incluir clasificar libros de la biblioteca, o trabajar en un huerto. Otras actividades variables, que tienen una intención formativa, son los talleres, entre los que se mencionan: pintura, panadería, escribir historias, canto, ejecución de instrumentos musicales, bordado (que es considerado una actividad terapéutica y también productiva por la posibilidad de vender los bordados) y clases escolares virtuales. Varias de estas actividades surgieron como propuestas durante el confinamiento, en función de las habilidades que tanto algunos trabajadores como los migrantes tienen y pueden compartir con el resto de la comunidad.



En los albergues de inspiración religiosa, se siguen realizando servicios, pero no de la manera habitual, debido a la necesidad de mantener la sana distancia. Se ha reducido el número de participantes y ya no es posible integrar a las personas externas al albergue (ex residentes, vecinos) que solían participar. En algunos casos, se ha buscado resolver este problema transmitiendo el servicio religioso vía FaceBook Live o Zoom. Esta estrategia permitió integrar incluso a algunos ex residentes que no se encuentran ya en la región, pero mantienen vínculos estrechos con el personal. Los asistentes en línea participan mediante comentarios, y hacen peticiones (para sus familiares, pero también para los médicos y las enfermeras). En algunos albergues considerados laicos, se ha manifestado el interés por realizar grupos de oración colectivos, que han funcionado por iniciativa y dirección de los propios migrantes. La diversidad religiosa se ha enfrentado de formas distintas en los diferentes albergues: mientras en un caso ha sido fuente de conflictos, en otro se ha logrado conformar un círculo de oración de carácter ecuménico, permitiendo así la participación de migrantes de diferentes denominaciones religiosas.

La fe de los migrantes y las prácticas de culto fueron señaladas como actividades favorables para la salud psicosocial de los migrantes, por todos los directivos de albergues contactados -fueran estos laicos o religiosos-. Si bien en todos los casos las actividades religiosas son estrictamente voluntarias, los entrevistados señalan una importante respuesta de participación (a la escuela Bíblica, a la clase de sacramentos, a las pláticas con los seminaristas, a los círculos de oración).



Foto 3. Labores domésticas de mantenimiento

En uno de los albergues de orientación religiosa, un grupo de seminaristas voluntarios organiza semanalmente charlas de desarrollo humano en la que abren un espacio para el diálogo sobre las vicisitudes que los migrantes están enfrentado durante el confinamiento. Sus intervenciones se orientan hacia la generación de momentos de reflexión y búsqueda de bienestar en el tiempo de la pandemia.

Finalmente, destaca el reacomodo de horarios y reglamentos para lograr que el distanciamiento social genere menos tensión. Se reorganizaron los tiempos para el cumplimiento de responsabilidades, el descanso, la atención de necesidades personales, familiares y comunitarias. Este acomodo en el ritmo de la vida cotidiana en función de la condición de confinamiento, ha favorecido la convivencia entre los residentes.

### **Apoyos focalizados, no especializados**

El apoyo focalizado, no especializado, es menos frecuente en los albergues durante esta etapa de confinamiento, debido a que ha disminuido la presencia del personal que podría apoyar en este rubro. Aún así, en tres de los ocho albergues explorados, tras la suspensión de la atención psicológica presencial, tanto trabajadores sociales como quienes hacen voluntariado han dedicado tiempo a escuchar individualmente a las personas que se sienten particularmente tristes o preocupadas. En uno de los albergues hay voluntarios con formación en psicología que permanecen dentro de los albergues y han organizado talleres de relajación y control de estrés.

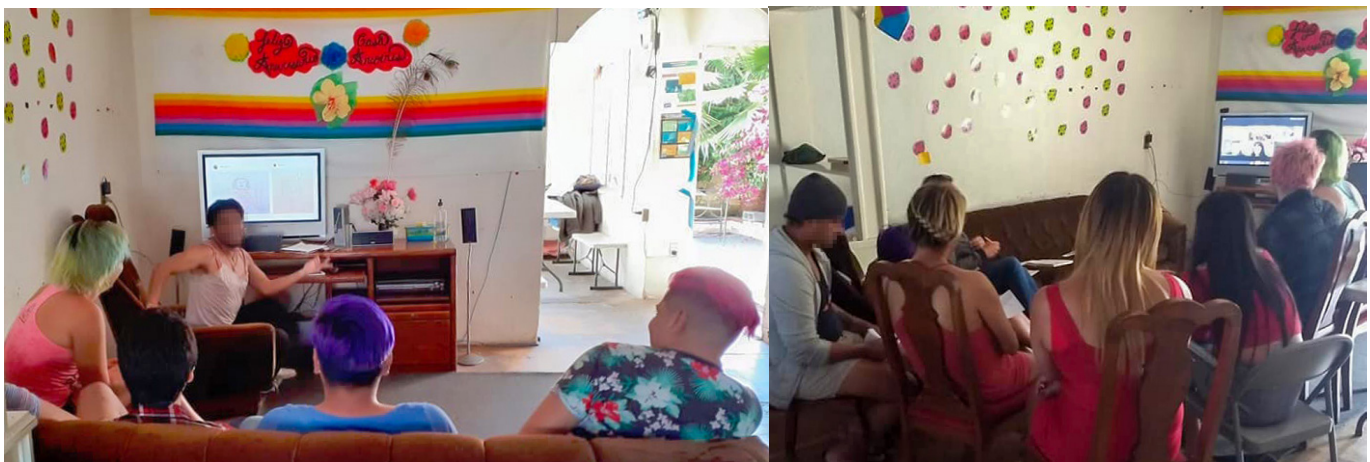


Foto 4 y 5. Taller de ilustración, autobiografía y sanación comunitaria.

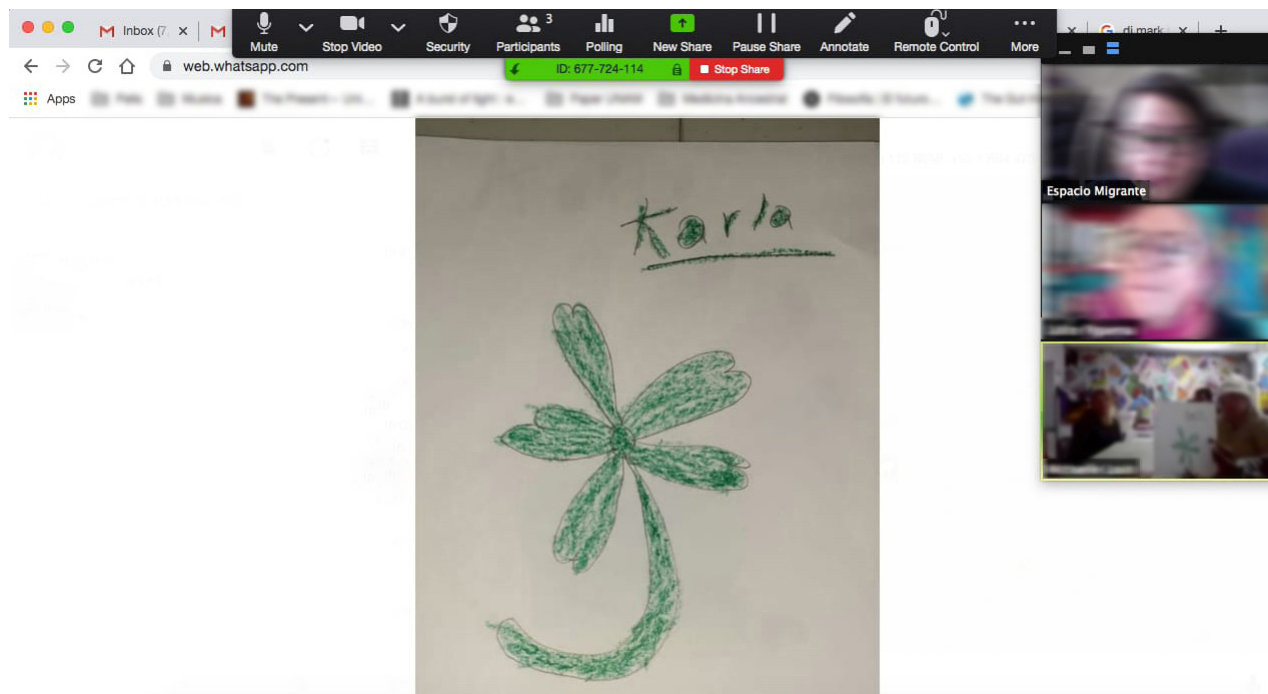


Foto 6. Arteterapia

Se activaron también algunas intervenciones a través de sesiones virtuales para impartir musicoterapia, arteterapia, meditación y terapia grupal (círculo de palabra). Si bien la mayoría de estas sesiones virtuales están dirigidas principalmente a los adultos y a los jóvenes, en uno de los albergues los niños solicitaron tener sesiones grupales para expresar sus experiencias y necesidades durante la contingencia, por lo que se implementaron sesiones virtuales exclusivas para ellos. Algunos albergues reportan que otras instancias, como UNICEF y Catholic Relief Services,

han procurado mantener su apoyo durante la pandemia facilitando materiales de apoyo para los niños, por medios virtuales, y la organización de webinars para fortalecer las capacidades de intervención dentro de los propios albergues.

Si embargo, no todos los albergues han conseguido implementar estrategias de atención focalizada en línea, y los que sí lo han hecho han tardado tiempos variables en conseguir adaptarse a esta modalidad. Una de las dificultades mencionadas fue la de coordinarse con quienes imparten la actividad.

Además, el acceso a recursos tecnológicos es variable: solamente dos de los albergues explorados tienen un salón de cómputo con pantalla o proyector que permitan poner en marcha una actividad grupal virtual, y uno de ellos estaba apenas en proceso de implementación al momento de obtenerse esta información. Otros tienen acceso a equipo tecnológico mínimo, que en algunos casos puede funcionar para un actividad con un grupo pequeño y en otros no es suficiente para actividades colectivas. Para aprovechar la amplia gama de actividades virtuales que podrían implementarse, sería necesario que los albergues contaran con los recursos y habilidades tecnológicas para establecer este tipo de apoyo.

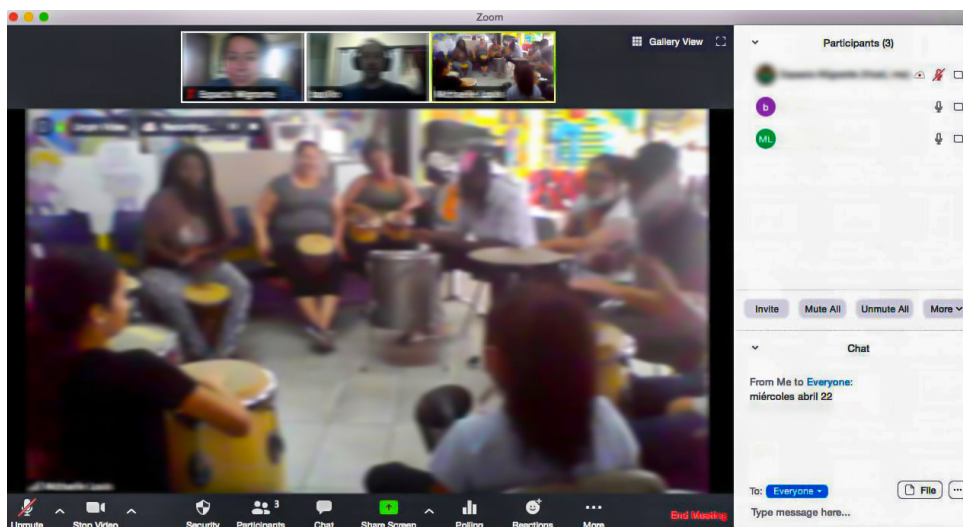


Foto 7. Musicoterapia

## Servicios especializados

El confinamiento debido a la contingencia exigió una reorganización radical de las actividades desarrolladas en el ámbito de servicios especializados. La mayor parte del personal especializado dejó de asistir a los albergues, y aquellos que continuaron apoyando de manera presencial, tuvieron que hacerse cargo de otras actividades apremiantes, suspendiendo, en particular, las sesiones de terapia psicológica individual. Solamente en uno de los albergues explorados se mantuvo la atención psicológica individualizada por parte de un grupo de voluntarios de San Diego, California, en modalidad virtual, la cual ya funcionaba de esa manera desde antes de la contingencia. Asimismo, un menor requirió atención por un problema de estrés postraumático y fue atendido por un psicólogo de manera virtual. En uno de los albergues, se priorizó la atención a los niños por parte de la psicóloga de la institución, lo cual llevó a la desatención de las necesidades de los adultos y jóvenes en este rubro.

Otros grupos han ofrecido atención psicológica vía telefónica o por internet, entre ellos Médicos sin fronteras, Families Belong Together, el Colegio de Psicólogos de Baja California y el centro de atención de Telesalud implementado por la Universidad Autónoma de Baja California. Sin embargo, se desconoce si los migrantes están haciendo uso de este recurso. Por otro lado, ACNUR continuó dando atención psicológica vía telefónica a personas en condición de refugiados en México, que ya venía proporcionando desde antes del comienzo de la pandemia.

### **Áreas de oportunidad para mejorar la atención durante la contingencia**

Aunque el apoyo en términos de seguridad y cobertura de necesidades básicas de quienes permanecen al interior de los albergues se ha mantenido desde el comienzo de la contingencia, otras estrategias (sobre todo las focalizadas y especializadas) se han visto limitadas. Las formas de atención psicológica que ya existían en los albergues se han interrumpido y en varios de ellos no se han desarrollado estrategias para brindar atención a la distancia, y aunque existen varios grupos que están brindando esta atención, no todos los albergues saben de la existencia de esos recursos.

Al mismo tiempo, los encargados de los albergues reconocen el desarrollo de intervenciones psicológicas a distancia como un área de oportunidad, pues consideran que puede haber más apertura por parte de los migrantes a recibir atención no presencial debido a la contingencia sanitaria y sus limitaciones. Algunas de las propuestas que sugieren para desarrollar incluyen terapia grupal y grupos de contención emocional con sesiones virtuales, así como intervención en crisis y orientación psicológica individual vía telefónica.

Al mismo tiempo, ante la disminución de personal durante la contingencia, los responsables de albergues identifican la carencia de alguien dentro del albergue con el entrenamiento necesario para identificar los casos que requieran atención individual, que tenga la información necesaria para canalizarlos con personal especializado. Esto es importante, ya que a pesar de que algunos responsables han informado a los migrantes sobre los recursos existentes de atención vía telefónica, rara vez son utilizados.

Asimismo, señalan que las intervenciones a distancia tienen sus limitaciones en comparación con la atención presencial. Por ejemplo, refieren que el contacto emocional y la empatía que se establece en la relación terapéutica son limitados en las intervenciones a distancia, o que sería complicado desarrollar una intervención terapéutica con niños en esas condiciones, pues con ellos generalmente se utiliza la terapia de juego, lo cual implica una interacción cara a cara.

Tanto las ideas que los responsables de albergues proponen para desarrollar estrategias de atención, como el reconocimiento de las limitaciones, proveen un panorama que puede ser útil para la construcción de un plan de intervención ante la situación que impone la contingencia sanitaria.

### **Conclusiones y recomendaciones**

En este documento describimos cómo los albergues en Tijuana, con sus diferentes niveles de capacidad, proporcionan a las personas migrantes servicios psicosociales. Gracias a que estas acciones estaban en marcha desde antes del comienzo de la pandemia, estos sitios han seguido siendo un espacio clave en el que las personas migrantes encuentran soporte a múltiples necesidades. Sin embargo, los albergues no siempre cuentan con los recursos económicos, humanos o materiales para proporcionar estos servicios, y algunas de sus limitaciones se han hecho más marcadas a partir de la pandemia y sus medidas de mitigación. Considerando que los retos para la atención psicosocial de los migrantes prevalecerán más allá de la Jornada Nacional de Sana Distancia, resulta primordial fortalecer las estrategias ya existentes. Nuestra primera recomendación, por tanto, es:

**Recomendación 1:** Que las diferentes dependencias de gobierno responsables de atender a las personas migrantes (Instituto Nacional de Migración, Secretaría de Salud, etc.) reconozcan la importancia del trabajo psicosocial de los albergues, y les proporcionen apoyo técnico y recursos para poder continuar con esta labor.

De acuerdo con la pirámide de atención psicosocial del IASC, el primer nivel de la atención consiste en proporcionar a las personas condiciones de seguridad y bienestar básico, y el segundo tiene que ver con la posibilidad de integración social. En este sentido, además de los recursos requeridos por los albergues, es importante considerar que la mejor manera de promover estas condiciones entre las personas migrantes es facilitar, tanto la regularización de su condición migratoria en México, como su acceso a servicios tales como salud, educación y trabajo durante su permanencia en este país. De ahí que, en segundo lugar, recomendemos:

**Recomendación 2:** Que en las políticas y normativa de las diferentes dependencias de gobierno responsables de atender a las personas migrantes (Instituto Nacional de Migración, COMAR, Secretaría de Salud, etc.), se incluyan provisiones que permitan a esta población una situación “ordenada, segura y regular” (UN, 2018) en México. En la normativa de dependencias como la Secretaría de Salud o la Secretaría de Educación, deberían plantearse explícitamente los derechos de las personas migrantes, y los mecanismos para su acceso a tales derechos.

Los niveles tercero y cuarto de la pirámide de IASC son los que requieren un tratamiento desde el campo de lo psicológico o mental. Como hemos descrito, los albergues desarrollan múltiples estrategias en estas áreas, cuya efectividad, si bien es clara desde el análisis cualitativo, no ha sido estudiada de manera sistemática. Los modelos, alcances y limitaciones de cada una de estas estrategias son un tema importante que se debe continuar analizando, al mismo tiempo que se difunden los logros que se han tenido. Por otra parte, existe una limitación importante para la atención a las personas que requieren servicios especializados, ya que muy pocos albergues cuentan con profesionales en salud mental de tiempo completo, y la posibilidad de referir a los servicios de salud mental de la Secretaría de Salud es extremadamente limitada. Nuestras recomendaciones en este sentido son:

**Recomendación 3:** Que se lleven a cabo ejercicios de sistematización de las acciones que los albergues realizan en el área de los apoyos focalizados no especializados, de preferencia con métodos que permitan evaluar su efectividad.

**Recomendación 4:** Que la Secretaría de Salud implemente un sistema de referencia para quienes requieran atención especializada, bajo los principios de cobertura universal. Esto implica que las personas migrantes que requieren este tipo de atención accedan a los servicios públicos de salud mental en igualdad de condiciones que la población mexicana, sin la necesidad de hacer un gasto de bolsillo empobrecedor o catastrófico.

Las actividades de apoyo psicosocial de los albergues representan el esfuerzo conjunto de una gran cantidad de personas, y es necesario valorarlo y fortalecerlo. Esperamos que este documento contribuya a hacer visible la contribución de estos albergues en la ciudad de Tijuana.

**ELABORADO POR**

COORDINADORAS: Ietza Bojorquez, Olga Odgers, Olga Lidia Olivas.

DOCUMENTO PUBLICADO: 5 de junio 2020, Tijuana, B.C.

**REFERENCIAS:**

- ACNUR, 1995. Agentes de persecución. Posición del ACNUR. Ginebra. <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2005/3634.pdf>
- Alarcón, R., y Ortiz, C. (2017) Los haitianos solicitantes de asilo a Estados Unidos en su paso por Tijuana. *Frontera Norte*, 29(58), 171-179. <http://dx.doi.org/10.17428/rfn.v29i58.949>
- Bhugra, D., Gupta, S., Bhui, K., Craig, T., Dogra, N., Ingleby, J. D., . . . Tribe, R. (2011). WPA guidance on mental health and mental health care in migrants. *World Psychiatry*, 10(1), 2-10. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21379345>
- Bojorquez-Chapela, I., Flórez-García, V. A., Calderón-Villarreal, A., & Fernández Niño, J. A. (2020). Health policies for international migrants: A comparison between Mexico and Colombia. *Health Policy Open*, 1, 100003. doi:10.1016/j.hpopen.2020.100003
- Coubés, M., Velasco, L., & Contreras, O. (2020). Migrantes en alberges en las ciudades fronterizas del Norte de México, Documento de coyuntura 2. Recuperado de [https://www.colef.mx/wp-content/uploads/2020/04/Albergues\\_w6.pdf](https://www.colef.mx/wp-content/uploads/2020/04/Albergues_w6.pdf)
- Comité Permanente entre Organismos (IASC) (2007). Guía del IASC sobre Salud Mental y Apoyo Psicosocial en Situaciones de Emergencia. Ginebra: IASC
- Contreras O.F., Paris M.D. (en prensa). Tijuana, Baja California. Ciudad de destino de la caravana migrante 2018-2019. En C Contreras, MD Paris y L Velasco (Eds.) Caravanas migrantes y desplazamientos colectivos en la frontera México-Estados Unidos. Tijuana: El Colef.
- Fernández-Niño, J., Ramírez-Valdés, C. J., Cerero, D., & Bojorquez-Chapela, I. (2014). Deported Mexican migrants: an exploration of health status and access to care. *Saúde Pública*, 48(3), 478-485.



- FitzGerald, D. S., & Arar, R. (2018). The Sociology of Refugee Migration. *Annual Review of Sociology*, 44(1), 387-406. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-073117-041204>
- Hess, S. (2012). De-naturalising Transit Migration. Theory and Methods of An Ethnographic Regime Analysis. *Population, Space and Place*, 18, 428-440. <https://doi.org/10.1002/psp>
- Inter-Agency Standing Committee (IASC) (2007) Guía del IASC sobre salud mental y apoyo psicosocial en emergencias humanitarias y catástrofes
- International Organization for Migration (IOM). (2019). *Manual on Community-Based Mental Health and Psychosocial Support in Emergencies and Displacement*. Geneva: IOM
- Ley de Migración. (2014, 30-10-2014). *Diario Oficial de la Federación*. Retrieved from <https://cis.org/sites/cis.org/files/Ley-de-Migracion.pdf>
- Leyva, R., Infante, C., & Quintino, F. (2016). *Migrantes en tránsito por México: Situación de salud, riesgos y acceso a servicios de salud*. Cuernavaca, México: INSP.
- Odgers, O., y Campos, A. (2014). Figés dans le mouvement: Périodes et espaces d´attente des migrants mexicains expulsés des États-Unis. *Revue Européenne des Migrations Internationales*, 30(2), 113-135.
- Odgers, O., y Olivas, O. (2019). Les « caravanes de migrants »: Figées dans la mobilité. *La Lettre de l'IHEAL-CREDA*, (27).
- Rosales, Y., Bojorquez, I., Leyva, R., & Infante, C. (2017). Health Services Provision for Migrants Repatriated through Tijuana, Baja California: Inter-agency Cooperation and Response Capacity. *Frontera Norte*, 29(57), 107-130. doi:10.17428/rfn.v29i57.914
- Rubalcava, L. N., Teruel, G. M., Thomas, D., & Goldman, N. (2008). The healthy migrant effect: new findings from the Mexican Family Life Survey. *Am J Public Health*, 98(1), 78-84. doi:10.2105/AJPH.2006.098418
- UN (2018). Global compact for safe, orderly and regular migration. Morocco: United Nations.