

Joseba Achotegui

**LOS SIETE DUELOS DE LA
MIGRACIÓN Y LA
INTERCULTURALIDAD**



© Joseba Achotegui, 2022

Diseño de cubierta: Juan Pablo Venditti

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© Ned ediciones, 2022

Primera edición: junio, 2022

Preimpresión: Moelmo SCP
www.moelmo.com

ISBN: 978-84-18273-60-5
Depósito Legal: B 6633-2022

Impreso en Podiprint
Printed in Spain

La reproducción total o parcial de esta obra sin el consentimiento expreso de los titulares del *copyright* está prohibida al amparo de la legislación vigente.

Ned Ediciones
www.nedediciones.com

ÍNDICE

Agradecimientos	11
Introducción	13

PRIMERA PARTE

LA ELABORACIÓN DEL ESTRÉS Y DEL DUELO COMO FUNDAMENTOS DE LA SALUD MENTAL

Capítulo 1. Perspectiva biológica del estrés y del duelo: la neuroprogresión	21
Inflamación crónica de bajo nivel o metainflamación, 22 – Incremento del estrés oxidativo, 22 – Hiperactivación del eje hipotálamo-hipófisis-médula suprarrenal, 23 – Alteraciones del funcionamiento de las mitocondrias, 23 – Alteraciones de la inmunidad, 24 – Alteraciones de la permeabilidad intestinal y de la flora intestinal vinculadas a procesos de tipo epigenético, 24	
Capítulo 2. ¿Qué entendemos por estrés?	28
El estrés como proceso de mediación entre una situación problemática y la respuesta definitiva, 29 – Estrés agudo y crónico, 30 – El estrés en las medicinas clásicas, 32 – La concepción psicosocial de las medicinas tradicionales, 33 – La aparición del término estrés en la terminología científica, 35 – El surgimiento de la psiquiatría comunitaria, 36 – Crítica psicosocial al concepto de estrés occidental, 37 – Estrés, duelo y salud, 38	

Capítulo 3. ¿Qué entendemos por duelo?	40
El duelo en el diagnóstico psiquiátrico del DSM-V y la CIE-10. Los códigos Z, 41 – El duelo desde la perspectiva evolucionista, 42 – El duelo desde la perspectiva psicoanalítica, 44	
Capítulo 4. Estrés y duelo como factores de riesgo en la salud mental.....	52
Factores de riesgo. Perspectiva epidemiológica, 53 – Vulnerabilidad y estresores en el estrés y el duelo migratorio, 55 – La vulnerabilidad como factor de riesgo más relevante desde la perspectiva psicopatogénica, 57	

SEGUNDA PARTE

EL DUELO MIGRATORIO: LA APLICACIÓN DEL CONCEPTO DE DUELO A LA MIGRACIÓN

LOS SIETE DUELOS DE LA MIGRACIÓN Y LA INTERCULTURALIDAD

Capítulo 1. El duelo por la familia y los seres queridos	64
Características del duelo por la familia, 64 – Evaluación del duelo por la familia y los seres queridos, 84 – Intervención en el duelo por la familia, 93 – La interculturalidad en el duelo por la familia, 93	
Capítulo 2. El duelo por la lengua.....	95
Características del duelo por la lengua, 95 – Evaluación del duelo por la lengua, 102 – Intervención en el duelo por la lengua, 108 – La interculturalidad en el duelo por la lengua, 110	
Capítulo 3. El duelo por la cultura	112
Características del duelo por la cultura, 112 – Evaluación del duelo por la cultura, 127 – Intervención en el duelo por la cultura, 133 – La interculturalidad en el duelo por la cultura, 142	

Capítulo 4. El duelo por la tierra	145
Características del duelo por la tierra, 146 – Evaluación del duelo por la tierra, 155 – Intervención en el duelo por la tierra, 159 – La interculturalidad en el duelo por la tierra, 159	
Capítulo 5. El duelo por el estatus social	176
Características del duelo por el estatus social, 176 – Evaluación del duelo por el estatus social, 188 – Intervención en el duelo por el estatus social, 197 – La interculturalidad en el duelo por el estatus social, 219	
Capítulo 6. El duelo por el grupo de pertenencia.....	220
Características del duelo por el grupo de pertenencia, 220 – Evaluación del duelo por el grupo de pertenencia, 242 – Intervención en el duelo por el grupo de pertenencia, 246 – La interculturalidad en el duelo por el grupo de pertenencia, 248	
Capítulo 7. El duelo por los riesgos físicos	249
Características del duelo por los riesgos físicos, 249 – Evaluación del duelo por los riesgos físicos, 257 – Intervención en el duelo por los riesgos físicos, 262 – La interculturalidad en el duelo por los riesgos físicos, 267	

TERCERA PARTE

TEST DE LA RESILIENCIA A LOS SIETE DUELOS DE LA MIGRACIÓN

Cuestionario de evaluación	285
Bibliografía	289

AGRADECIMIENTOS

Quiero dar las gracias a María Isabel Calvo, a Alejandra Carrasco y a todos los compañeros y compañeras del SAPPiR (Servicio de Atención Psicopatológica y Psicosocial a Inmigrantes y Refugiados) de la Fundació Hospital Sant Pere Claver. Gracias también a David Clusa, director del Servicio de salud mental de la institución por su incansable apoyo al proyecto de ayuda en salud mental a los inmigrantes; a Carles Descalzi, gerente de la Fundació Hospital Sant Pere Claver, así como a todo el equipo de comunicación de la institución.

Mi agradecimiento al GASiR (Grupo para la Asistencia Sanitaria a Inmigrantes y Refugiados), asociación creada en los años noventa y presidida por Jordi Font y Carles Ballús, a la que pertenezco y de la que forman parte Francesc Vilurbina, Josep Ballester, Àngel Aguilar, Lluís Recolons y Ramon Balaguer, por su implicación con los inmigrantes más vulnerables.

Gracias también a todos los compañeros que han apoyado y difundido mi trabajo: Rachid Bennegadi, de la Universidad de París V; los compañeros de la Universidad de Berkeley, Xochtil Castaneda, Liliana Osorio y Marc Schenker; los compañeros de la Universidad de Stanford, Eunice Rodríguez y Juan Luna; Marius Koga, de la Universidad de California en Davis; María Alba Díaz y Carl Stempel, de la Universidad de San Francisco; Yu Abe, de la Universidad de Tokio, y Luca Pandolfi, de la Universidad Urbaniana de Roma. Y gracias a los compañeros de la Asociación Mundial de Psiquiatría (WPA) por el trabajo que hemos desarrollado juntos en los ocho años en los que ejercí como Secretario de la Sección de Psiquiatría Transcultural.

Mi agradecimiento a los compañeros y compañeras de la Red Ateña, especialmente a José López, de Perú; a Nérida Tanaka, de Japón;

a Itzel Eguiluz, de México; a María Elena Ferrer, Liliana Osorio y Alba Lucía Díaz, de Estados Unidos; a las compañeras italianas Leticia Marín y Ana Andón; a los compañeros españoles María José Rebelo, Salvatore Cosentino, Carolina Zanolla, Jorge Correa, Isla Montoya y Ezequiel Pacino; a Pitti Djida, del Camerún; a Renato Malta, de Alemania, y a Leticia Reyes, de Bélgica.

Gracias a los compañeros de la Facultad de Psicología de la Universidad de Barcelona por su apoyo a mi trabajo en el área de la migración y la salud mental, especialmente a Toni Talarn, Ana Tuset, María Jayme, Antonio Andrés Pueyo y Antonio Solanas. A los compañeros del Ulysses Syndrome Institute de Londres, especialmente a Dori Espeso y Nancy Liscano, así como a Mireia León, Javier Moreno, Daniel Kutcher y Montse Fontboté, por su apoyo al proyecto. A los compañeros de la Red Ateenea de Londres, Ana María Florín, María Lindford, Juan Pimienta y Yerson Herrera.

Gracias igualmente a Xabier Irujo, de la Universidad de Reno, y a las compañeras de la Facultad de Psicología de la Universidad del País Vasco Nekane Basabe, Karmele Etxebarria, Edurne Elorriaga y Cristina Taboada, así como a Iñaki Márkez, director de la revista Norte de Salud Mental.

Y, de un modo muy especial, gracias a Ander, a Dori y a ama.

INTRODUCCIÓN

La temática de la salud mental y la migración ha ido adquiriendo cada vez más relevancia en el mundo actual. Por un lado, por las crecientes facilidades para la movilidad que ha traído consigo la globalización; por otro lado, por las innumerables dificultades que los gobiernos de todo el mundo ponen a la migración de millones de personas con rentas bajas.

Paradójicamente, hoy, cuando moverse por el planeta es cada vez más fácil y menos dificultades hay para emigrar, más barreras y muros se levantan en todo el mundo contra la migración.

Migrar es un cambio vital no exento de tensiones. Desde la perspectiva psicológica, estas dificultades se recogen en los conceptos de «estrés» y «duelo migratorio», pero en el contexto actual estas tensiones son de gran intensidad para millones de inmigrantes y acaban afectando a su salud mental.

Para mí es muy importante publicar este libro, porque las teorías del duelo migratorio y de los siete duelos de la migración constituyen la base, los cimientos, de mis planteamientos sobre la migración y la salud mental. Son los fundamentos del concepto de síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple o síndrome de Ulises, que acuñé en el año 2002, y de la escala Ulises, del año 2007.

En realidad, tendría que haber escrito este libro antes que los anteriores, *La inteligencia migratoria* (2017) y *El síndrome de Ulises* (2020), publicados en esta misma editorial. La teoría de los siete duelos de la migración que planteo aquí la describí en 1995 y este modelo ha estado en la base de mis posteriores trabajos. Sin embargo, he ido posponiendo hasta hoy su redacción por haber dedicado mis esfuerzos en los últimos años

a la presentación y difusión del síndrome de Ulises, a la constitución del Ulysses Syndrome Institute de Londres, a la puesta en marcha de la Red Atenea (red global de ayuda a los inmigrantes en situación extrema), así como al trabajo en la secretaría de la Sección Transcultural de la Asociación Mundial de Psiquiatría.

En este libro planteo un análisis del ámbito que abarcan los duelos de la migración, que se puede resumir en la existencia de siete grandes áreas que van desde la temática familiar hasta la temática cultural y social.

Esta teoría de los siete duelos ha sido recogida en numerosos trabajos de distintos colegas, y he observado que no siempre se ha hecho un buen uso de mis planteamientos, lo cual ha significado una motivación extra para escribir este libro. Además, me he encontrado en ocasiones con que, en una mesa redonda o en un debate, alguien ha explicado mi modelo de los siete duelos de modo literal, sin citarme, porque desconocía mi autoría; lo había leído en otro lugar, sin las referencias pertinentes. En este sentido, la aceptación que ha tenido el modelo es un estímulo añadido para la publicación de este libro, en el que desarrollo ampliamente las características de cada uno de los siete duelos.

Asimismo, planteo no solo la perspectiva del inmigrante que vive los duelos de la migración, sino también la mirada de la sociedad de acogida. La migración es un fenómeno social, un hecho que afecta a toda la sociedad, tanto al inmigrante como al autóctono, que ve modificado su mundo por la llegada de los inmigrantes. Este es el caso, por ejemplo, de las vivencias de las familias autóctonas ante la llegada de una persona con otra cultura y otra religión. En definitiva, me centro también en el punto de vista de la interculturalidad.

Otro planteamiento importante está relacionado con la perspectiva biopsicosocial. Así, intento abordar el estrés y el duelo migratorio desde un punto de vista muy amplio, que va desde la biología —que incluye los conocimientos genéticos y la biología molecular— hasta la biopolí-

tica o los estudios culturales con relación al modelo social en el que se integran los inmigrantes, o los estudios poscoloniales para hablar del contexto histórico y social en el que tiene lugar la migración; sin olvidar, por supuesto, los planteamientos psicológicos relacionados con la expresión y la elaboración del estrés y el duelo migratorio.