

*D*esplazados: Experiencias

en Salud *D*

## IMPACTO DEL DESPLAZAMIENTO SOBRE LA SALUD MENTAL

*Ricardo Sánchez<sup>1</sup>*  
*Luis Eduardo Jaramillo<sup>2</sup>*



*Juan Pablo Echeverri*

**E**ste documento recoge parte de una experiencia de seis años de trabajo en salud mental con distintos grupos de desplazados en diferentes zonas del país, en donde el común denominador es la guerra sucia y, además, donde las personas más afectadas son, a su vez, las más desprotegidas, con mayores condiciones de miseria y, en general, ajenas a los bandos en conflicto.

<sup>1</sup> Psiquiatra Corporación AVRE- Profesor asociado Dpto. Psiquiatría U. Nacional. Colombia.

<sup>2</sup> Psiquiatra Corporación AVRE- Profesor asistente Dpto. Psiquiatría U. Nacional. Colombia.

**E**l desplazamiento interno es uno de los fenómenos que mayor impacto ha producido a nivel social, económico y cultural en Colombia. Desde las luchas independentistas de comienzos del siglo pasado hasta nuestros días, los conflictos armados han generado movimientos humanos masivos que alcanzaron uno de los puntos más sobresalientes en la llamada violencia de los años cincuenta (1946-1966), que desplazó dos millones de campesinos a los centros urbanos. La guerra actual entre los diferentes grupos y fuerzas que intentan acceder o mantener el poder, ha hecho que entre muertos y desplazados la población rural haya pasado del 70 al 30% en menos de 30 años.

### Propuestas teóricas sobre el impacto psicosocial de la migración

Estudios realizados a escala mundial sobre los procesos de migración, muestran que las personas al desplazarse y entrar en contacto con otros grupos humanos y, consecuentemente, con otras culturas y estilos de vida se pueden enfrentar a cuatro situaciones: Integración, asimilación, segregación o genocidio.

---

**La guerra actual entre los diferentes grupos y fuerzas que intentan acceder o mantener el poder, ha hecho que entre muertos y desplazados la población rural haya pasado del 70 al 30% en menos de 30 años.**

---

En el caso de la integración se parte de la premisa de que la diversidad no necesariamente lleva al conflicto, sino que los grupos mantienen sus identidades y culturas pero, al mismo tiempo, quedan enmarcados por un elemento más general que los une y donde las normas, en principio, les permiten iguales oportunidades y tolerancia mutua.

En las situaciones de asimilación, segregación y genocidio, en cambio, se resuelve el problema de la interacción a través de la eliminación.

En la **asimilación** se erradican las diferencias, es decir, un grupo o una sociedad gradualmente adopta, o es forzada a adoptar, las costumbres, valores y estilos de vida de la cultura dominante. La presión para asimilarse a la nueva cultura puede producir sentimientos de inferioridad, auto-rechazo y traición.

En el caso de la **segregación** se erradica el contacto, es decir, hay una política evidente y dirigida por parte de los grupos mayoritarios y más poderosos para excluir a un grupo que, casi siempre, pertenece a las minorías o con pocas posibilidades de reclamar sus derechos. En algunas ocasiones el grupo minoritario demanda activamente la separación porque desean su propio estado o la formación de un enclave cultural.

Finalmente, en el **genocidio** se erradican las personas que son

diferentes. En general, quienes lo llevan a cabo lo justifican diciendo que el grupo que exterminan esta integrado por seres inferiores o que no son seres humanos. Un ejemplo de ello es la aniquilación de las culturas americanas durante la conquista europea.

En nuestro país la mayoría de los desplazados sufren el proceso de segregación. Otros, aunque no sometidos al genocidio, son víctimas de persecuciones y amenazas que, en algunos casos, pueden llevar a la desaparición o la muerte. Finalmente, algunos son asimilados por la nueva cultura y sólo una pequeña minoría, en situaciones muy particulares, logra el proceso de integración.

Exceptuando el caso de la integración, las demás posibilidades llevan a lo que Oberg<sup>3</sup> ha denominado «shock cultural», un concepto que implica que la experiencia de enfrentar una nueva cultura es una situación inesperada y desagradable que, eventualmente, puede llevar a una evaluación negativa de su propia cultura. En 1960, en un artículo sobre el tema, este autor menciona seis aspectos que caracterizan este shock cultural:

- Tensión originada en los esfuerzos que se requieren para hacer las adaptaciones psicológicas necesarias.

---

<sup>3</sup> OBERG, K. Cultural shock: adjustment to new cultural environments. *Practical anthropology*. 1960; 7, 177-82.

- Sentimientos de pérdida y de privación respecto de los amigos, el status, el oficio que desempeña y las pertenencias.
- Ser rechazado o rechazar a miembros del grupo cultural al que se llega.
- Confusión de roles, expectativas, valores, sentimientos e incluso desconcierto sobre su propia identidad.
- Sorpresa, ansiedad e inclusive disgusto e indignación después de que se hacen evidentes las diferencias culturales y de valores.
- Sentimientos de impotencia producidos por la incapacidad para enfrentarse con el nuevo ambiente. Taft (citado por Fumham)<sup>4</sup> especifica 5 facetas en el proceso de inmigración:

**1 Conocimiento de la cultura y de habilidades:** Se aprende el lenguaje, nuevos roles, se conocen aspectos históricos y culturales de la sociedad huésped.

**2 Interacción social:** El inmigrante es socialmente aceptado y se engancha en relaciones interpersonales.

**3. Identidad como miembro de la nueva cultura.**

**4. Integración en nuevos grupos de la cultura huésped:** El inmigrante asume su status con sus derechos y privilegios.

**5. Adopción de valores y marcos de referencia de la cultura huésped,** desarrollando roles de acuerdo con esas normas.

### **Movimiento geográfico y bienestar psicológico**

Si bien parece claro que existe una relación entre movimiento geográfico y cambios en el bienestar psicológico, hay varias teorías que intentan explicar esta relación, aún que puede ser que cada explicación sea necesaria pero no suficiente para entender tan compleja problemática. Estas teorías se pueden agrupar en dos grandes categorías: Las tradicionales y las contemporáneas. Las primeras incluyen:

**1. Duelo y separación:** El duelo es un proceso de reacción estresante ante la pérdida real o imaginaria de un objeto o rol significativo, que puede resolverse cuando se tiene un nuevo objeto o se establece una nueva relación interpersonal. El desplazamiento implica pérdidas a varios niveles: muerte de alguna persona cercana, pérdida de su rol ocupacional de su identidad cultural, sus redes de apoyo y de los elementos materiales incluyendo aquellos básicos como la comida. El desplazado debe renunciar involuntariamente a sus pertenencias materiales, a todo aquello que representa el resultado de años de esfuerzo cotidiano. Se ve obligado a perder una modalidad de economía familiar en la que todos, en mayor o



Love Espeleta

<sup>4</sup> FUMHAM, A. Bochner S. Culture Shock. Routledge. London. 1986.



Liz K. Peñuela

menor grado, podían participar activamente. Debe abandonar en contra de sus deseos el paisaje, los vecinos, los amigos, algunos familiares y el rol desempeñado en ese ambiente. Además, regresar a su terruño se convierte en algo impensable<sup>5</sup>. Como consecuencia de esta situación el individuo presenta muchos de los síntomas que se ven en un proceso de duelo típico. De acuerdo con Muñoz<sup>6</sup> el duelo experimentado por los migrantes puede ser interpretado como resultado de la pérdida de las raíces, la geografía, apoyo emocional, el mundo cognitivo y, el status del cual disfrutaban antes de la migración.

<sup>5</sup> LÓPEZ, PA. Efectos psico-sociales del desplazamiento interno en Colombia. Ponencia presentada al seminario taller sobre consecuencias psico-sociales del desplazamiento forzoso. Montería, (Abril de 1994).

<sup>6</sup> MUÑOZ, L. Exile as bereavement: socio-Psychological manifestations of chilean exiles in Great Britain. *British Journal of medical Psychology* 1980; 53, 227-32.

Además, el aislamiento social resultado de la pérdida de familiares y amigos se siente de manera punitiva.

Sin embargo esta explicación tiene contradictores. Para algunos el desplazamiento es una forma de escapar a la situación de tensión que se vive y una forma de proteger su vida de tal manera que no implica necesariamente una experiencia negativa. Otros afirman que la consejería para el duelo podría parecer poco apropiada para los migrantes, quienes necesitan información, apoyo y resolución de sus necesidades básicas, más que terapia psicológica.

**2. Fatalismo.** Esta definido como la expectativa generalizada de que los resultados están determinados por fuerzas poderosas que se salen del control de las personas y que dependen de la suerte o la fatalidad. Esta creencia

se asocia con dificultad para establecer estrategias que les permitan enfrentar las situaciones adversas y el estrés psicológico. Así pues, las personas o grupos culturales con este tipo de conducta tendrían con mayor probabilidad dificultades y trastornos psicológicos como consecuencia del desplazamiento. Sin embargo, algunos estudios han mostrado que, por ejemplo, ciertos migrantes de países cuya religión es fatalista han logrado adaptarse más o menos bien a la nueva cultura.

**3. Migración selectiva.** Esta propuesta parte del principio de la selección natural, es decir, aquellos que son más fuertes y con mejores mecanismos de afrontamiento tendrán menos dificultades y menor probabilidad de sufrir problemas de orden emocional. Sin embargo muchos autores consideran que este argumento lleva implícito un criterio de racismo y discriminación

porque eso significaría que algunos rasgos o características genéticas o biológicas determinarían que los individuos o grupos se ajusten de manera adecuada o inadecuada.

Las hipótesis contemporáneas incluyen:

**1. Eventos vitales negativos.** Según este punto de vista eventos vitales negativos tales como la muerte de un familiar o el cambio del sitio de residencia o de trabajo, generan enfermedades cuya severidad es directamente proporcional a la intensidad y duración del evento vital. Aunque no es claro el mecanismo por el cual estos eventos influyen en la salud y la enfermedad, muchos estudios han demostrado una relación significativa entre los dos. El proceso de desplazamiento lleva implícita una serie de eventos negativos importantes que producen cambios estresantes en los patrones rutinarios de la conducta y como consecuencia el desarrollo de enfermedades físicas y psicológicas. Sin embargo, se ha demostrado que cuando se comparten las experiencias estresantes al nivel de grupo o comunidad se pueden atenuar los efectos negativos de dichos eventos. El hecho de confrontar una amenaza común puede llevar a un aumento de la cohesión del grupo y de la interacción social, ofrecer nuevos roles y quizás status a gente que, previamente, estaba aislada: así como, proporcionar a la persona una explicación de su situación, basada en razones externas y no en patrones de conducta individual inadecuados.

**2. Redes de apoyo social.** Una serie de estudios, revelan que el apoyo social está directamente relacionado con un aumento en el bienestar psicológico y una menor probabilidad de enfermedad física o mental. Dado que la migración implica dejar la familia, amigos, vecinos, personas cercanas y compañeros de trabajo, lo cual significa una reducción marcada en las fuentes de apoyo social, entonces hay un aumento del riesgo tanto de enfermedades físicas como de problemas emocionales. Se ha descrito que el trabajo es el que proporciona el mejor soporte social, ello implica que las personas al quedar desempleadas, como consecuencia del desplazamiento, no pueden asumir un rol laboral adecuado que les permita lograr un apropiado nivel de soporte social.

---

**Una vez el desplazado se establece en el sitio receptor debe hacer frente a la aparición de alteraciones emocionales y comportamentales encuadrables dentro del espectro depresivo que, además, se caracteriza por distorsión del sentido del tiempo, desinterés por el futuro, dificultad para tomar decisiones, desesperanza, aislamiento y sensación de vacío interno.**

---

**3. Diferencia de valores:** La diferencia de valores que existe entre las diversas culturas ha sido usada para tratar de explicar las dificultades y el estrés que experimentan las personas que son obligadas a migrar. Las diferencias cuantitativas y cualitativas en los valores

son directamente proporcionales a la cantidad de inconvenientes experimentados por las personas.

Sin embargo, uno de los obstáculos que existe para evaluar esta hipótesis es el tipo de instrumentos utilizados para medir los valores y su respectivo cambio, lo cual impide hacer comparaciones que sean válidas; añadiéndose a éste el problema de que la mayoría de los estudios son descriptivos y no realizados para probar determinadas hipótesis o un modelo teórico en particular.

Otros elementos que ayudan a comprender la respuesta frente a los procesos migratorios es la diferencia en los patrones culturales. Hofstede<sup>7</sup> ha planteado que las culturas difieren entre sí en cuatro dimensiones ortogonales que muestran correlaciones significativas con indicadores demográficos, económicos, geográficos, históricos y políticos. La primera dimensión es "la distancia al poder", que se refiere al peso o valor que cada sociedad le da a áreas como el prestigio, la riqueza y el poder; la segunda es "la evitación de la incertidumbre" que tiene relación con la medida en que la cultura enfrenta la incertidumbre a través de la tecnología, la ley y la religión; la tercera es el "individualismo" y se refiere a la forma en que vive la gente en una sociedad y la conexión entre individuo y colectividad; y, por último, la dimensión

---

<sup>7</sup> HOFSTEDE, G. Culture's consequences: international differences in work related values. Beverly Hills, California, Sage. 1984.

de la "masculinidad" y hace alusión a los roles sexuales que se socializan en la familia, la escuela, los grupos y los medios de comunicación. Esta taxonomía nos permite hacer un mapa para entender la diferencia que hay entre los sistemas de valores, que tiene la gente en las diferentes culturas lo cual, a su vez, tiene implicaciones que permiten comprender las dificultades que experimentan las personas que tienen que desplazarse. Otro elemento importante a considerar es la diferencia entre adultos y niños. Los primeros tienen una serie de valores y patrones firmemente establecidos y probablemente poco flexibles. Los niños, en cambio, no tienen un sistema de valores totalmente desarrollado y, en consecuencia, tienen mayor probabilidad de cambio y de ajuste a la nueva cultura.

---

**Dentro de un planteamiento de integralidad debe trabajarse más el concepto de "salud mental" que el de "enfermedad mental". Es decir, las intervenciones no sólo tienen que ver con la atención individual, dirigida a disminuir el dolor y el sufrimiento emocional de aquellos que han sido forzados al desplazamiento; sino que también deben orientarse hacia acciones en el ámbito primario, guiadas a evitar la aparición de trastornos mentales severos.**

---

Finalmente para entender las consecuencias que tienen los sistemas de valores para las personas que migran, es necesario tener en cuenta cuatro

variables. La primera es la calidad y cantidad de la diferencia de los valores más notables entre los de la persona que se desplaza y aquellos del sitio a donde migra; la segunda, es la tolerancia para la variación de los sistemas de valores dentro de la misma sociedad; la tercera, es la complejidad cognitiva, la habilidad y la motivación para cambiar los sistemas de valores culturales por parte del individuo; y, la cuarta variable es que los sistemas de valores son dinámicos y siempre cambiantes debido a influencias económicas, políticas y sociales.

### **Estudios sobre salud mental y migración**

Los trabajos de Odegaard y Malzberg (Citados por Furnham)<sup>8</sup> señalan una mayor prevalencia de migrantes que de nativos en los hospitales psiquiátricos. Concluyen varios de sus estudios que la migración y las circunstancias que la rodean son un importante factor causal de enfermedad mental. Sin embargo estas primeras investigaciones sólo tienen en cuenta enfermedades psicóticas y excluyen otros cuadros psiquiátricos. Richardson<sup>9</sup> estudió los patrones de inmigración de los migrantes y describió un patrón en forma de U que parte de la

elación (dada por la novedad), seguida por depresión (shock cultural, nostalgia), y pasa sucesivamente por las fases de recuperación, identificación, para terminar en aculturación.

Se han descrito una serie de factores relacionados con la presencia de trastorno psíquico en inmigrantes, dentro de los que se destacan<sup>10</sup>: Vivir experiencias de guerra, ser varón, solitario, con antecedentes de problemas psicológicos; ser adolescente y estar atrapado entre la cultura de sus padres y la nueva cultura; y, por último, perder status profesional o no lograr reconocimiento de sus capacidades. Por otra parte, Morrison<sup>11</sup> lista nueve variables relacionadas con la salud mental que operan antes, durante o después de la migración.

Antes de la migración cita: Personalidad del migrante, experiencias vitales, bagaje cultural, características de las causas por las cuales abandona el sitio de origen y, los tipos de motivaciones para desplazarse a la nueva localidad. Durante la migración reconoce solamente la variable del estrés del momento del desplazamiento; mientras que para después de la migración observa tres: Actitud del nuevo ambiente

---

<sup>8</sup> FUMHAM, A. Bochner S. Culture Shock. Routledge, London. 1986.

<sup>9</sup> RICHARDSON, A. British immigrants and Australia: A psychosocial Inquiry. Canberra, Australian National University Press. 1974.

---

<sup>10</sup> KRUPINSKY, J. Changing patterns of migration to Australia and their influence on the mental health of migrants. Social Science and Medicine 1984-, 18: 927-37.

<sup>11</sup> MORRISON, S. D. «Intermediate variables in the association between migration and mental illness». International Journal of social Psychiatry, 1973-19: 60-5.

hacia el migrante, determinado por las políticas del Estado, por la presión para aculturarse y por las oportunidades económicas que ofrece el nuevo ambiente; homogeneidad del nuevo ambiente; y cumplimiento de expectativas y aspiraciones.

La combinación de los anteriores factores determina que la migración afecte diferentes grupos de distinta manera. De la misma forma, otros autores<sup>12</sup> han encontrado que el buen ajuste psicológico en los migrantes se relaciona con ser joven en el momento de la migración y con la posibilidad de integrarse socialmente. Westermeyer et al.<sup>13</sup> hicieron un seguimiento de personas durante un período de 3.5 años, luego de la migración, y encontraron que los problemas de salud mental eran más frecuentes en los primeros años y que el mejor estado de salud mental se asociaba con el mayor tiempo de residencia en el nuevo asentamiento, el mayor entrenamiento laboral y con un mejor estándar de vida.

Debido a la complejidad de las variables relacionadas con el fenómeno de adaptación se debe aplicar un enfoque multidisciplinario y utilizar escalas

---

<sup>12</sup> COCHRANE R y STOPES-ROE, M. Psychological and social adjustment of asian immigrants to britain: a community survey. *Social Psychiatry* 1977; 12: 195-207.

<sup>13</sup> WESTERMEYER J. y NEIDER J, Vang TE. Acculturation and mental health: a study of Hmong refugees ad 1.5 and 3.5 years posmigration. *Social Science and Medicine* 1984; 18: 87-93.



estandarizadas, de tal manera que se puedan comparar grupos a lo largo del tiempo.

La hipótesis del estrés de migración o shock cultural establece que entre mayor es la diferencia sociocultural entre el país de origen y el país al cual se migra, más pronunciado será el estrés y la enfermedad mental resultante.<sup>14</sup> Sin embargo, estudios hechos en migrantes internos, de zonas rurales a urbanas, muestran que, así no sea muy grande la diferencia cultural, hay enfermedad mental más frecuentemente. Este hallazgo se contradice por otros trabajos que muestran que es más frecuente la enfermedad mental entre los que migran de la ciudad al campo<sup>15</sup>.

---

**Consideramos que el trabajo en salud mental no puede limitarse a la "población desplazada" sino que debe involucrar a los demás actores que constituyen el amplio tejido social tales como el estado, la academia y la sociedad civil en general.**

---

De la revisión de la literatura sobre salud mental y migración puede concluirse que los migrantes, especialmente aquellos que lo hacen contra su voluntad y por razones de violencia y que, además, presentan pobres condiciones socioeconómicas, tienen

mayor riesgo de enfermedad mental que los no migrantes; sin embargo, es preciso insistir en que muchos datos son inconsistentes y que se evidencia la necesidad de replicar o volver a diseñar estudios. El número y complejidad de las variables que intervienen y de los factores de confusión, hacen que no pueda ser planteada una única teoría que integre todas estas relaciones.

### **El proceso de desplazamiento y sus repercusiones en el ámbito de la salud mental**

El hecho de que los desplazados sufren diferentes niveles de estrés (lo que origina el desplazamiento, el desplazamiento en sí mismo, el asentamiento...) puede enmarcarse en lo que se ha denominado trauma múltiple<sup>16</sup>. Teniendo en cuenta las variables que se han relacionado con la salud mental de los migrantes, puede resultar útil seccionar el proceso del desplazamiento en las siguientes etapas.<sup>17</sup>

#### **1. Situación generadora del desplazamiento:**

Es un generador de estrés psicosocial severo que produce en el individuo, la familia y la comunidad un elevado nivel de malestar.

Este nivel de estrés puede ser cuantificado en categorías marcadas y

extremas<sup>18</sup> y se relaciona principalmente con la integridad personal. La situación generada por este desencadenante supone además poner a las futuras víctimas de desplazamiento en una condición de impotencia dentro de la cual, la única alternativa posible es la huida: no hay posibilidad de hacer frente al peligro ni de interponer mecanismos de control y sanción social. Esta sensación de impotencia hace que se perciba de manera más amenazadora el peligro, llegando incluso a buscársela un significado y una justificación. En estas condiciones son frecuentes las ideas de culpa, principalmente en el ámbito de grupos, en los que ubican a personas o circunstancias como responsables de la realidad que se está viviendo.

#### **2. Proceso de desplazamiento propiamente dicho:**

Dadas las características de la fase anterior, el momento del desplazamiento suele darse de una manera intempestiva, dentro de un proceso generalmente desorganizado y no planificado, tomando la forma de una respuesta de huida: acción que hace que el desplazado, o el grupo de desplazados, se pongan en condiciones de alta vulnerabilidad, situación de la cual son conscientes y que acrecienten los sentimientos de temor e impotencia. La defensa ante esta posición es una especie de técnica de mimetismo: al saber que están «al descubierto», asumen una

---

<sup>14</sup> HOFSTEDE, G. Culture's consequences: international differences in work related values. Beverly Hills, California, Sage 1984.

<sup>15</sup> Dohrenwend BP and Dohrenwend BS. Stressful life events: their nature and effects NewYork, BasicBooks. 1974.

---

<sup>16</sup> PERREN-KLINGER G. Trauma. From Individual Helplessness to Group Resources. Paul Haupt Publishers, Berna. 1996.

<sup>17</sup> SÁNCHEZ R. El Desplazamiento y sus Repercusiones Sobre la Salud Mental. Documento interno, Corporación AVRE. 1993.

---

<sup>18</sup> American Psychiatric Association. DSM IV: Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disease. APA. Washington. 1995.





*Clemencia Poveda Motta*

actitud de anonimato, de tratar de pasar desapercibidos. Si esta estrategia resulta efectiva, puede mantenerse durante mucho tiempo después de terminada la segunda fase e, incluso, prolongarse a la fase siguiente. Es frecuente que en algunas comunidades receptoras se diga que son muchas las personas desplazadas pero que nadie sabe dónde están y los intentos de ubicarlos, por parte de algunos organismos de «ayuda», pueden hacer que se aumente la sensación de peligro, lo cual refuerza la estrategia de mimetismo. Además de lo anterior, en esta fase debe comenzar a asumirse la pérdida de seres queridos, de condiciones socio-laborales y de bienes materiales.

**3. Llegada al sitio receptor:** En general no hay una preparación para enfrentarse a la nueva cultura y frecuentemente los desplazados llegan al sitio receptor sin estar enterados de sus características culturales o climáticas. La diversidad cultural en nuestro país facilita el shock cultural. Muchas veces el sitio al que se desplazan se decide durante el mismo proceso del desplazamiento, eligiendo, de ordinario, los centros urbanos más cercanos, no sólo porque llegan más rápidamente sino también porque consideran que es allí donde más fácilmente pueden pasar desapercibidos, dado que se carga todavía con el temor de lo que generó el desplazamiento. La llegada al sitio receptor implica

colocarse en condiciones de miseria, ser estigmatizado y visto como alguien sospechoso e indeseable. Además de ello, se crea un gran contraste entre lo que se tiene ahora y lo que se tenía previamente, lo, cual implica reconocer múltiples pérdidas y empezar a asumirlas. Se genera entonces una situación de profecía autocumplidora: muchos desplazados tratan de pasar desapercibidos, pero para esto cambian de tal forma su conducta y se comportan de una manera tan peculiar que se vuelven llamativos, lo que hace que sean más visibles.

La interacción social suele limitarse a otros individuos o familias que también

debieron desplazarse, generándose dinámicas de grupos cerrados que provocan relaciones conflictivas entre ellos mismos: el mimetismo se convierte en un elemento en contra pues se genera la sospecha que otros del grupo puedan ponerlos en evidencia, manifestándose una actitud de hipervigilancia que lleva a que se interpreten las conductas y comportamientos de los otros como la búsqueda de evidencias que confirmen las sospechas. La situación emocional, matizada por la ansiedad, la depresión y la desconfianza, hace que se arraiguen parámetros cognoscitivos que faciliten situaciones conflictivas.

---

**Aunque el trabajo en salud mental con desplazados es un aspecto que no tiene el sentido de lo prioritario como la alimentación, la vivienda, el vestido, etc.; es un factor fundamental para facilitar los procesos de ajuste, de afrontamiento de la nueva situación o de asumir decisiones como el retorno con bases más adecuadas.**

---

Dentro de las mismas familias pueden reproducirse estos patrones debido a diferencias generacionales y son comunes los enfrentamientos entre padres e hijos, cuando los primeros exigen a los segundos que no salgan de sus casas, que no se relacionen, que se aíslen; situación que genera a los menores una limitante grave para su desarrollo ya que en el área rural de la que provenían disponían de un amplio espacio geográfico para su movilización. Los jóvenes, sin embargo, se adaptan más fácilmente al nuevo ambiente e

interactúan de manera más abierta con la nueva cultura, lo que puede ser percibido por los mayores como una actitud peligrosa que va en contra de la defensa del anonimato.

### **La salud mental como factor básico en los procesos de adaptación**

Una vez el desplazado se establece en el sitio receptor, debe iniciar un segundo momento del desplazamiento que se caracteriza por la posibilidad y necesidad de hacer planes proyectados al futuro. Lo anterior implica el despliegue de mecanismos adaptativos y de recuperación para hacer frente a situaciones como:

#### **1. Múltiples pérdidas a nivel material:**

Debe aceptarse que tierras, propiedades o bienes que antes se poseían se han perdido y que es preciso enfrentarse a una situación de miseria. Esto hace que se sobreidealice la zona de origen y que se hipertrofie lo negativo de la nueva situación<sup>19</sup>.

#### **2. Pérdida de personas efectivamente representativas:**

Las pérdidas a este nivel están dadas por el asesinato de seres queridos en el conflicto que generó el desplazamiento, por la muerte de ellos durante el proceso de desplazamiento en sí, o por la separación de personas afectiva o económicamente importantes que debieron ubicarse en otro sitio de

desplazamiento.

**3. Pérdida de autoestima:** Se debe adoptar una condición de extrema pobreza, anonimato y pérdida de funciones sociales que se reflejan en reales sentimientos de minusvalía.

**4. Compromiso de la identidad:** La Identidad, vista como el sentido de mismidad y de continuidad, está determinada, entre otros elementos, por el papel social que se desempeña, por las responsabilidades que se asignan, por el sentido de pertenencia a un grupo familiar y social y por las posesiones materiales; elementos que se ven afectados por el proceso de desplazamiento y que obligan a cambiar las funciones cotidianas como ser social, y que, en muchos casos hacen que hasta deba negarse la pertenencia a una familia o a un grupo. Es decir, los elementos que consolidan la identidad del individuo y que teóricamente son protectores contra el trastorno emocional se pierden o se vuelven en su contra, ya que el pertenecer a una región del país o a determinada organización es algo que se debe mantener en secreto pues, esa información puede generar peligro si se conoce en el nuevo asentamiento.

La presencia de las situaciones atrás anotadas facilita la aparición de alteraciones emocionales y comportamentales encuadrables clínicamente dentro del espectro depresivo que, además de la

---

19 CAHILL, KM. A Framework for survival. Basic Books. NY. 1993.

sintomatología clásica se caracterizan por: Distorsión del sentido del tiempo: Los desplazados describen un transcurrir lento del tiempo desde el momento del desplazamiento; desinterés por el futuro y dificultad para tomar decisiones; desesperanza, aislamiento e incapacidad para relacionarse con otros, inclusive de su mismo grupo de desplazamiento y sensación de vacío interno.

La alteración de la salud mental del desplazado incide a nivel grupal generando dificultad para la organización comunitaria, individualismo y aislamiento. Este último fenómeno ha sido observado en grupos de familias desplazadas que reproducen los patrones culturales originales pero sin ninguna permeabilidad a interactuar con el entorno en el que se han insertado. Como previamente se mencionó, son frecuentes los conflictos entre padres e hijos jóvenes, ya que estos últimos, dada su mayor capacidad adaptativa, interactúan con el entorno adoptando pautas culturales diferentes que chocan con el sistema cerrado impuesto por los mayores; así mismo son usuales los problemas familiares mediados por la culpabilización de uno de los miembros del grupo, quien es rotulado como responsable del



Lore Espeleta

desplazamiento. La inmovilidad de los grupos de desplazados está relacionada con el mimetismo, con la no elaboración de proyectos vitales en el sitio del nuevo asentamiento, por el mito del probable regreso y reforzada por la aparición de los conflictos familiares y grupales ya descritos.

### **Propuestas terapéuticas**

Pensamos que cualquier propuesta terapéutica debe incluir una visión integral del individuo y una reflexión compartida sobre el ser humano en general y el impacto que las condiciones sociales y ambientales tienen sobre él mismo.

En ese sentido es necesario tanto la intervención individual, para que las personas puedan recuperar su autoestima y participar más activamente en los cambios sociales y los procesos productivos; así como, la intervención a escala grupal de sociedad y de estado para que contribuyan a garantizar la satisfacción de las necesidades básicas, las libertades individuales y a generar espacios adecuados para reparar los daños que producen los hechos violentos que llevan al desplazamiento.

Consecuentes con el planteamiento anterior, el objetivo de nuestra intervención es contribuir a una recuperación integral de las personas víctimas del desplazamiento partiendo de considerar al ser humano como un ser holístico. No hay que olvidar que el hombre ante su mundo, enfrenta dos realidades: la realidad del mundo material y la de su actividad psíquica subjetiva.

De acuerdo con lo anterior la salud mental y sus alteraciones, como consecuencia del proceso de desplazamiento necesariamente tienen que ser vistas en estrecha relación con unas condiciones sociales y políticas, ya que el efecto de este fenómeno se da tanto a escala social como individual y en esa medida hay que trabajar los dos aspectos, incluyendo lo social, jurídico, político, económico, lo antropológico, así como el medio social y cultural.

Un segundo elemento, ligado al anterior, es que dentro de un planteamiento de

integralidad debe trabajarse más el concepto de «salud mental» que el de «enfermedad mental». Es decir, las intervenciones no sólo tienen que ver con la atención individual, dirigida a disminuir el dolor y el sufrimiento emocional de aquellos que han sido forzados al desplazamiento; sino que también deben orientarse hacia acciones en el ámbito primario, guiadas a evitar la aparición de trastornos mentales severos.

En lo referente al trabajo con la comunidad, como elemento importante en el proceso de ayuda a la población desplazada, se parte del principio de que el equipo no decide sobre los problemas que debe abordar la comunidad sino que trabaja con ella las dificultades y los temas que ésta considera relevantes, fortaleciendo de esta manera el espíritu de autonomía. Adicionalmente consideramos que el trabajo en salud mental no puede limitarse a la “población desplazada” sino que debe involucrar a los demás actores que constituyen el amplio tejido social tales como el estado, la academia y la sociedad civil en general.

Es de anotar que algunos autores tienen reservas frente a lo útil que pueda resultar el trabajar por la recuperación emocional de la población desplazada, ya que lo consideran como un lujo sin sentido en el marco político si se tiene en cuenta que es necesario resolver otras necesidades que son prioritarias como la alimentación, la vivienda, el vestido, los procesos productivos etc. Aunque el

trabajo en salud mental con desplazados es un aspecto que no tiene en el sentido de lo prioritario un valor semejante a los anotados, es un factor fundamental para facilitar los procesos de ajuste, de afrontamiento de la nueva situación o de asumir decisiones como el retorno con bases más adecuadas. Reiteramos que se debe tener en cuenta que esta es una tarea que no se realiza de manera aislada sino que está ligada a los demás procesos de reconstrucción de la vida del desplazado.

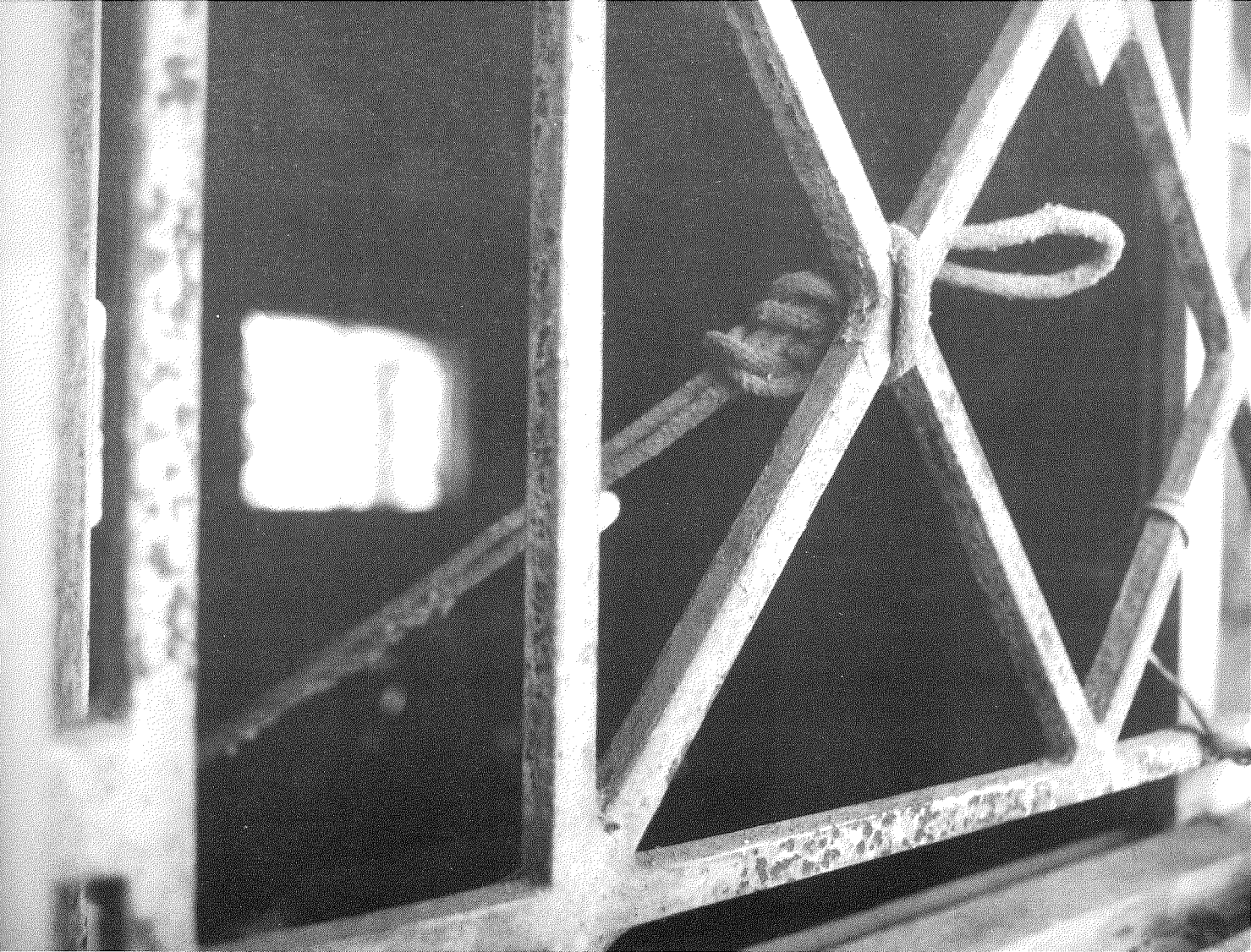
---

**Una vez el desplazado se establece en el sitio receptor debe hacer frente a la aparición de alteraciones emocionales y comportamentales encuadrables dentro del espectro depresivo que, además, se caracteriza por distorsión del sentido del tiempo, desinterés por el futuro, dificultad para tomar decisiones, desesperanza, aislamiento y sensación de vacío interno.**

---

En el ámbito de acciones específicas desde el punto de vista de salud mental se proponen las siguientes estrategias:

- Cuando los pacientes se encuentran en la primera fase del desplazamiento, con el propósito de evitar o aliviar la sintomatología depresiva y el aislamiento propios del choque cultural, se plantea la posibilidad de ubicar un lugar de asentamiento que no difiera marcadamente del sitio de origen desde el punto de vista de costumbres, hábitos e incluso condiciones climatológicas y geográficas. Otra medida que resulta



Viviana Díaz

útil contra los efectos del choque cultural es que, en lo posible, el desplazamiento se realice en grupo.

- El manejo de situaciones individuales se enmarca dentro de las propuestas de intervención en crisis que incluyen: establecer lo más rápido posible las relaciones sociales, examinar las dimensiones del problema para definirlo, alentar a la persona a que exprese sus sentimientos y emociones, explorar y evaluar las estrategias previas de enfrentamiento, generar e investigar alternativas y soluciones específicas y, restaurar el funcionamiento cognoscitivo a través de la

implementación de un plan de acción<sup>20</sup>.

- A partir de los elementos teóricos planteados, para el manejo de los pacientes en la fase de asentamiento se ha diseñado una intervención en grupo que hemos denominado «Taller Terapéutico», el cual tiene los siguientes componentes:

### 1. Reconstrucción de la historia del grupo de desplazados:

Aprovechando que los desplazados frecuentemente comparten un mismo

origen buscamos que se perciban como grupo a partir del reconocimiento de una historia común, lo que permite, además de aglutinar, disponer de un elemento que protege contra la pérdida de identidad.

2. **Catarsis:** Se promueve la expresión emocional asociada a los sentimientos de tristeza ligados a las múltiples pérdidas. Se emplea de este modo el elemento terapéutico denominado universalidad, según el cual causa alivio reconocer que la situación emocional propia no es única sino que también se da en otro

<sup>20</sup> ROBERTS, AR. Crisis Intervention handbook. Assessment, treatment and research. Wadsworth Publishing Company, Belmont CA, 1990.

**3. Análisis de roles:** En este momento del taller el grupo analiza los papeles que juegan los distintos miembros de éste. Es frecuente observar que implícitamente el grupo ha asignado funciones que pueden diferir de las que el individuo cree debe desempeñar y que, en general, corresponden a las que tenía en el sitio de origen. A partir de esta dinámica se comienzan a analizar patrones de comunicación que causan conflictos como son la amenaza con el regreso, que se utiliza como una táctica para chantajear a otros, o el rechazo por parte de los adultos a las características de la nueva cultura, la cual es más fácilmente asumida por los niños o los adolescentes, dada su mayor plasticidad y capacidad adaptativa.

**4. Ubicación del chivo expiatorio:**

Cuando hay una persona en quien supuestamente recae la responsabilidad del desplazamiento de todo un grupo, son frecuentes los conflictos interpersonales, ya que el malestar que esta situación genera en otros no se verbaliza sino que se actúa, resultando esto peligroso para la integridad del grupo. En el momento en que esta situación se desmitifica y socializa, se encuentra que no

*Juan Antonio Llavano*



se justifica seguir manteniendo un chivo expiatorio.

**5. Conocimiento de las características culturales del nuevo sitio de asentamiento:** De esta forma se logra un manejo más acertado de algunos conflictos transgeneracionales y se facilita la adaptación al nuevo medio en la medida en que las diferencias no se viven como extrañas.

**6. Ubicar y desarrollar posibilidades de capacitación:**

Teniendo en cuenta que gran parte de los desplazados son personas que trabajan en labores del campo y que la vida en la ciudad exige habilidades particulares que no poseen, se hace necesario un espacio que permita el intercambio de conocimientos y destrezas que les permitan adquirir nuevas herramientas adaptativas.

Los objetivos que se plantean con la metodología del Taller Terapéutico son: Asegurar la posibilidad de un espacio en el que se permita y facilite la catarsis y la expresión emocional; facilitar la consolidación de grupos, suministrar un espacio de protección para contrarrestar el miedo y la indefensión que sufre el desplazado como individuo aislado; recuperar elementos de identidad, dentro de lo cual es fundamental la reconstrucción de la historia y la asignación de funciones dentro del grupo y, por último, facilitar el engranaje dentro de otros procesos comunitarios teniendo en cuenta que éstos deben efectuarse conjuntamente con personas del nuevo ambiente cultural, ya que de otra manera, el desplazado puede adquirir un carácter de privilegiado que genera rechazo entre los nativos, pues lo más frecuente es que éstos también estén en una situación de miseria y despojo. En algunos casos debe mostrarse cómo la posibilidad del retorno puede estar interfiriendo con la organización en el sitio del nuevo asentamiento.

### Algunas consideraciones finales

El desplazado es sometido a una situación amenazante y traumática que debe asumir previamente, su única defensa es a huida y son lejanas las posibilidades de sanción social a los responsables, impunidad que juega un papel fundamental como herramienta que acrecienta el efecto psicológico al reforzar la desesperanza y el desamparo. Al llegar al sitio del nuevo asentamiento, los desplazados son vistos como

individuos peligrosos que “*por algo están desplazados*”, es decir, se convierten en personas dañinas que están pagando por lo que hicieron: de ser víctimas se convierten en victimarios.

El modelo de Seligman plantea que al estar sometido a una situación de estrés repetido, de la cual no hay forma de escapar, se genera un modelamiento comportamental consistente en que no se busca escapatoria, así esta sea posible (Desesperanza aprendida), comportamiento asociado principalmente a trastornos depresivos en humanos. Sin embargo, este modelo se replica especialmente en casos de desplazamiento repetitivo, pues se genera un desinterés por la reorganización del nuevo asentamiento y por el retorno al sitio de origen: no se buscan salidas y se asume una actitud pasiva sin búsqueda de alternativas.

Con alguna frecuencia los desplazados que no han adelantado procesos que les permitan plantear alternativas de regreso o de reorganización en el nuevo asentamiento, asumen actitudes pasivas y dependientes que se refuerzan por la desesperanza y por la “ayuda” de organizaciones. La cantidad de grupos que se dedican a “ayudar” a los desplazados, sin tener en cuenta la situación emocional ni el estado actual de organización de los mismos, puede generar efectos dañinos porque no promueven la autonomía de los grupos; generan rechazo por parte de otras personas del asentamiento, que eventualmente no son desplazados y que, por lo tanto, no pueden beneficiarse

con esa ayuda; hacen que la condición de desplazado se vuelva un instrumento de mendicidad: cada vez es más frecuente que individuos con patrones interpersonales de explotación y manipulación esgriman la condición de ser desplazados para beneficiarse de ciertas dádivas. Así mismo, los grupos de “ayuda”, dentro de las características ya citadas son perjudiciales porque no son consecuentes con la solidaridad que dicen practicar: El hecho de que existan muchas organizaciones haciendo lo mismo envía un mensaje paradójico a los desplazados. Si se habla de solidaridad, ¿por qué no mejor ponerse de acuerdo para no convertir a los desplazados en «víctimas» de una ayuda desorganizada y sin utilidad clara?

El shock cultural es uno de los fenómenos más importantes a tener en cuenta dentro de las dinámicas psicológicas de los desplazados. Esto hace que para brindar ayuda a estas personas sea necesario tener un conocimiento claro sobre las características de la cultura original y de la nueva. Por esta razón nos cuestionamos la utilidad de las intervenciones terapéuticas de profesionales de culturas foráneas que muchas veces deben afrontar la problemática sin haber superado adecuadamente su propio shock cultural.

