

13. La migración en resiliencia: miradas desde la voz femenina¹

DIANA TAMARA MARTÍNEZ RUÍZ*

ALEJANDRA CEJA FERNÁNDEZ**

JOSÉ SALVADOR CUETO CALDERÓN***

DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.216.13>

Resumen

La migración internacional es un fenómeno humano con grandes complejidades que impactan tanto en lo individual como en lo social, en las comunidades de origen y en las de destino, en el que participan diversos sectores sociales; en específico, en este capítulo se aborda el tema de las mujeres en la migración, ya que se considera necesario revisar los temas desde una perspectiva de género y posibilitar los diálogos y las resistencias comunitarias. El presente documento tiene como objetivo analizar los testimonios de

¹ Este capítulo forma parte del proyecto Conahcyt Ciencia Frontera, Clave de Registro: 1327731, "Actitudes Resilientes y Ejercicios de Ciudadanía Activa, que Desarrollan Miembros de Familias Transnacionales Mexicanas, de Estatus Migratorio Mixto, ante condiciones de gran adversidad en el contexto económico, político y social actual en Estados Unidos y México". Agradecemos la participación y apoyo de las becarias Paulina Sarahí Mejía Bárcenas y Jessica Hernández Serrano, la licenciada Deyani Ávila Martínez y la licenciada María de los Ángeles Blas Martínez.

* Doctora en Antropología Social. Profesora de tiempo completo en la Escuela Nacional de Estudios Superiores-Morelia (ENES-Morelia) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1893-4613>

** Maestra en Psicología. Técnica académica en la Escuela Nacional de Estudios Superiores-Morelia (ENES-Morelia) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5114-224X>

*** Profesor-Investigador de Tiempo Completo en el programa de licenciatura en Antropología Social de la Escuela de Ciencias Antropológicas (ECIAS) y maestro de asignatura en el programa de licenciatura en Estudios Internacionales de Facultad de Estudios Internacionales y Políticas Públicas (FEIYPP), ambas unidades académicas de la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS). ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6880-4169>

mujeres cuyas familias están conformadas por integrantes de estatus migratorio mixto —esto quiere decir que algunas y algunos cuentan con documentos oficiales para residir en Estados Unidos y otros y otras no—, para identificar las actitudes de resiliencia que les ayudan a enfrentar las adversidades que estos procesos conllevan y reconocer las acciones que reflejan una ciudadanía activa tanto en Estados Unidos como en México. Teniendo como resultado que algunos de los factores que ayudan a las mujeres a afrontar las adversidades y que forman parte de la capacidad de resiliencia son la familia, la fe y las características personales como la autoestima y el sentido del humor, los cuales pueden complementarse con las cualidades y prácticas de cuidado que les permita elaborar estrategias para poder sobrevivir en su condición irregular migratoria. Entender los testimonio de mujeres inmersas en la migración supone que se tienen que revisar a partir de la complejidad de la realidad social, que conlleva las desigualdades, las jerarquías y las condiciones de género/creatividad/derechos humanos y la ciudadanía activa.

Palabras clave: *migración transnacional, mujeres, género, resiliencia.*

Introducción

La migración internacional, como fenómeno humano, conlleva una serie de complejidades que desde el estudio de las realidades sociales —en específico de las mujeres— es necesario revisar para posibilitar los diálogos y las resistencias comunitarias. Se revisan las narrativas de mujeres en donde ellas reconocen las estrategias que utilizan para enfrentar su realidad ante la migración y la nueva conformación de sus familias. Se retoma el concepto de teoría transnacional en contextos de migración internacional México-Estados Unidos, aunado a las características de las familias de estatus migratorio mixto, y las actitudes resilientes de las familias que articulan la ciudadanía activa. Además, como parte de la construcción teórica propuesta en este capítulo y como resultados del proyecto Conahcyt “Actitudes Resilientes y Ejercicios de Ciudadanía Activa, que Desarrollan Miembros de Familias Transnacionales Mexicanas, de Estatus Migratorio Mixto, ante condi-

ciones de gran adversidad en el contexto económico, político y social actual en Estados Unidos y México”, se retoman como categorías de análisis la resiliencia, la ciudadanía activa y el género.

En la búsqueda de hacer investigación científica acorde a las realidades sociales, es que se recuperan cuatro testimonios de mujeres en estos contextos de migración transnacional, y a partir de las narrativas se tejen sus experiencias con los conceptos teóricos de acuerdo a las fases el proceso migratorio: preparación, traslado, lugar de origen y en algunos casos retorno; desde el reconocimiento de que cada uno de estos momentos son significativos dentro de la experiencia de la migración de las familias, con todo ello se analizan las formas en las que se van construyendo las categorías de análisis: resiliencia, ciudadanía activa y género.

La transnacionalidad como marco de análisis en la migración internacional

La migración internacional resulta un escenario con características socioespaciales peculiares, ya que es un fenómeno global, histórico y continuo, cuyas implicaciones se reflejan en las economías y las políticas de naciones, comunidades, familias y personas, pese a que estén divididas por fronteras territoriales, las cuales sólo representan los contenedores de diversos fenómenos humanos (Ojeda, 2009); es por esto que la teoría transnacional “focaliza su atención en las relaciones que mantienen los migrantes con los lugares de origen y destino, y en el movimiento de personas, bienes, información y material simbólico que atraviesa las fronteras de las naciones” (Ciurlo, 2014, p. 133).

La teoría transnacional reconoce que el espacio físico y presencial donde se desenvuelven y desarrollan los lazos sociales son importantes, pero para explicar fenómenos en donde se rompe la barrera de la presencialidad, es necesario analizar el espacio social producido por las personas de manera imaginaria, subjetiva y simbólica para tener una visión más completa y amplia sobre su realidad (Pardo, 2012). Es decir, se requiere de análisis integrales donde se transversalice la experiencia subjetiva con la movilidad social.

El transnacionalismo es una teoría que desde la década de 1990 ha sido retomado por disciplinas como la antropología, la psicología, la sociología y la demografía para explicar fenómenos sociales, como es el caso de la migración internacional; esta teoría se considera de rango medio conforme a la interacción social, lo que permite el acercamiento desde enfoques cualitativos para describir los fenómenos sociales y ha permitido el abordaje y estudio de la migración internacional como un fenómeno social y humano, más que como un fenómeno económico y del desarrollo (Castro, 2005).

Se retoma a la familia —que se encuentra físicamente en al menos dos naciones— como la unidad de análisis y se justifica a partir de que las familias han logrado establecer puentes de relaciones espaciales y crear, con esto, espacios o comunidades transnacionales, lo que permite prácticas que dan continuidad a dinámicas importantes para las personas migrantes y sus comunidades, se considera que la migración forma parte de una estrategia de vida familiar (Ojeda, 2009). Es importante entender que las personas migran de la comunidad de origen con dinámicas ya establecidas que les han permitido construir su identidad, idioma y cosmovisión del mundo, para vivir en un nuevo espacio ajeno a su cotidianidad, donde el desconocimiento apremia y tendrán que encontrar maneras para establecerse y afrontar la nueva realidad, a la par de que extrañan su comunidad de origen y a la familia; por esto, no puede estudiarse por separado el contexto de origen del de destino.

Cerda (2014) hace un análisis del concepto de familias transnacionales, en donde retoma diversas referencias de autores; se considera que la familia transnacional es un conjunto de elementos en cuya estructura se encuentran las comunidades de origen y las de destino, enlazadas por mecanismos de como los medios de comunicación y las remesas. Son familias que pueden estar en México o en Estados Unidos y “se definen según su relación de dependencia económica y de lazos afectivos” (Ojeda, 2009, p. 21).

Se ha observado que la familia transnacional puede ser uno de los recursos potencializadores que permiten el desarrollo de las personas y forman parte de los apoyos principales de las y los migrantes que les ayudan a enfrentar las penurias de la migración; o, por lo contrario, puede llegar a ser un detonante de desestabilizaciones si no se cuenta con este apoyo (Martín, 2007). Lo anterior supone grandes esfuerzos para las familias migrantes,

ya que implica romper las barreras de la espacialidad y presencialidad para crear dinámicas únicas, como las prácticas de cuidado a través de la distancia de las personas que se quedan en la comunidad de origen. Por lo anterior, se considera la teoría transnacional como la herramienta metodológica pertinente para el abordaje de las familias transnacionales.

La resiliencia en contextos de migraciones transnacionales

En sus orígenes, el concepto de resiliencia se retoma de la física y de la ingeniería civil, que posteriormente se retoma en las ciencias sociales y se construye a partir de la necesidad de encontrar los mecanismos que utiliza el ser humano para convertir las situaciones vividas complicadas en los mecanismos y motivaciones potencializadores que busquen solventar de forma positiva el fracaso experimentado, esta puede ser un proceso individual o colectivo (Becoña, 2006). Uriarte (2005) menciona que la resiliencia

[se] trata de un dominio de conocimiento en el que confluyen observaciones, investigaciones y prácticas sociales, las cuales evidencian la capacidad del ser humano para resistir y superar las adversidades y para construirse con integridad, a pesar de haber sufrido experiencias traumáticas (p. 62).

Como parte de la definición de resiliencia, se ha dado mucho interés al concepto de resiliencia sociocultural, donde el contexto y las prácticas sociales forman elementos esenciales, esta se considera la capacidad de construir espacios de resiliencia apoyados en mecanismo culturales, la persona como ser social se construye no sólo con sus actitudes y fortalezas individuales, sino que se involucra y se correlaciona con lo que le rodea, así logra la adaptación frente a los cambios y situaciones adversas y de riesgo (Cueto, 2020). También puede ser vista como la capacidad para interactuar de manera dinámica entre las personas en grupos sociales, instituciones y comunidades, lo que permite la adaptación a las realidades en espacios generadores de resiliencia gracias a mecanismos socioculturales como los valores, la pertenencia, la capacidad de comunicación y expresión, la educación y procesos dinámicos que se comparten entre ellas (Simpson, 2000).

A partir de esto, se retoma el concepto de resiliencia y resiliencia socio-cultural —en relación con la migración internacional— para identificar las estrategias que las personas migrantes implementan para afrontar las situaciones que la migración transnacional conlleva.

Esto implica el reto de entender lo complejo que es el fenómeno de la migración internacional, y es necesario transversalizar los ejes de análisis desde un enfoque interdisciplinario; para propósitos de este trabajo se consideran, primero, la teoría transnacional e ir desde lo global a lo local, lo macro a lo micro, de lo público a lo privado, para conocer la realidad a la que se enfrentan las personas migrantes (Pardo, 2012); lo segundo es reconocer lo subjetivo, lo comunitario, lo individual y lo colectivo; y lo tercero es el reconocimiento de la experiencia de la migración, la cual es considerada un evento vital y coyuntural del ser humano que comienza con la decisión de migrar y abarca diversas etapas o momentos: la preparación del viaje, el traslado, el asentamiento en el lugar de destino, la integración o adaptación, y el retorno, que implican una serie de vivencias y acomodos personales animados por actitudes positivas individuales, grupales y comunitarias; así como todos los elementos emocionales, psicológicos, económicos y sociales que supone el proceso migratorio (Micolta, 2005).

Los desplazamientos de personas alrededor del mundo llevan consigo experiencias individuales, adversidades y, con ello, el llamado “duelo migratorio”, como lo menciona González (2005), que puede ser simple o complicado, depende de la forma en que se realizó el proceso migratorio, sobre todo cuando se empieza a lidiar con los problemas de tránsito, traumas, adversidad de migrar y dejar todo lo que se conoce (familia, cultura, lugar de origen, entre otras). Es por esto por lo que debemos poner especial atención a la experiencia y todo lo que significa para las personas vivir la migración internacional, desde el entendido que la experiencia de la migración está impregnada de diferencias y desigualdades de condiciones como son las variables de género, la situación económica, la étnica, el idioma, entre muchas otras más (Asakura, 2011).

Dentro del estudio de la migración se ha retomado el concepto de resiliencia, lo que ha permitido sistematizar las actitudes que las personas migrantes han empleado para superar las adversidades y retos que este evento estresante trae consigo (Cueto, 2020; Santana, 2016; Vila *et al.*, 2016). El

concepto de resiliencia supone que las personas tienen la capacidad de llevar un proceso de adaptación de manera positiva pese a las problemáticas que se van presentando; en personas migrantes que viven diferentes traumas a lo largo del proceso de migrar, es indispensable el concepto de resiliencia para entender aquellos factores/motores (amor, redes sociales, familia, fe, religión, entre otras) que impulsan a seguir adelante y mantener su salud mental positiva. La resiliencia es un concepto que puede retomarse desde lo individual o lo colectivo o comunitario; Cueto (2020) menciona que los pilares de la resiliencia comunitaria son autoestima colectiva, identidad cultural, humor social, honestidad colectiva o estatal.

La voz de las mujeres: actitudes resilientes en las familias transnacionales

Como propósitos del apartado se revisa el concepto de actitudes resilientes en mujeres bajo contextos transnacionales desde una perspectiva de género, así como la forma en la que sus testimonios reflejan estas actitudes y se expresan en su vida y dentro de los hogares migrantes. Es importante mencionar que las investigaciones sobre este tema son recientes y no son amplias, esto ha sido una motivación para continuar la investigación en los temas de mujeres, resiliencia y hogares en contextos transnacionales. Estos nuevos enfoques son necesarios para generar estrategias de atención para este sector tan vulnerable.

Para entender las actitudes resilientes de las mujeres migrantes es importante considerar varias cuestiones:

- La historia y el contexto en el que se desarrolla toda la experiencia de migración de las mujeres, en este caso el contexto transnacional México y Estados Unidos.
- La incorporación de la perspectiva de género para su estudio.
- La revisión de los conceptos resiliencia y actitudes ante la migración.

La migración internacional ha sido un tema de interés social a causa de los beneficios económicos y la mejora en la calidad de vida que se observan

dentro de los hogares; los estudios en torno a la mujer y la migración son más recientes, y son resultado de observar la migración a partir de la unidad familiar, sus integrantes y las implicaciones que se dan dentro del hogar y que se explican a partir de la experiencia de la migración, esto sumado al incremento de la migración femenina que se observó en la década de 1970 (Carretero Palacios, 2014), cuyas características son propias y diferentes a las migraciones masculinas. Dentro de los estudios de la migración se ha observado que el papel de la mujer ha sido invisibilizado y se le ha dado más peso a la migración vinculada a temas demográficos y de índice de desarrollo humano, más que a los estudios cualitativos y de subjetividades (Rebollo Gámez y Rodríguez Casado, 2014).

Dentro de los estudios de la familia transnacional se retoman elementos que han permitido la continuidad y la permanencia del hogar, como el envío de las remesas, el cual es el puente simbólico de que aún existen compromisos y responsabilidades de la persona migrante con la comunidad y la familia (Zapata Martínez, 2009); la reorganización al interior de la familia, en cuanto a los roles y dinámicas que permiten acciones de cuidados y asistencia, nuevas distribuciones en la carga de trabajo, rituales, estrategias de ajustes y nuevos estilos de comunicación, por mencionar algunos (Gregorio-Gil, 2017).

Esto se puede observar en el relato C,² donde menciona como la migración implicó el cuidado y el reacomodo de la familia, así como lo difícil que fue para ella esta separación con su papá que migró para trabajar.

C: Mi mamá se embaraza de mí y mi papá regresa a Estados Unidos a trabajar. Y así fueron mis los primeros 3 años de mi vida, mi papá estuvo trabajando, y no me conoció hasta que yo tuve 3 años. Entonces, pues supongo que sí, fue difícil para ellos, para mi papá y para mi mamá, pues yo era una recién nacida entonces, no recuerdo, o sea, obviamente no recuerdo nada. Pero, eh, pues sí, sí es algo que, para mí, o sea, todavía sigue como en mí, como el hecho de que mi papá no pudo estar conmigo cuando, pues yo era una recién nacida y no hay fotos.

² Se respeta la confidencialidad de los testimonios de las migrantes y se les asigna la inicial de su nombre.

El fenómeno de las mujeres en la migración ha tomado más fuerza a partir de que estas se insertan en el mundo laboral, educativo y social, lo que significa que no sólo migran como acompañantes de sus parejas o familias, sino que es una decisión propia el emprender este proyecto (Palacios, 2015); en su testimonio D nos cuenta como en su comunidad se fue transformando la migración, en donde describe que antes era común que la migración fuera masculina y la mujer se quedaba en casa al cuidado de la familia, ella resalta que en la actualidad ella considera que ya la migración es pareja, esto gracias a la amnistía del año 1986.

D: Ahorita ya es parejo, anteriormente todavía cuando yo era más joven o chica escuchaba yo siempre que el hombre iba y trabajaba, inclusive, aunque arreglara —los papeles— no le arreglaba a la esposa, ya después empezó. Fíjate que hubo, como que así lo percibo, a raíz de la amnistía y de que se le pudo arreglar, empezó a migrar la mujer, y empezaron los hombres a arreglarle a las esposas y a la familia entera, entonces, se fueron infinidad de familias enteras, infinidad de familias.

En el caso específico de las mujeres migrantes, las investigaciones explican una serie de cambios y modificaciones en su identidad, en los roles y el papel que desempeñan, independientemente de si se quedan en la comunidad de origen o si son ellas las que migran. Asakura (2021) menciona que la experiencia de la migración genera cambios significativos en el rol de género de las mujeres dentro del hogar, los cuales en su mayoría giran en torno a las prácticas de cuidados, y cambia a partir de la experiencia y vivencia de las mujeres migrantes y resalta que estas son distintas a las de los hombres, además de exponer también las violencias que sufren en la partida, el tránsito y la llegada.

Es importante resaltar que las mujeres constituyen uno de los sectores más vulnerables durante el proceso migratorio, esto por su condición de discriminación, pobreza, desigualdad y violencia de género, debido a ello es que se considera que, para el estudio y atención de las migraciones, es indispensable considerar las diferencias a partir de la condición de género, etnia y situación socioeconómica (Rebolledo Gámez y Rodríguez Casado, 2014).

Entonces queda claro que “el género influye marcadamente en las mo-

tivaciones para migrar, los trayectos elegidos y/o la posibilidad de integrarse en el lugar de destino” (Granada *et al.*, 2021, p. 9). Hacer esta reflexión es necesario dentro del campo de estudio de la migración, ya que “hablar sobre las migraciones desde una perspectiva de género es hablar de la influencia de las relaciones de poder entre hombres y mujeres en la conformación y en las características de los flujos migratorios” (Palacios, 2015, p. 5). Se considera fundamental incluir dentro del campo de estudio de la migración diferentes aspectos en cuanto a las relaciones de poder entre hombres y mujeres que repercuten directamente en el grado de vulnerabilidad física, emocional y psicológica de las migrantes, lo que aumenta los factores de riesgo que limitan la capacidad de resiliencia.

Comprender estas condiciones de vulnerabilidad dentro del proceso de la migración va a permitir entender los mecanismos y las actitudes de resiliencia a las que recurren las mujeres migrantes para enfrentar los desafíos que la migración implica. Respecto a las actitudes resilientes se entiende que es un elaborado proceso cognitivo y emocional conformado por procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan el bienestar percibido por las migrantes en contextos problemáticos. Santana (2016) menciona que es la capacidad que puede verse en lo individual, familiar o comunal, que es impulsada por experiencias en distintas escalas como en lo subjetivo o en los contextos sociales.

Por lo anterior resulta importante comprender los contextos migratorios —a partir de cada uno de los momentos del proceso migratorio— a los que se enfrentan las mujeres, ya que en ellos encontramos los detonantes individuales y sociales que impulsan los mecanismos de resiliencia; a la par que se describen los testimonios que dan cuenta de las estrategias que posibilitan el bienestar familiar (Monreal Gimeno *et al.*, 2019).

La preparación del viaje

Esta etapa está marcada por el momento en el que se toma la decisión de migrar, se considera una estrategia familiar para mejorar la calidad de vida o un mecanismo de supervivencia ante un contexto que no posibilita las condiciones necesarias para el bienestar, aquí es necesaria una negociación

acerca de quién es el que va a migrar, cómo se va a hacer, quién será el sustento económico y quién se quedará al cuidado de los demás integrantes de la familia (Cerdeña, 2014).

Históricamente las decisiones de la migración estaban marcadas por la división sexual del trabajo, lo común dentro de las familias era que los hombres migraran, esto en concordancia con su rol de proveedores.

D: Mi papá fue braserero, mi papá fue de los tiempos de la bracería. Él iba con contratos, siempre desertó, pero siempre, duró muchos años. Nació en el 26 mi papá y creo que la última vez que fue, fue en el 47, posteriormente ya nació mi primera hermana que nació en el 49, y a raíz de ahí ya no fue, ya no regresó, nos cuenta.

Con lo anterior, se observa cómo la migración genera reinterpretaciones en los roles y estereotipos de género tradicionales y abre la oportunidad para que las mujeres migren. Ejemplo de estas transformaciones del proceso migratorio los relata D: “Entonces pues ya nos fuimos, mi hermana estaba llore y llore, dejaba a su hijo de tres años con la otra hermana, bien triste”.

Al explorar en los testimonios los procesos de resiliencia y cuidados se observa una serie de estrategias que emplean las familias para sostener el proyecto migratorio, estas redes son las que posibilitan todo el plan migratorio, desde la salida del hogar hasta la permanencia del destino, ya sea con visa o contratando a los *polleros*,³ en el dinero que se va a invertir en el traslado, en las condiciones de la llegada al país de destino, pero al mismo tiempo se da una especie de “capacitación” o traspaso de información acerca de las experiencias sociales de otras personas que han migrado y que brindan consejos para migrar de la manera más segura posible.

I: Hay que estar casi todos los días, estarles recordando, no vayas a tomar, no hagas esto, no manejes cuando consumas bebidas alcohólicas, incluso aunque no las hayas consumido. No lo hagas... Cada vez que hablan, “oye, pues no, no hagas esto, no hagas lo otro”, si alguien te da un consejo es porque ya

³ Se refiere al gentilicio de las personas u organizaciones que cobran por guiar a los migrantes de país en país. Es una práctica ilegal.

tienen experiencia en esto. Y hemos tenido ya sucesos, pues familiares que han tenido, digamos, problemas legales en Estados Unidos.

En el testimonio observamos algunas de las estrategias de cuidado en la etapa de preparación del viaje; en el relato de la migrante I se habla del cuidado que tiene que tener un migrante que no tiene papeles. En el mismo sentido, en su relato C menciona que sus padres la previnieron del costo que tiene la migración.

C: Ellos me dijeron [sus padres], está esto. ¿Quieres ir? ¿Quieres probar? ¿Vas a dejar todo en México, o sea, ellos me pusieron las cartas en la mesa y me dijeron, vas a tener que dejar todo, entonces como que, desde ese punto para mí, fue decir, México ya no va a ser mi casa, ¿sabes? Yo ya no voy a vivir en México y fin.

Con la decisión de migrar se marca el inicio de una serie de emociones y sentimientos que van a ir conformando un duelo migratorio y que implica la confrontación de ideas e imaginarios sobre un futuro y la búsqueda de sueños por un mejor estilo de vida, aunque al mismo tiempo, la conciencia acerca de lo que dicho proceso conlleva también genera pasar por situaciones dolorosas.

Las migrantes mencionan que la experiencia se vive con emociones ambivalentes, por un lado, está el anhelo por vivir en un país con mejores condiciones, pero, por otro lado, se deja a la familia, la comunidad, la comida y el idioma, sumado a la preocupación colectiva de cómo será el traslado ante los contextos de violencia y todas las violaciones a sus derechos humanos. En el siguiente relato la migrante I explica cómo es vivir con la ausencia de miembros de la familia.

I: La ausencia, pues de cada uno de estos integrantes de la familia. Pues impacta en nuestro núcleo familiar, pues de manera digamos negativa. ¿Por qué? Porque de alguna manera de repente estamos acostumbrados a ver a toda nuestra familia y de unos años para acá, resulta que pues no, o sea que tienen que quedarse en Estados Unidos porque muchos de ellos fueron desde ya hace muchos años, como de manera, pues de mojado, no. Y pues ya tene-

mos que mentalizarnos de esa manera de que al menos al siguiente año no van a regresar, a lo mejor en el otro tampoco, y así van pasando los años.

Entre las estrategias y actitudes resilientes que las familias han encontrado para enfrentar la preparación del viaje y que permiten el cuidado de la familia están el apoyo familiar y social de la comunidad que se demuestra a través de algunas actitudes como el préstamo de dinero para que se migre, en ocasiones se accionan vías en búsqueda de opciones menos peligrosas para migrar, a través de documentos como la visa o la residencia; también se observa una redistribución de los roles para el cuidado de las familias; se apalabra el compromiso de continuar con el envío de las remesas y la comunicación con la familia a través del uso de las tecnologías (González-Torralbo, 2016).

Todos estos acuerdos y apoyos generan tranquilidad y seguridad para la persona que va a migrar, la sensación de contar con un respaldo y red de apoyo permiten sostener con una mejor actitud y sentimiento de esperanza lo que se viene. En concordancia con esto, en el siguiente fragmento se observa una de las herramientas de resiliencia que su familia emplea.

I: Suena muy repetitivo, pero estarles recordando, “oye, pues, no hagas esto, no hagas lo otro” y si lo haces, pues hazlo con las precauciones debidas y hasta ahora, como que sí, sí, este, lo han interiorizado mucho, y así como que las recomendaciones o las sugerencias, creo que se les puede llamar, al final de cuentas, ellos son los que toman la decisión. Las han llevado como que, al pie de la letra.

Conforme a los testimonios queda clara la importancia que tienen los contextos familiares y las redes de apoyo durante el proyecto migratorio. Como menciona Mendoza (2019), las familias y sus estructuras son uno de los grandes pilares que sostienen a las mujeres migrantes, brindando las herramientas necesarias para la toma de decisiones que implican la migración. Una familia y comunidades fuertes constituyen apoyos fundamentales para que las personas migrantes se desprendan del núcleo familiar y se consolide el proyecto migratorio.

El traslado

Emprender el viaje, salir de la comunidad de origen y trasladarse hacia el país de destino se ha convertido en una de las problemáticas sociales más importantes de atender por parte de las naciones, esto por las características que se observan en estos traslados, ya que están acompañados de una serie de fenómenos masivos como las caravanas de migrantes provenientes de Centroamérica hacia el norte. Es importante considerar que existen diversas formas de migrar: las migraciones regulares, que son cuando se tiene algún tipo de visado o documento de ingreso legal, y las irregulares, donde no se cuenta con ningún documento para el ingreso al país.

A pesar de los matices que se pueden encontrar en las migraciones, este fenómeno no deja de ser difícil a distintos niveles, como ya se ha mencionado antes, pues las personas se enfrentan a la discriminación, la violencia y la adaptación a una realidad distinta a donde crecieron. En su testimonio C cuenta cómo fue su experiencia, a pesar de que ella tenía visa no dejó de ser difícil la separación de su familia.

C: Pues para mi mamá, pues bueno, más bien con separarme de mi mamá, mi hermano y yo. Sí fue muy difícil, porque pues tu mamá es tu mamá, o sea, viviste con ella 19 años y luego que de un momento a otro ella no puede estar contigo en ese cambio tan drástico de tu vida, o sea, llegar a un país que no conoces a una ciudad y que tu mamá, no esté ahí.

Estos traslados están caracterizados por dificultades que son marcadas por territorios carentes de políticas que salvaguarden la vida humana. En el caso de México, debido a sus condiciones geopolíticas e históricas se ha nombrado como el primer filtro migratorio, impidiendo desde su frontera sur la llegada de migrantes que se dirigen a Estados Unidos. Aunado a ello, el territorio mexicano no es seguro para el tránsito migrante, debido a su contexto de máxima violencia proveniente de la delincuencia organizada y la carencia de políticas públicas o acciones institucionales para salvaguardar los derechos de las personas migrantes (Correa-Cabrera, 2014).

Quienes logran llegar a la frontera México-Estados Unidos hacen frente a condiciones ambientales y sociales adversas, lo que implica riesgos y

consecuencias diversas dependiendo de las rutas elegidas, algunos de estos riesgos van desde la deshidratación, el ahogamiento, la amputación, la desaparición, la violencia sexual, la trata de blancas, hasta la muerte (Ramos, 2012, p. 27). El cruce de las fronteras tiene connotaciones y repercusiones físicas y emocionales que son de las más difíciles de superar y que marcan permanentemente su trayectoria de vida. Hay que mencionar que estas condiciones se han acrecentado debido a contextos derivados de acuerdos políticos entre naciones que han endurecido las fronteras.

Hubo algunos momentos en los que cruzar la frontera no suponía arriesgar el cuerpo y la vida, actualmente las personas siguen decidiendo tomar este riesgo aun conociendo los peligros, muestra de ello es el testimonio de una migrante:

D: Algunas veces que me fui en avión y ya me pasaba por la línea ahí por San Isidro, con un estrés que “si te agarran y así”, yo simulaba. Tuve siempre suerte, casi siempre, y pasé bien. Luego, ese es el primer estrés, porque luego el segundo estrés en San Clemente es otra vez otro filtro, entonces yo tuve suerte de que no había, porque hay momentos en los que no están y hay momentos que sí. Yo tuve suerte que no estaban y pasé y llegué bien, esas veces [...] llegamos a Los Ángeles y de ahí de Los Ángeles mi esposo pasó por mí, él vivía cerca de Los Ángeles y yo dije “no vuelvo a regresar sin papeles”.

Pese a las condiciones que se experimentan durante el traslado y el cruce de la frontera —que pueden tener consecuencias muy traumáticas— se observan mecanismos que las personas migrantes utilizan para enfrentar las situaciones como son: estar en comunicación con sus familias, lo que les sirve de contención emocional y recordatorio del proyecto a lograr o del sueño por la mejor vida; viajar en grupo es una estrategia de cuidado colectivo, ya que se van asesorando sobre los riesgos a los que se enfrentan por los lugares que transitan (Melendrez y Ponce, 2019); además, las personas migrantes encuentran ayuda en las asociaciones y fundaciones, donde se les brinda el apoyo y la asesoría para continuar el traslado; existen organizaciones que realizan intervenciones de apoyo psicológico a las personas durante la migración (Iniciativa Kino para la Frontera, A. C., 2012), lo que promueve condiciones y apoyos que les permitan continuar con el viaje. Por

ejemplo, en su relato D hace una cronología de su tránsito a Estados Unidos, pero en fragmentos encontramos las herramientas que le sirvieron para superarlo:

D: Agarramos un taxi, y llegamos a Oceansai, porque el cruce fue por San Isidro, llegamos a Oceansai en la noche y entramos a un baño, nos limpiamos los zapatos para estar como que fuéramos de allá, nos peinamos y demás. Y también íbamos con un objetivo, pero mi hermana iba muy triste por su hijo, quería regresarse.

Asimilar esta experiencia forma parte del elaborado proceso cognitivo para los migrantes, y estas estrategias de cuidado y acompañamiento forman parte de los ejercicios que las comunidades han establecido y que permiten procesos de resiliencia cultural en comunidades con alta vulnerabilidad, como lo son las migrantes transnacionales.

El asentamiento en el lugar de destino: la integración o adaptación

Lograr cruzar la frontera entre México-Estados Unidos es considerado el primero de los éxitos para las personas migrantes, ahora toca adentrarse en el país y llegar a la comunidad que se tiene planeado; la mayoría de los migrantes ya tiene decidido el lugar a donde llegar, por lo regular han apalabrado con algún familiar o conocido(a) el recibimiento temporal, en lo que encuentran dónde establecerse, pero esto no supone una garantía, como lo fue para B, quien relata cómo fue su experiencia.

B: Mi esposo le habló a mi cuñado... llegamos... el 23 de diciembre a los Ángeles, y pues según mi cuñado estaba esperando a la familia de su esposa de Arizona y nos dijo que no nos podía tener ahí, y yo con mi hija convaleciente, pasamos una noche ahí, y fue muy difícil, y ya después de esa noche, al otro día nos llevó mi cuñado a otro pueblo que se llama London... Ahí vivía un sobrino mío, hijo de mi hermano mayor, con un padrino... y le dije yo a mi esposo "Pues vamos con Arturo"... llegamos ahí... ahí nos llevó mi cuña-

do que porque él no nos podía tener en su casa... llegamos a la casa el 24 de diciembre y ahí pasamos la noche.

La experiencia de las personas migrantes está atravesada por otro tipo de dificultades y miedos al llegar al destino; para propósitos del apartado los dividiremos en dos: primero, las condiciones que tienen que enfrentar y elaborar de forma individual; segundo, las condiciones sociales y del contexto.

Entre las adversidades individuales se observa el no hablar el idioma, no entender la cultura, la incompreensión, la incertidumbre por el futuro, enfrentar la discriminación por condiciones de género, etnia, estar lejos y extrañar a la familia y a la comunidad (Carretero Palacios, 2014, p. 16). Se enfrentan a procesos desgastantes y estresantes como encontrar en dónde sobrevivir los primeros meses; encontrar un trabajo rápido para poder solventar los gastos, poder pagar las deudas que se hayan dejado en México y, en la mayoría de los casos, empezar a enviar las remesas a sus familiares.

Se ha observado que, si estos procesos no logran asimilarse de forma positiva, llegan a generar una baja autoestima, culpabilidad por dejar a su familia, desapego y desarraigo, nostalgia y frustración. Para las mujeres migrantes los eventos traumáticos dentro de la migración se viven como duelos y ruptura emocional por la familia, los amigos, la cultura, y pueden llegar a afectarlas significativamente (Batle, 2016), si el migrante se siente maltratado, se vulnera todo su estado emocional (Martínez *et al.*, 2020). En uno de los testimonios una migrante nos comenta que en una de las comunidades a donde llegó al migrar, que estaba muy dentro de la sierra, se empezó a deprimir, ya que pasaba mucho tiempo sola y el esposo no la dejaba trabajar.

B: Estaba hermoso, pero para mí era... hasta miedo me daba... era una cabaña como de dos plantas... el cuarto que nos dejó quedaba pegado casi con el techo, muy muy bonita, pero a mí eso me deprimió mucho, porque yo no veía a nadie, ora sí que prácticamente vivíamos solos, los señores bajaban a trabajar al pueblo, las niñas a la escuela y nada más se quedaba la viejita... La esposa trabajaba en un hotel restaurante... todo el día sola... porque yo no bajaba ni al mandado, mi esposo... con la niña convenciendo, yo no podía ni

salir... yo si le decía a mi esposo “yo aquí sí me voy a morir, yo no quiero estar aquí. Yo me quiero mejor regresar a México”.

Dentro de este testimonio, la migrante cuenta que logró salir de esta situación gracias a que su esposo empezó a trabajar y pudo juntar algo de dinero para moverse a otra casa, y convenció a su esposo de dejarla trabajar.

B: Encontramos una casa compartiendo con una pareja... yo le decía que yo quería trabajar y no quería dejarme, “yo quiero irme a trabajar al fill, al campo”, me decía que no y que no, al fin lo convencí... trabajaba 10 horas diarias de lunes a sábado.

Esto muestra las formas en las que las migrantes elaboran procesos cognitivos importantes para poder enfrentar las adversidades de forma positiva, y también se observa una forma de resignificación de los roles tradicionales de género, ya que estar en un país en donde las mujeres son parte importante de la fuerza laboral fue uno de los motivantes que la migrante encontró para que su esposo aceptara que ella trabajara. Mendoza (2019) menciona que el empoderamiento de las mujeres dentro de las migraciones tiene un alto impacto en sus vidas y en las relaciones de género dentro de las familias y promueve un desarrollo personal positivo en las migrantes; a la vez que hace que aparezcan tipos de familias diferentes a las tradicionales.

Por otro lado, dentro de las adversidades que los y las migrantes enfrentan del contexto y los procesos sociales se encuentran con que todo es nuevo y desconocido, es un país considerado de primer mundo, con ciudades y leyes diferentes, no cuentan con derechos como el acceso a servicios de salud, tienen indefensión jurídica y miedo ante su situación legal, obstáculos en el sector educativo y no pueden obtener un trabajo digno, por lo que el proceso de adaptación será complicado y requiere de mucho tiempo (Pérez-Soria, 2017). En su testimonio una migrante nos comenta la experiencia que vivió su hermana, ya que en su situación de irregularidad migratoria al estar embarazada y no contar con documentos le daba mucho miedo buscar apoyo de los servicios básicos de salud para atenderse.

D: Fíjate que ella, de su primer hijo fue mamá indocumentada, todavía no arreglaba. Ella tenía mucho miedo, no tenía dinero, primero, no tenía acceso a salud, tenía miedo de ir a buscar el medicare, porque tenía miedo de que la “agarraran”.

Entre las estrategias construidas por las migrantes están las redes de apoyo social, que son consideradas ejercicios de resiliencia cultural, como los colectivos o clubes de migrantes, los familiares y migrantes de su comunidad que están en Estados Unidos y las iglesias; esto es lo que va a permitir que las personas migrantes puedan establecerse y permanecer en el lugar de destino; esto les sirve de andamiaje para procesar la nueva cultura y poder establecerse en el lugar de destino, así como para enfrentar las adversidades del contexto, la discriminación, la xenofobia, la violencia y los abusos a sus derechos humanos; de no contar con estos vínculos, la situación se complejiza y los desafíos que tendrá que enfrentar el migrante serán muchos (Martínez *et al.*, 2020).

Por tanto, debemos comprender que las redes sociales, muchas veces impulsadas por las familias, son de los factores externos determinantes para posibilitar que las personas migrantes se adapten de forma positiva. Sajquim de Torres y Lusk (2018) mencionan el importante papel protector de las redes de confianza entre migrantes para facilitar la adaptación, estas redes sociales posibilitan la interacción, la comunicación, la construcción de una comunidad de apoyo-capital social y ayudan a la preservación de la cultura; las autoras consideran estos elementos fundamentales para la adaptación positiva en el país de destino.

En su testimonio, la migrante cuenta lo difícil que fue para su hermana que ella decidiera regresar a México, pero describe que ahora duran al teléfono muchas horas, lo que permite a su hermana lidiar con los sentimientos de tristeza y estrés; estas prácticas se convierten en algunas de las estrategias que utilizan las mujeres para tener vínculos cercanos e íntimos, así se contienen las relaciones a distancia y son prácticas de cuidado emocional (Zapata Martínez, 2009).

D: Me fui a vivir a dos, tres cuadras, pero fue muy doloroso, después decidí venirme para acá [a México]. Dice que ella [la hermana] me extrañó y me

extraña y siempre cuando hablamos, hablamos 5 horas, mi hermana, “que esto y que lo otro, y cuando venías que íbamos aquí, te acuerdas de que caminábamos por esta calle y por esta”, es hablar de su anhelo.

Dentro de los testimonios se observan otras actitudes y prácticas por parte de las mujeres migrantes que les han permitido la resiliencia socio-cultural, como el contacto que las migrantes buscan en otras mujeres migrantes, esto ha permitido que ellas puedan trabajar, tener momentos de esparcimiento y formar colectivos en búsqueda de mejores condiciones de vida en Estados Unidos. Entre estas actividades encontramos que ellas se organizan para pasar por los hijos o hijas a las escuelas, asistir a la iglesia, compartir las celebraciones; lo que propicia vínculos no sanguíneos, como los compadrazgos y los matrimonios (Gonzalvéz-Torralbo, 2016; Monreal *et al.*, 2019).

Reflexiones finales

Los testimonios dan cuenta de algunas de las situaciones que enfrentan las mujeres migrantes en los diferentes momentos por los que atraviesan dentro de la migración; a partir de estos relatos es que entendemos las actitudes resilientes que ayudan a las migrantes tanto en lo individual como en lo colectivo a salir adelante bajo contextos de vulnerabilidad.

Por lo anterior es que podemos considerar que entre los factores que ayudan a las mujeres a afrontar las adversidades y que forman parte de la capacidad de resiliencia están la familia, la fe y las características personales, como la autoestima y el sentido del humor; esos factores pueden complementarse con las cualidades y prácticas de cuidado como empatía, afecto, creatividad, autoeficacia y empoderamiento, lo que genera autonomía, sentido de identidad, autoconocimiento y habilidad para comunicarse, la habilidad para resolver problemas al interior de la familia y en los trabajos, elaborar estrategias para poder sobrevivir en su condición irregular migratoria, así como la capacidad de solicitar ayuda y resguardarse en las comunidades migrantes, clubes o asociaciones (Gentil, 2009).

Sajquim de Torres y Lusk (2018) concluyen que las mujeres migrantes, pese a que comparten características como acoso, explotación, discriminación, pobreza y estigma también comparten la capacidad de resiliencia, el bienestar y su adaptación al cambio; desarrollan una disposición positiva, ya que son desafiadas y van desarrollando la conciencia de que la adversidad es parte de la vida, y lo ven como una oportunidad para crecer y aprender; y tienen en común cuatro marcadores de resiliencia: (a) fuerza (fortaleza, responsabilidad, voluntad); (b) poder (no hay excusas u obstáculos que las detengan); (c) ganas (deseo que tienen de vivir, de luchar, de mejorar); y (d) amor (autoestima y amor propio).

Entender los testimonios de mujeres inmersas en la migración, supone que se tienen que revisar a partir de la complejidad de la realidad social, que conlleva las desigualdades, las jerarquías y las condiciones de género/creatividad /derechos humanos y ciudadanía activa.

Otra de las dimensiones que consideramos importante de involucrar en las investigaciones de las familias transnacionales es la distinción del estatus migratorio al interior de los hogares, esto implica que la experiencia de la migración esté atravesada por condiciones sociales y políticas. Estas condiciones impactan en la organización interna familiar, al separar y segregar miembros de las familias con diferentes estatus migratorios, para conocer los mecanismos de resiliencia y cuidados en torno a esta condición.

Para concluir, se propone continuar con los trabajos sobre el papel de la mujer en el proceso migratorio desde la interseccionalidad, analizar los riesgos y las consecuencias a las que se enfrentan las mujeres migrantes que buscan integrarse a un país donde sus condiciones son precarias y de vulnerabilidad para conocer las situaciones y los contextos concretos a los que se enfrentan, desde una perspectiva que reconozca que los grupos migrantes no son heterogéneos, y cada uno de ellos tiene necesidades específicas y únicas.

En el caso del presente trabajo se busca resaltar el papel protagónico e importante de la mujer migrante dentro del proceso migratorio, al interior de los hogares y de las comunidades migrantes, reconociendo su capacidad de toma de decisiones en las relaciones de género y en el posicionamiento de una búsqueda por el reconocimiento de sus derechos.

Referencias

- Asakura, H. (2011). Reorganización y reacomodos afectivos en familias transnacionales: estudio de caso con migrantes de Santa Cecilia (Oaxaca) en Seattle (Washington). *Espacialidades*, 1(1). 45-71. <http://espacialidades.cua.uam.mx/ojs/index.php/espacialidades/article/view/23>
- Asakura, H. (2021, septiembre 23 y 24). Migración, violencia y género. Cuerpos femeninos y control territorial: violencia sexual contra las mujeres migrantes centroamericanas. [Mesa 2]. *1er Congreso Internacional de Violencia en las Migraciones, del Cuerpo al Estado*. Morelia, Michoacán, México. https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=538746890546706
- Batle, M. M. (2016). *Capacidad de resiliencia en la mujer inmigrante y su fortalecimiento desde los servicios sociales*. UIBrepositori. <http://hdl.handle.net/11201/1613>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146. <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/155347>
- Castro, Y. N. (2005). Teoría transnacional: revisitando la comunidad de los antropólogos. *Política y Cultura*, (23), 181-194. <https://www.scielo.org.mx/pdf/polcul/n23/n23a11.pdf>
- Carretero Palacios, A. (2014). Migraciones y género. La feminización de la migración transnacional. *Forinter2: Formación de Interculturalidad y Migraciones*. https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/migraciones_genero.pdf https://www.academia.edu/36426863/Migraciones_y_g%C3%A9nero_La_feminizaci%C3%B3n_de_la_migraci%C3%B3n_transnacional
- Cerda, J. (2014). Las familias transnacionales. *Espacios Transnacionales: revista latinoamericana-europea de pensamiento y acción social*, 1(2), 78-88.
- Ciurlo, A. (2014). Género y familia transnacional. Un enfoque teórico para aproximarse a los estudios migratorios. *Revista Científica General José María Córdova*, 12(13), 127-161. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=476247221005>
- Correa-Cabrera, G. (2014). Seguridad y migración en las fronteras de México: Diagnóstico y recomendaciones de política y cooperación regional. *Migración y Desarrollo*, 12(22), 147-171. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-75992014000100006&lng=es&tlng=es
- Cueto, J. S. (2020). *Resiliencia sociocultural de familias mexicanas transnacionales en Phoenix, Arizona, frente al contexto adverso antiinmigrante en los Estados Unidos de América en la era de Trump*. Tesis de Doctorado en Estudios Regionales con Énfasis en América del Norte. México: Universidad Autónoma de Sinaloa. https://drive.google.com/file/d/1Rfvz3Nvnnscitg_eRx5jwu3mnxPNUL4e/view
- Gentil, I. (2009). Salud y Mujeres Inmigrantes Latinoamericanas: Autoestima y Resiliencia. *Index de Enfermería*, 18(4), 229-233. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962009000400003&lng=es&tlng=es
- González-Torralbo, H. (2016). Los cuidados en la migración transnacional. *Sur Revista*

- Internacional de Derechos Humanos*, 13(24), 43-52. <https://sur.conectas.org/wp-content/uploads/2017/02/4-sur-24-esp-herminia-gonzalvez-torralbo.pdf>
- González, V. (2005). El duelo migratorio. *Trabajo Social*, (7), 77-97 <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8477/9121>
- Granada, I., Ortiz, P., Muñoz, F., Saldarriaga, A., Pombo, C., y Tamayo, L. (2021). *La migración desde una perspectiva de género: ideas operativas para su integración en proyectos de desarrollo*. Banco Interamericano de Desarrollo. <http://dx.doi.org/10.18235/0003110>
- Gregorio-Gil, C. (2017). ¿Por qué hablar de cuidados cuando hablamos de migraciones transnacionales? *QuAderns-e del Instituto Catalán de Antropología*, 22(2), 49-64. <https://raco.cat/index.php/QuadernselCA/article/view/333113>
- Iniciativa Kino para la Frontera, A. C. (2012). *Informe Anual 2012*. Nogales, Sonora: Iniciativa Kino para la Frontera A. C. <https://www.kinoborderinitiative.org/wp-content/uploads/2013/09/Kino-Border-annual-report-9-9-13.pdf>
- Martín, C. (2007). Nuevas direcciones para estudios sobre familia y migraciones internacionales. *Aldea Mundo*, 11(22), 55-66. <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=54302206>
- Martínez, D. T., Ceja, A., y Torres, N. (2020). Bienestar subjetivo desde las narrativas de migrantes en contextos transnacionales. Un estudio de caso. En O. López, y R. Enríquez (Eds.), *Gestión Emocional en Procesos Migratorios, Políticos y de Organización Colectiva en Latinoamérica y México* (pp. 73-102). México: UNAM, FES IZTACALA/ITESO. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1tcf2qw>
- Meléndrez, Y., y Ponce, C. D. (2019). *Resiliencia en inmigrantes: características, factores e instrumentos. Una revisión teórica*. Tesis de Bachiller en Psicología. Universidad Peruana Unión, Tarapoto, Perú. <https://1library.co/document/zx5wn3wq-resiliencia-inmigrantes-caracteristicas-factores-instrumentos-una-revision-teorica.html>
- Mendoza, Y. (2019). *El rol de la mujer migrante en familias transnacionales monoparentales, Puebla, México-Pensilvania, EUA durante el periodo 2000-2016*. Tesis de Maestría en Estudios de Migración Internacional. El Colegio de la Frontera Norte, Tijuana, México. <https://www.colef.mx/posgrado/tesis/uec2017318/>
- Micolta, A. (2005). Teorías y Conceptos asociados al estudio de las migraciones internacionales. *Trabajo Social*, (7), 59-76. <file:///C:/Users/almen/Downloads/Dialnet-TeoriasYConceptosAsociadosAlEstudioDeLasMigracione-4391739.pdf>
- Monreal Gimeno, M., Cárdenas Rodríguez, R., y Martínez Ferrer, B. (2019). Estereotipos, roles de género y cadena de cuidado. Transformaciones en el proceso migratorio de las mujeres. *Collectivus, Revista de Ciencias Sociales*, 6(1),
- Ojeda, N. (2009). Reflexiones acerca de las familias transfronterizas y las familias transnacionales entre México y Estados Unidos. *Frontera Norte*, 21(42), 7-30. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-73722009000200001&lng=es&tlng=es
- Palacios, A. (2015). Migraciones y género. La feminización de la migración internacional. *Forinter2: Formación de Interculturalidad y Migraciones*. https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/migraciones_genero.pdf

- Pardo, A. M. (2012). Análisis del espacio y el transnacionalismo. Una visión desde la geografía: el caso Morelos (México)-Minnesota (EE. UU.). *Revista Colombiana de Geografía*, 21(2), 45-58. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/rcg/article/view/25634/32861>
- Pérez-Soria, J. (2017). Migrantes Mexicanos en Estados Unidos: una revisión de la literatura sobre la integración, segregación y discriminación. *Estudios Fronterizos*, 18(37), 1-17. <https://doi.org/10.21670/ref.2017.37.a01>
- Ramos, J. M. (2012). México-Estados Unidos: problemas y retos en seguridad fronteriza en la Administración Obama. *Región y Sociedad*, 24(55), 5-40. <https://doi.org/10.22198/rys.2012.55.a135>
- Rebolledo Gámez, T., y Rodríguez Casado, M. (2014). Migraciones y género en el contexto mexicano: revisión de la literatura científica. *Foro de Educación*, 12(17), 165-185. <https://www.redalyc.org/comocitar.oi?id=447544539008>
- Sajquim de Torres, M., y Lusk, M. (2018). Factores que promueven la resiliencia entre las mujeres inmigrantes mexicanas en los Estados Unidos: Aplicación de un enfoque de desviación positiva. *Estudios Fronterizos*, 19, e005. <https://doi.org/10.21670/ref.1805005>
- Santana, L. A. (2016). *Resiliencia e inmigración: emigrando de la adversidad, inmigrando hacia la resiliencia*. Trabajo de Fin de Grado de Psicología. Universidad de la Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/2591/Resiliencia%20e%20inmigracion%20emigrando%20de%20la%20adversidad,%20inmigrando%20hacia%20la%20resiliencia.pdf?sequence=1>
- Simpson, M. G. (2000). *Resiliencia Sociocultural*. Colombia: Bonum.
- Uriarte, J. D. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Psicodidáctica*, 10(2), 61-79. <https://www.redalyc.org/comocitar.oi?id=17510206>
- Vila, A., Fernández, E., y Del Carpio, P. (2016). Migración en tiempos de crisis: exploraciones del concepto de resiliencia social transnacional en Apaseo el Alto, Guanajuato, México. *Revista Interdisciplinaria de Movilidad Humana*, 24(46), 159-175. <https://www.redalyc.org/comocitar.oi?id=407045589011>
- Zapata Martínez, A. (2009). Familia transnacional y remesas: padres y madres migrantes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7(2), 1749-1769. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2009000300024&lng=en