

PROCESO MIGRATORIO Y AJUSTE PSICOLÓGICO DE LAS MUJERES LATINOAMERICANAS Y MAGREBÍES: UN ANÁLISIS DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO

LATIN-AMERICAN AND MAGHREBIAN WOMEN MIGRATORY PROCESS AND PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT: FROM A GENDER POINT OF VIEW

EDURNE ELGORRIAGA*, AINARA ARNOSO*, CRISTINA MARTÍNEZ-TABOADA* Y NEKANE OTERO**

Resumen: *En el presente trabajo se describe el proceso migratorio y el ajuste psicológico de las mujeres inmigrantes que residen en el País Vasco. Se analiza el nivel de estrés percibido y su asociación con variables psicosociales desde la perspectiva de género.*

La muestra está compuesta por 206 mujeres inmigrantes, el 61,2% de países de Latinoamérica y el 38,8% del Magreb.

En general, el balance que realizan sobre el proceso migratorio y su bienestar es positivo, sin embargo, las dificultades derivadas de este proceso, y todos los cambios que supone la inmigración, influye en el ajuste psicológico de las mujeres inmigrantes.

Se comprueba que el estrés percibido viene explicado, en parte por la influencia del mismo proceso migratorio, el nivel formativo, la condición residencial y el balance de su situación, elementos atravesados por factores como el género y/o el grupo cultural de pertenencia.

* Universidad del País Vasco.

** Cruz Roja Guipúzcoa.

Palabras claves: *Mujer inmigrante; Proceso migratorio; Ajuste psicológico; Estrés percibido; Perspectiva de género.*

Abstract: *This study examines the migratory process and psychological adjustment of immigrant women currently residing in the Basque Country. Perceived stress is analyzed in relationship with relevant psychosocial variables from a gender perspective. The sample consisted of 206 immigrant women, proceeding from Latin America (61.2%) and Maghreb (38.8%).*

The participants' self-assessment of migratory and well-being was in overall positive, however, the difficulties derived from this process, and the migratory changes, influence the psychological adjustment of immigrant women.

Results revealed that perceived stress is affected by the migratory process, educational level, residential status, and the balance of their situation, the elements crossed by factors as gender and/or cultural origin.

Keywords: *Immigration; Migratory process; Psychological adjustment, Perceived stress; Gender view.*

1. INTRODUCCIÓN

1.1. La invisibilidad de las mujeres y motivos migratorios

El colectivo de mujeres inmigrantes ha sido invisible para la sociedad, las migraciones y las investigaciones durante muchos años (Gregorio, 1997; Parella, 2003; Solé, 2000). Hasta hace pocas décadas, el hombre era el protagonista de los movimientos humanos. Las explicaciones utilizadas para analizar las migraciones se basaban en los motivos económicos como razón de partida, y en el sistema productivo-reproductivo, para el reparto laboral. De este modo, entre los siglos XVIII y XX se calificaban de autónomas las migraciones masculinas, e inexistentes o asociativas las femeninas (Lipszyc, 2004). El papel de la mujer, se enmarcaba dentro de su familia, sin tener en cuenta la posibilidad de una emigración laboral (Izzard, 1985). Los estudios pioneros sobre la mujer inmigrante argumentaban que iniciaban el viaje por causas sociales, como la viudedad, separación o evitación de matrimonios indeseados.

Desde los años 80 las mujeres han ido obteniendo relevancia en los procesos migratorios, al ser ellas muchas veces, las que inician y arrastran al resto de su familia. En la actualidad se está produciendo una feminización de la inmigración en la que la mujer se traslada, al igual que el del hombre, por motivos laborales, aunque como razones secundarias aparezcan las ganas de aumentar su formación, la reagrupación y encontrar una estabilidad afectiva, frente a la libertad y el dinero que mueve más a los hombres (Izquierdo, 2000).

Si consideramos los modelos utilizados en el análisis de las migraciones bajo la perspectiva de género, Gregorio (1997) propone uno centrado en el grupo doméstico y en las redes sociales. Se entiende que el grupo doméstico está formado por diferentes personas que se encargan de la subsistencia familiar, siendo hombres y mujeres los encargados del trabajo productivo y reproductivo. Por otro lado, está la red migratoria, constituida por los contactos de la sociedad de origen y de acogida, que determinan que la persona inmigrante sea el hombre o la mujer.

1.2. La dimensión cultural en el análisis de las migraciones femeninas

Para lograr un acercamiento más preciso a las condiciones y realidades de la población inmigrante es necesario estudiar las características personales y contextuales, diferenciando la situación premigratoria y posmigratoria (Berry, 1997; Ward, Bochner y Furnham, 2001). Entre estas variables, la cultura, al hablar de valores, normas y costumbres, toma una especial importancia, ya que facilita la comprensión de las relaciones y demandas que surgen en la sociedad receptora y de origen. En este sentido, se ha comprobado que la posición que las mujeres tienen en las diferentes sociedades, condiciona la percepción de los cambios que la emigración provoca en ellas, así como las obligaciones que tienen con su familia (Gregorio y Ramírez, 2000).

En la sociedad latinoamericana, como consecuencia de los cambios políticos vividos en los últimos 30 años, la mujer ha logrado mayor participación social y ha aumentado su nivel formativo y su experiencia laboral (Chant y Craske, 2007). Sin embargo, todavía en algunos países su trabajo, sea dentro del mercado de trabajo formal o informal, no es reconocido ni social ni económicamente (Gregorio

y Ramírez, 2000). A pesar de ello las circunstancias de la sociedad de origen y las ofertas y apoyo recibido desde la sociedad receptora, han hecho que las mujeres hayan adquirido un protagonismo clave en las trayectorias migratorias latinoamericanas y en la jefatura del hogar (Gregorio, 1997).

En cuanto a la población magrebí, en la década de los 80 las mujeres vinculadas o no a sus maridos, comenzaron a emigrar para integrarse en el mercado laboral internacional (Khachani, 2003). Sin embargo, aunque hayan pasado 30 años, la migración magrebí femenina sigue siendo el colectivo que más dificultades encuentra en las sociedades occidentales (Soriano y Santos, 2002): tienen peor formación que los hombres (Izquierdo, 2000) y aunque se han incorporado al mercado laboral, su experiencia profesional es menor. Esto se debe a que en la sociedad de origen, se prima la figura de la mujer como ama de casa, madre y esposa, y se penaliza el descuido de este papel. Así, el trabajo femenino exterior no es visto como algo deseado y que ayuda a conseguir autonomía sino como una obligación (Gregorio y Ramírez, 2000).

Teniendo en cuenta estos aspectos, aunque en ambos grupos las mujeres contribuyen de manera importante durante la inmigración al mantenimiento de sus hogares en origen, el papel adoptado difiere de unas a otras. En la población latinoamericana, el papel de la mujer es fundamental en el país de origen y continúa con la emigración. Sin embargo, en la sociedad magrebí la jefatura de la familia corresponde a los varones y la emigración de las mujeres no ha supuesto, en la mayoría de los casos, un relevo de este papel. Las mujeres magrebíes contribuyen al mantenimiento del hogar pero el grado de responsabilidad es menor al de las mujeres latinoamericanas: mientras que la inmigrante magrebí se hace cargo de la familia para poder conseguir algo extra, como renegociación de su posición o prestigio, la latinoamericana asume este papel como un objetivo prioritario en su proceso migratorio (Gregorio y Ramírez, 2000).

1.3. Factores sociales, sobrecarga de roles y ajuste psicológico en las mujeres inmigrantes

La transición de una sociedad a otra es considerada como un evento vital que conlleva múltiples cambios que influyen en el grado de estrés percibido y en el bienestar (Ward y cols., 2001). Además, la

migración está ligada al duelo migratorio derivado de la separación con el país de origen y con todo lo afectivamente significativo (Achoategui, 2002), que puede derivar en un estrés prolongado cuando la elaboración de las pérdidas resulta dificultosa (Achoategui, 2008).

Al considerar los procesos migratorios y su impacto en la esfera psicológica, Berry (1997) hizo una clasificación de los diferentes trabajos en tres niveles: impacto leve, cuando la adaptación implica el aprendizaje de habilidades específicas; moderado, entendido como un proceso de estrés de aculturación que puede ser superado; y grave, cuando las dificultades se manifiestan a través de problemas de salud mental. En esta línea, el ajuste psicológico, entendido como la satisfacción emocional o los procesos de estrés y afrontamiento de las personas inmigrantes (Ward y Kennedy, 1993), se encuadraría dentro del segundo nivel.

Son muchos los factores que explican el ajuste psicológico: en primer lugar, las características sociales, políticas y demográficas de la sociedad de origen y de destino; y en segundo lugar, variables personales y de la situación de adaptación, como la edad, el género, la educación, el motivo migratorio, las expectativas, la distancia cultural, el tiempo de permanencia, el apoyo social y la percepción de discriminación (Berry, 1997; Ward y cols., 2001).

Entre estas variables, el género y el origen cultural son de especial relevancia, porque determinan en parte las características y dificultades del proceso migratorio. A las personas que proceden de países con mayor distancia cultural les supone un mayor sobre-esfuerzo el entender y acomodarse al nuevo lugar. En general, se ha comprobado que esa distancia se asocia a dificultades de aprendizaje social, mayores niveles de estrés y dificultades psicológicas (Berry, 1997; Jasinskaja-Lahti, Liebkind y Perhoniemi, 2006; Ward y cols., 2001).

Por otro lado, la mujer inmigrante está sometida a mayor presencia de estresores (Achoategui, 2002) y manifiesta niveles más altos de estrés que los hombres (Berry, 1997; Jasinskaja-Lahti y cols., 2006). Asimismo, las mujeres inmigrantes están expuestas a más problemas asociados con la deprivación social y los conflictos de valores (Aroian, Chiang y Chiang, 2003). Padecen con frecuencia una triple discriminación por ser extranjeras, mujeres y en muchos casos de otras etnias (Parella, 2003; Solé, 2000). Además, su situación en el ámbito social, asistencial, económico, laboral y legal, es de precariedad e inferioridad (Standing, 2000), aunque esta desigualdad es más

destacable en el área laboral. El puesto de trabajo comporta muchas situaciones de discriminación no sólo en términos salariales, sino en las condiciones que viven, como son la ausencia de contrato, horas extras no pagadas, horarios exhaustivos, nocturnos y/o de fines de semana (Bermúdez, 2004). No se las considera como trabajadoras imprescindibles para el proceso productivo, sino substitutivas del trabajo masculino o del trabajo de mujeres autóctonas. De esta forma, se perpetúa la situación de discriminación que supone trabajar en actividades no cualificadas o de cualificación inferior al nivel de formación (Solé, 2000).

La sobrecarga y cambio de roles es una de las explicaciones más utilizadas para poder entender la salud de las mujeres (Chandola y cols., 2004; Martikainen, 1995). Esta explicación cobra mayor fuerza al tratar el ajuste psicológico de la población inmigrante, en la medida en que la emigración produce cambios en la estructura familiar, en los roles de sus miembros y en las condiciones económicas. A menudo se producen conflictos entre las expectativas de rol femenino tradicional y aquellas del país receptor, lo que provoca ambigüedad y malestar (Aroian y cols., 2003). Esta situación afecta sobre todo a las mujeres que asumen la jefatura del hogar, que se enfrentan a las dificultades de su familia y al desarraigo social y emocional que generan los entornos desconocidos (Mogollón y Vázquez, 2006).

Tradicionalmente, al igual que los estudios de las migraciones, las investigaciones en torno al bienestar psicológico, han estado muy centradas en variables preconcebidas para entender la salud de los hombres, sin tener en cuenta suficientemente otros aspectos que afectan principalmente a las mujeres (Rohlf y cols., 2000). Los trabajos sobre el ajuste psicológico que han tenido presente a la mujer, han considerado que son los aspectos relacionados con el género, como los conflictos de roles y las mayores preocupaciones afectivas, los que explican la mayor vulnerabilidad de la mujer (Caro, 2001; Samarasinghe y Arvidsson, 2002).

Teniendo en cuenta lo mencionado hasta el momento, en este trabajo se describe el proceso migratorio y el ajuste psicológico de las mujeres latinoamericanas y magrebíes que se encuentran en el País Vasco. Además, se analiza el nivel de estrés percibido y su asociación con variables psicosociales desde la perspectiva de género. Dada la relevancia de la dimensión cultural y el género, se espera encontrar diferencias en las características del proceso migratorio de las mujeres latinoamericanas y magrebíes, y en estas últimas ob-

servar un peor ajuste psicológico y mayor prevalencia de sintomatología psicológica. Por último, se espera que las variables ligadas a la sobrecarga de roles y a las situaciones emocionales expliquen el estrés de las mujeres inmigrantes, con algunas especificidades en los factores explicativos en cada uno de los grupos.

2. METODOLOGÍA

Este estudio ha combinado diversas estrategias metodológicas, cuantitativas y cualitativas, a través de entrevistas semiestructuradas y grupos de trabajo con mujeres inmigrantes y agentes del tercer sector y de la administración pública de las áreas de intervención social con población inmigrante.

2.1. Muestra

La muestra está compuesta por 206 mujeres inmigrantes que viven en el País Vasco. El 38,8% proviene de países del Magreb (Marruecos y Argelia) y el 61,2% de países Latinoamericanos (Colombia, Argentina, Ecuador, República Dominicana, Bolivia y Perú). Más de la mitad de la muestra lleva menos de 5 años en la sociedad receptora (el 12,9% menos de un año, el 18,3% entre 1 y 3 años, y el 26,2% entre 3 y 5 años).

2.2. Instrumento

Se ha utilizado un instrumento en el que se han integrado una serie de variables que analizan el perfil psicosocial de esta población: sociodemográficas (sexo, edad, estado civil y situación familiar), premigratorias (motivo migratorio, ocupación laboral en su país) y posmigratorias (tiempo de permanencia, nivel de formación alcanzado, situación laboral, jurídico-administrativa, residencial, necesidades demandadas, redes sociales y discriminación percibida).

Además, se han integrado diversos indicadores de ajuste psicológico (balance de su situación actual y dos instrumentos estandarizados para analizar el estrés percibido y la satisfacción con la vida).

El estrés percibido se ha medido con la versión al castellano del Perceived Stress Scale (PSS-14) de (Cohen, Kamarak y Mermelstein, 1983) realizada por Remor y Carrobles (2001).

Para medir la Satisfacción con la vida se ha utilizado la escala SWLS, Scale with life satisfaction, de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985) en la versión al castellano de Atienza y cols., (2000).

Asimismo, para poder analizar la presencia de sintomatología se ha integrado el PRIME-MD (Spitzer, 1994) en su versión castellana (Baca y cols., 1999), un instrumento que fue creado basándose en los criterios diagnósticos de DSM-IV, para ser utilizado en atención primaria. Es de fácil pasación y comprensión, y describe las personas que se encuentran en riesgo de desarrollar un trastorno psicológico en diferentes áreas: somática, depresiva y ansiosa.

2.3. Procedimiento

Al tratarse de una investigación transcultural y para evitar en la medida de lo posible determinados sesgos, se han tenido en cuenta diferentes aspectos metodológicos (Páez y Vergara, 2000): se han traducido los instrumentos utilizados a los idiomas más frecuentes (francés y árabe), y, para algunas de las entrevistas se ha contado con la colaboración de un mediador intercultural del Magreb.

La mayoría de las entrevistas han sido realizadas en Cruz Roja previa aprobación de la Junta directiva de la entidad, a personas que demandan diferentes tipos de servicios. Asimismo, también se ha entrevistado a mujeres que no acuden a instituciones y que son autónomas socialmente. Para ello se utilizó la técnica de bola de nieve o cadena, que consiste en contactar con las personas, a partir de otras personas conocidas, de modo que se va tejiendo una red comunicativa y de participación.

La cumplimentación de los cuestionarios se realizó mediante una entrevista semiestructurada. La duración de la entrevista fue de cuarenta y cinco minutos y se garantizó el anonimato de las personas que voluntariamente participaron en el estudio, quienes fueron debidamente informadas de los objetivos del mismo.

Por otro lado, y con el fin de profundizar en la investigación y dar explicación a los datos obtenidos con el cuestionario, se han incorporado algunas de las aportaciones de las investigaciones

sobre mujer e inmigrante desarrolladas por Mugak —SOS Racismo— Guipúzcoa, y se han llevado a cabo dos grupos de discusión. Un primer grupo de mujeres inmigrantes representantes de los distintos países extracomunitarios con mayor representación de población en nuestro contexto: la comunidad latinoamericana, la magrebí, la subsahariana, y la de Europa no comunitaria. La selección de la muestra que constituiría el grupo, se realizó en base a los perfiles socioculturales, edad y situación jurídico-administrativa. Participaron ocho mujeres, con la siguiente distribución según comunidad de origen: cuatro provenían de países de Latinoamérica, dos de países del Magreb, una del África Subsahariana y una de la Europa no comunitaria

Asimismo, se realizó un segundo grupo compuesto por agentes sociales clave, miembros del ámbito institucional y del tejido asociativo que trabajan en el ámbito de la inmigración.

Se utilizó un guión de preguntas abiertas a debatir relacionadas con las cuestiones del instrumento cerrado y con los resultados obtenidos. Los resultados fueron debatidos por las entrevistadas. Bajo consentimiento de las personas participantes, la información obtenida mediante el debate fue grabada y transcrita para poder ser trabajada realizando un análisis de contenido, el cual ha permitido profundizar en torno a un conjunto de categorías que responden a variables de orden psicosocial de interés teórico para la investigación.

3. RESULTADOS

3.1. Características sociodemográficas y familiares

Las mujeres inmigrantes que residen en el País Vasco y que han participado en el estudio son jóvenes. Más del 60% tiene entre 18 y 40 años y tan sólo un 1% es mayor de 55 años. Las mujeres magrebíes son más jóvenes que las latinoamericanas ($X^2(3)=9,21$; $p=.027$). En cuanto al estado civil se encuentra el mismo perfil en ambos grupos: el 39% son solteras, el 35,6% están casadas, el 3,9% viven en pareja, el 18% separadas, y el 3,4% viudas.

Con relación a las redes familiares la situación es muy similar, el 35,6% tienen pareja y en el 80% de los casos están con ella. Hay

más mujeres latinoamericanas que son madres, el 76,2% frente al 41,3% de las magrebíes ($X^2(1)=25,52$; $p=,000$). Sin embargo, en ambos grupos el 20% de las mujeres que tienen hijas e hijos, no están junto a ellos/as.

Así, muchas de las mujeres entrevistadas tienen aquí a su familia, formada por pareja e hijos e hijas, o solamente por estos últimos. Se encontraron también muchos casos de mujeres solas y sin cargas familiares, siendo un patrón de conducta bastante habitual el de emigrar solas.

Muchas de las mujeres que emprenden el proceso migratorio en solitario, a pesar de que puedan tener hijos e hijas, es frecuente que estén sin pareja, es decir, sean madres solteras, separadas de sus compañeros o viudas, en consecuencia jefas de familia (20,9%). En estos casos, la mujer toma el peso del proyecto migratorio. Ha adquirido la responsabilidad de venir, de sostener y de reagrupar, tanto al marido como a los hijos e hijas o el resto de la familia.

En el caso de las mujeres inmigrantes que no tienen pareja y tienen hijos e hijas en origen, éstos suelen quedar bajo el cuidado de la familia, generalmente de la abuela materna. Normalmente, una vez se ha estabilizado la situación de la madre, la tendencia suele ser la de la reagrupación.

A pesar de que el proyecto se emprenda en solitario, contar con un núcleo familiar en el lugar de llegada, constituye uno de los elementos de soporte más importantes. En los últimos años, la mayoría viene a través de alguna referencia que normalmente suele ser familiar. El porcentaje de mujeres que tiene a más familiares que viven en la sociedad receptora es similar en los dos grupos culturales, el 56,8% tiene parientes que viven cerca ($X^2(1)=1,05$; $p=,188$), lo cual significa tener una plataforma de llegada, tener las necesidades básicas cubiertas y acceder a la información más básica, además de contar con parte del cariño y el apoyo familiar.

TABLA 1
CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS Y FAMILIARES

	TOTAL	MAGREB	LATINOAMÉRICA	
<i>Edad</i>				
- 18-24 años	12,6%	20%	7,9%	$X^2(3)=9,21; p=,027$
- 25-39 años	53,9%	55%	53,2%	
- 40-54 años	32,9%	25%	37,3%	
- 55-69 años	1%	-	1,6%	
<i>Estado civil</i>				
- Casada	35,6%	35%	36%	$X^2(4)=6,13; p=,189$
- Separada	18%	20%	16,8%	
- Viuda	3,4%	2,5%	4%	
- Soltera	39%	42,5%	36,8%	
- Vive en pareja	3,9%	--	6,4%	
<i>Tiene pareja</i>	44,7%	37,5%	49,2%	$X^2(1)=2,71; p=,115$
<i>La pareja está aquí</i>	81,7%	80%	82,5%	$X^2(1)=,088; p=,487$
<i>Hijos-hijas</i>	62,6%	41,3%	76,2%	$X^2(1)=25,52; p=,000$
<i>Hijos-hijas aquí</i>	76,9%	81,3%	75,3%	$X^2(1)=,465; p=,338$
<i>Jefas de familia</i>	20,9%	16,3%	23,8%	$X^2(1)=1,69; p=,221$
<i>Otros familiares</i>	56,8%	61,3%	54%	$X^2(1)=1,05; p=,188$

3.2. Motivo migratorio

Los motivos para emigrar son complejos y diversos. A las variables de contexto (situación económica y política del país, articulación desigual de mercados globales, pérdida del nivel adquisitivo, etc.), deben sumarse el modo en que se estructuran las relaciones de género, los referentes migratorios de hombres y mujeres, las redes migratorias, las estrategias familiares, las redes socioeconómicas tejidas por mujeres y su protagonismo en la economía familiar.

Estas razones de partida se dan de manera desigual en los dos grupos ($X^2(4)=24,44; p=,000$). Si la principal razón de partida para las latinoamericanas es la económica (72,2%), en el caso de las magrebíes el factor económico es mencionado por el 46,3%, tomando relevancia la reagrupación familiar (27,5%) y otros motivos (16,3%).

De las entrevistas realizadas supimos que varias veces, el desencadenante de la migración es una repentina situación familiar ajustada por la crisis del país donde la madre, cabeza de familia se queda sin trabajo y opta por migrar. También se encuentran situaciones derivadas de grandes dificultades económicas y vivir en un contexto de violencia.

Hay mujeres que emigran en otras condiciones, se trata por ejemplo de aquéllas que lo hacen por vía de la reagrupación familiar. Ello facilita la situación de estas mujeres una vez llegadas aquí, pero exige contar con una contraparte en el país receptor que haya podido realizar las gestiones necesarias para conseguir una oferta de trabajo o abordar el proceso de reagrupación.

En otros casos, el motor migratorio se relaciona con curiosidad, formación universitaria y emparejarse con una persona de destino, más que con problemáticas previas.

TABLA 2
MOTIVO MIGRATORIO

	TOTAL	MAGREB	LATINOAMÉRICA	
<i>Motivo migratorio</i>				
Económico	62,1%	46,3%	72,2%	X ² (4)=24,44; p=,000
Refugio político	3,4%	5%	2,4%	
Formación	7,8%	5%	9,5%	
Reagrupación familiar	14,6%	27,5%	6,3%	
Otros	12,1%	16,3%	9,5%	

3.3. Situación postmigratoria: factores sociales y de integración

Una gran parte de las mujeres vienen de sus países con una profesión u oficio, ya sea porque se han formado académicamente o bien porque han adquirido una cierta experiencia laboral. Por lo tanto su formación es buena, el 43,2% tiene estudios secundarios y el 31% universitarios. Tan sólo el 25% tiene estudios primarios o menores. El nivel educativo de las mujeres latinoamericanas es superior al de las magrebíes (X²(5)=31,58; p=,000), todas ellas tienen estudios (secundarios o primarios) y el 36,5% ha accedido a la universidad. En cuanto a la magrebíes, si bien la mayoría cuenta con estudios primarios y secundarios y el 22,5% ha ido a la universidad, hay un 15% que llega con bajo nivel de estudios; son mujeres que, normalmente proceden de áreas rurales de África, con un nivel cultural bajo, carecen de una cualificación profesional o que incluso son analfabetas.

En el país de origen, la situación laboral era diferente en los dos grupos. El 74% de las mujeres del Magreb y el 91,1% de las latinoamericanas trabajaba ($X^2(5)=15,76$; $p=,003$) en alguna actividad como maestras, empleadas en fábricas, encargadas en una tienda de ropa, etc. En la actualidad, existen diferencias significativas ($X^2(5)=15,76$; $p=,003$) en cuanto a la situación laboral de ambos grupos: las mujeres latinoamericanas cuentan con mayores contratos indefinidos y temporales y hay más mujeres magrebíes desempleadas.

Hay que destacar las dificultades a las que se enfrentan las mujeres inmigrantes para acceder a un empleo de cualificación reconocida. La legislación de extranjería impide generalmente acceder a un primer permiso de trabajo para un ámbito laboral cualificado, aunque las personas tengan formación profesional o universitaria. Independientemente del nivel de estudios o cualificación profesional, van a entrar en el mercado de trabajo con un número muy limitado de actividades profesionales y se ven obligadas a trabajar en base a un catálogo de oficios de difícil cobertura. Dentro del segmento con mayor contratación de mujeres, el sector servicios, las posibilidades de regularización de las mujeres inmigrantes se reducen a las ocupaciones de empleada de hogar, sobre todo cuidadoras de personas ancianas, y en menor medida a los empleos más desvalorizados de la hostelería.

Para su incorporación a un empleo equivalente a aquél en el que ejercían antes de emigrar, en muchos casos sería necesario, además de la homologación de sus titulaciones, un proceso de reciclaje profesional. Comenzar con un itinerario de formación no va a ser fácil, ya que tienen que seguir trabajando y hacer frente a su vida cotidiana.

En cuanto a la situación jurídico-administrativa, la mayoría de las mujeres entrevistadas (90,3%) cuenta con permiso de residencia y trabajo definitivos. En cualquier caso, existen diferencias significativas entre los grupos ($X^2(2)=9,84$; $p=,007$), hay más mujeres latinoamericanas en situación irregular y más magrebíes con permisos temporales.

La falta de los permisos de residencia y trabajo, dificulta el acceso a recursos tan básicos como el empleo remunerado. Una vez iniciado el proceso migratorio, y al no poder acceder al mercado de trabajo formal, las posibilidades laborales de aquellas mujeres que no logran un permiso de trabajo están condenadas al trabajo sumergido, lo que significa, principalmente, trabajar en el servicio doméstico o en otros sectores poco regulados de la economía.

Este trabajo irregular o sumergido, tiene unas consecuencias claras para la parte empleada. Las mujeres inmigrantes sufren las con-

secuencias legales de su situación y la misma activa un círculo de limitaciones que se retroalimentan: sin permiso de trabajo no pueden cotizar a la seguridad social y por lo tanto, no tienen acceso ni a una baja, ni a vacaciones, ni a un subsidio de desempleo, y al no disponer de una nómina ni pueden solicitar un crédito, ni presentar un aval para alquilar una vivienda. Sin embargo, más allá de las consecuencias estrictamente legales de realizar un trabajo irregular, nos encontramos con la desprotección, la sensación de vulnerabilidad y las situaciones de explotación a las que se ven sometidas.

El espacio laboral, está estrechamente vinculado a la situación legal, donde la condición de temporalidad, la dependencia de un permiso de un año, el tener que renovarlo, tener cotizaciones y mantenerlas, implica un trabajo precario y/o a veces la necesidad de dos trabajos: uno declarado y otro no declarado, de manera que para pagar las cotizaciones de un primer trabajo se utilice un segundo trabajo.

La resolución de la necesidad de vivienda plantea a las mujeres inmigrantes uno de los mayores problemas en su adaptación. Por una parte, la carestía de la vivienda se presenta como una de las mayores dificultades. Disponer de una nómina formal o una manera de certificar sus ingresos como requisito habitual para conseguir un piso de alquiler es un obstáculo añadido. Además las mujeres inmigrantes se enfrentan a una barrera añadida, la negativa de las personas propietarias a alquilarles una vivienda por el hecho de ser extranjeras. Esta reacción xenófoba es percibida por gran parte de las mujeres entrevistadas.

Aun así, el 89,8% de las mujeres resuelven este problema a través de diversas estrategias. Las que tienen familiares aquí tratarán de vivir con estos, o establecerán convivencias mixtas de familiares y amistades. Otras, suelen llegar con la referencia de una persona conocida; con la dirección de otra persona de su país, o conocida de su familia que le brindan la primera acogida.

Sigue siendo abrumador el peso de la gente que accede a la vivienda en el mercado paralelo de habitaciones de alquiler, tanto las personas que están en situación regular o irregular. Es habitual que aquellas personas inmigrantes que logran alquilar un piso intenten economizar su precio arrendando habitaciones o compartiéndolas.

Para minimizar el coste del subarriendo, algunas mujeres procuran conseguir un empleo en modalidad como interna. Las trabajadoras internas tienen menores gastos de vivienda, en comida y en otros gastos domésticos.

Con relación a las dificultades de acceso a la vivienda, hay una población que emigra en condiciones de gran marginalidad y vive en la calle (3,4%) o necesita de recursos institucionales, procedentes tanto de ONGs, como de personas autóctonas vinculadas a la iglesia católica (6,8%). Esta situación se da en mayor medida entre las mujeres procedentes del Magreb, ($X^2(1)=17,28$; $p=,000$).

Por lo tanto, con relación a las necesidades de adaptación manifestadas por las mujeres entrevistadas destaca el conseguir o mejorar su situación laboral (53,7%), la vivienda (38,4%), ayudas sociales o económicas (33,5%), asistencia psicológica (29,2%), y regularizar su situación jurídico-administrativa, homologación de estudios, etc. (17%).

TABLA 3
FACTORES DE INTEGRACIÓN SOCIAL

	TOTAL	MAGREB	LATINOAM.	
<i>Formación</i>				
- Sin estudios	3,9%	10%	--	$X^2(5)=31,58$; $p=,000$
- Sabe leer y escribir	1,9%	5%	--	
- Primaria	19,9%	28,8%	14,3%	
- Secundaria	43,2%	33,8%	49,2%	
- Diplomatura	19,9%	17,5%	21,4%	
- Licenciatura	11,2%	5%	15,1%	
<i>Ocupación en su país</i>	84,6%	74%	91,1%	$X^2(1)=10,65$; $p=,002$
<i>Ocupación actual</i>				
- Permanente	21%	17,7%	23%	$X^2(5)=15,76$; $p=,003$
- Temporal	71,2%	65,8%	74,6%	
- Ama de casa	1%	2,5%	--	
- Estudiante	2%	2,5%	1,6%	
- Parado	4,9%	11,4%	0,8%	
<i>Situación jurídica</i>				
- Permiso residencia-trabajo	90,3%	90%	90,5%	$X^2(2)=9,84$; $p=,007$
- Permiso temporal	4,4%	8,8%	1,6%	
- Situación irregular	5,3%	1,3%	7,9%	
<i>Alojamiento</i>				
- Propio	5,9%	5%	6,4%	$X^2(4)=20,23$; $p=,000$
- Alquiler	81,5%	72,5%	87,2%	
- Otro	2,4%	1,3%	3,2%	
- Instituciones	6,8%	16,3%	0,8%	
- No alojamiento	3,4%	5%	2,4%	
<i>Necesidades</i>				
- Documentación	17%	11,3%	20,6%	$X^2(1)=3,05$; $p=,089$ $X^2(1)=2,70$; $p=,108$
- Asistencia psicológica	29,2%	36%	25%	
- Asistencia social	33,5%	37,7%	31%	$X^2(1)=,966$; $p=,359$ $X^2(1)=1,82$; $p=,194$
- Conseguir/mejorar Trabajo	53,7%	59,7%	50%	
- Conseguir/mejorar Vivienda	38,4%	58,4%	26,2%	$X^2(1)=21,01$; $p=,000$

3.4. Factores de integración social: Redes de apoyo y contacto tejidas por mujeres

Sabemos que la inmigración es un proceso social que involucra no sólo a la mujer que migra, sino a su familia, sus amistades, los lazos comunitarios previos, de manera que la existencia de redes está en la base de muchos de los movimientos migratorios.

La lejanía y el distanciamiento con la familia es uno de los aspectos más negativos del hecho migratorio. Además, la situación jurídica que se tenga, condiciona las posibilidades de volver al país de origen y de visitar a la familia. Una vez conseguida la regularización, lo primero suele ser visitar a la familia. Y en adelante, suelen viajar tantas veces como sus medios se lo permitan. Es por ello, que en general, mientras se puedan dar esas condiciones, el contacto telefónico con la familia que se ha dejado en el país de origen suele ser continuado. Este contacto, evaluado en un nivel medio, es significativamente mayor en la población latinoamericana ($F(1,203)=7,19$; $p=,008$).

Enviar dinero a la familia, también alivia el extrañamiento: la sensación de estar proporcionando un bienestar mayor a la familia, sobre todo en el caso de las mujeres que tienen padres y madres mayores que están enfermos y que necesitan atención médica. Por otra parte, enviar dinero y demostrar que la familia que quedó en el país de origen depende económicamente de la persona emigrada, ayuda a la hora de abordar los procesos de reagrupación.

En cuanto al contacto y apoyo percibido de sus connacionales y población autóctona no hay diferencias significativas entre los grupos, puntuado en un nivel medio y medio-bajo respectivamente. Normalmente, aquí la red de apoyo más frecuente suele ser la familia en el caso de las mujeres que cuentan con ella, así como las redes socioeconómicas tejidas por mujeres en torno a la vivienda, el trabajo y el cuidado de los hijos e hijas.

Los espacios sociales constituyen oportunidades de interacción y regulación socialmente importantes. Cabe pensar que espacios como el laboral o el formativo, podrían cumplir esta función social, sin embargo, se observa que debido a las características estructurales y a la forma organizativa de estos ámbitos las mujeres inmigrantes participan en espacios laborales y formativos casi exclusivos, o mayoritarios de población inmigrante.

Otro aspecto que incide negativamente en la creación de vínculos tiene que ver con dificultades para conciliar la vida laboral y familiar, lo cual dificulta disponer de tiempo para crear nuevas relaciones.

Con lo cual, esta dinámica impulsa redes de relación entre poblaciones inmigradas de diferentes procedencias, más que relaciones entre población inmigrada y autóctona. Estas redes, las que vinculan a la población autóctona y la inmigrada existen, especialmente vinculadas, a la asistencia, la red de apoyo inicial y también al trabajo.

No coincidir en espacios de socialización no favorece el conocimiento mutuo y la creación de vínculos positivos. En este contexto, las mujeres inmigrantes perciben, sobre todo, actitudes estereotipadas por parte de la población autóctona, ligadas al desconocimiento, a la desconfianza y a modelos construidos.

La discriminación social, laboral y jurídica es uno de los elementos que más sufrimiento genera en esta población, que cargan a menudo con el estigma de ser inmigrante. Está discriminación, sobre todo social, se relaciona con el país de procedencia o del modo en el que las características exteriores (color de piel, pelo muy rizado, rasgos marcados, uso de velo o determinada ropa) reflejen dicha procedencia. En este sentido, se comprueba que hay mayor número de mujeres magrebíes que se sienten discriminadas, el 57,9% frente al 26,7% de las latinoamericanas ($X^2(1)=18,74$; $p=,000$).

TABLA 4
REDES DE APOYO Y CONTACTO SOCIAL

	TOTAL	MAGREB	LATINOAM.	
<i>Redes sociales</i>				
- Contacto con endogrupo	2,84	2,75	2,89	F(1,203)=,592; p=,443
- Contacto país de origen	3,69	3,45	3,84	F(1,203)=7,19; p=,008
- Contacto país receptor	3,50	3,50	3,50	F(1,204)=,000; p=1
- Apoyo del país de origen	2,66	2,68	2,65	F(1,203)=,033; p=,855
- Apoyo del país receptor	3,29	3,46	3,18	F(1,204)=3,30; p=,071
<i>Discriminación percibida</i>	39,1%	57,9%	26,7%	$X^2(1)=18,74$; $p=,000$

3.5. Ajuste psicológico de las mujeres inmigrantes

La migración constituye un acontecimiento vital para las mujeres que la emprenden. Aunque quienes se aventuran a iniciar un proyecto de estas dimensiones son generalmente mujeres que gozan de buena salud, la dureza de la situación de cambio que constituye la opción migratoria suelen alterar el estado emocional de las mismas.

En este trabajo el ajuste psicológico de la población inmigrante se ha definido a partir del nivel de estrés percibido y una serie de variables relacionadas con la satisfacción con la vida y el balance entre las expectativas y su situación actual, así como la sintomatología psicológica manifestada.

En general, la situación de las mujeres es bastante positiva: su grado de estrés es relativo, se sienten mejor de lo que esperaban antes de emigrar y manifiestan estar satisfechas con su vida actual.

La valoración de su situación actual comparada con las expectativas creadas es diferente en los dos grupos ($X^2(2)=9,84$; $p=,007$): aunque en el 30% de las mujeres las expectativas eran bastante ajustadas a la realidad, hay más magrebíes que hacen un balance negativo de la situación y más latinoamericanas que la describen como mejor de lo esperado.

El nivel de estrés es medio en los dos grupos culturales y aunque no existan diferencias significativas ($F(1,204)=3,35$; $p=,068$), las puntuaciones de la población magrebí sobrepasan el punto de corte que determina aquellas personas que sufren estrés (24). Siguiendo este último criterio se comprueba que el 21,4% de las mujeres latinoamericanas y el 26,3% de las magrebíes manifiestan estrés.

Las puntuaciones en satisfacción indican que las mujeres se encuentran moderadamente satisfechas, siendo la satisfacción significativamente más alta en la población de Latinoamérica, ($F(1,203)=16,39$; $p=,000$). Atendiendo al punto de corte de la escala (15), el 60,8% de las mujeres magrebíes se siente satisfecha en comparación al 81,7% de las latinoamericanas.

En cuanto a la sintomatología psicológica, se observa un alto porcentaje de personas que manifiesta síntomas somáticos y ansiosos, y en menor medida depresivos. En estas dos últimas áreas no hay diferencias significativas en función del grupo cultural, el 37,6% presenta síntomas depresivos y el 56,6% ansiosos. Sin embargo, la sintomatología somática es más común entre las mujeres latinoamericanas, el 51,6% frente al 25,3% de las magrebíes ($X^2(1)=13,80$; $p=,000$).

TABLA 5
AJUSTE PSICOLÓGICO Y SINTOMATOLOGÍA

	TOTAL	MAGREB	LATINOAM.	
<i>Valoración</i>				
<i>expectativas</i>	26,2%	37,5%	19%	$X^2(2)=9,84; p=,007$
- Peor de lo esperado	29,1%	28,8%	29,4%	
- Igual de lo que esperaba	44,7%	33,8%	51,6%	
- Mejor de lo esperado				
<i>Estrés (PSS-14)</i>				
- Puntuación	23,17	24,60	22,26	$F(1,204)=3,35; p=,068$ $X^2(1)=,636; p=,499$
- % de mujeres	23,3%	26,3%	21,4%	
<i>Satisfacción (SWLS)</i>				
- Puntuación	16,56	15,16	17,43	$F(1,203)=16,39; p=,000$ $X^2(1)=11,02; p=,001$
- % de mujeres	73,7%	60,8%	81,7%	
<i>Sintomatología</i>				
- Somáticos	41,5%	25,3%	51,6%	$X^2(1)=13,80; p=,000$
- Depresivos	37,6%	39,2%	36,5%	$X^2(1)=,155; p=,402$
- Ansiedad	56,6%	59,5%	54,8%	$X^2(1)=,443; p=,302$

3.6. Estrés percibido y variables asociadas

Tal y como se ha descrito, el proceso migratorio está vinculado a múltiples cambios individuales y sociales que inciden en el ajuste social y psicológico de las personas. En este apartado se exploran las variables que están asociadas al estrés percibido.

Los análisis de correlación realizados con toda la muestra identificaron diversos factores relacionados con el estrés: bajo nivel educativo, falta de ocupación en su país de origen (estudio o trabajo), alojamiento en instituciones, necesidad de vivienda, ayudas sociales y económicas y asistencia psicológica, así como diversos indicadores de bienestar psicológico asociados a las expectativas y sintomatología depresiva y de ansiedad.

Sabiendo que las trayectorias y dificultades de las mujeres varían en función del origen cultural, se han realizado diferentes análisis de correlación para la población magrebí y latinoamericana (Tabla 6). El estrés de las mujeres magrebíes se vincula a tener hijos o hijas a su cargo y no tener pareja, no haber tenido una ocupación en su país de origen, la necesidad de vivienda, la percepción de discriminación,

un balance negativo de la situación, bajos niveles de satisfacción y síntomas depresivos y ansiosos. Sin embargo, en las mujeres latinoamericanas, el estrés queda asociado a la necesidad de vivienda, un balance negativo de su situación, no tener apoyo de la población autóctona, percibir discriminación, la pérdida de relaciones y costumbres de su lugar de origen, tener baja satisfacción, y manifestar síntomas depresivos y ansiosos.

TABLA 6.
ESTRÉS PERCIBIDO Y VARIABLES ASOCIADAS

	NIVEL DE ESTRÉS		
	TOTAL	MAGREB	LATINOAMÉRICA
<i>Características sociodemográficas</i>			
- Formación	-,141*	--	--
- Tener hijos/as y no pareja	--	,276*	--
- Ocupación en su país	-,222**	-,294**	--
<i>Factores integración social</i>			
- Vivir en instituciones	,141*	--	--
<i>Necesidades</i>			
- Asistencia psicológica	,185**	--	--
- Asistencia social	,194**	--	--
- Conseguir/mejorar vivienda	,298**	,350**	,218*
<i>Relaciones sociales</i>			
- Apoyo población autóctona	--	--	-,242**
- Percepción de discriminación	,319**	,312**	,274**
<i>Orientación cultural</i>			
- Mantener cultura de origen	--	--	-,209*
<i>Bienestar afectivo</i>			
- Situación actual	-,256**	-,284*	-,200*
- Satisfacción	-,314**	-,301**	-,289**
<i>Sintomatología</i>			
- Depresiva	,248**	,339**	,218*
- Ansiedad	,274**	,433**	,181*

Una vez analizadas las correlaciones, se realizaron los análisis de regresión múltiple que permiten determinar la contribución de las variables arriba descritas a la explicación del estrés percibido. En dichos análisis de regresión se introducen como variables predictoras aquellas que correlacionan significativamente con la variable

criterio, estrés, excluyendo del análisis las variables de sintomatología psicológica.

Tomando los datos del conjunto de la muestra, los resultados muestran que el 19,3% del estrés se predice a partir de cuatro variables ($R^2=,211$ y R^2 corregida =,193): el bajo nivel de estudios, la necesidad de obtener vivienda, un balance negativo de su situación en relación a sus expectativas previas y una baja satisfacción con su vida actual.

En este sentido, en las entrevistas realizadas las mayores dificultades las tienen las mujeres que llegan con un nivel educativo bajo, sobre todo, aquellas que son analfabetas en sus propios lugares de origen. No saber castellano y contar un nivel educativo bajo genera una cierta sensación de vulnerabilidad, hace depender de la gente de alrededor para realizar ciertas gestiones y dificulta, o incluso restringe enormemente el acceso al mundo laboral.

Por otra parte, tal y como apuntábamos más arriba, la resolución de la necesidad de vivienda plantea a las mujeres inmigrantes uno de los mayores problemas en su adaptación, debido a las múltiples dificultades: carestía, requisitos desorbitados y actitudes xenófobas. Sin embargo, a pesar de que la mayoría de las mujeres resuelven esta situación a través del subarriendo, interinato, relaciones de convivencia, solidaridad y/o apoyo institucional, las diversas estrategias empleadas tienen también sus consecuencias e inconvenientes adheridos: precios abusivos, hacinamiento, condiciones lamentables en las que se encuentran algunos pisos, problemas de convivencia derivados de compartir vivienda con personas desconocidas, etc.

Otro elemento importante a considerar es si la vivienda permite empadronarse, porque existen alquileres de habitación que no permiten el empadronamiento, lo cual luego tiene consecuencias serias a otro nivel. También la modalidad de interna tiene importantes consecuencias en los procedimientos de reagrupación, ya que solamente para aquellas que han dejado a sus hijos e hijas en el país de origen, y que logran alquilar un piso, se abre la posibilidad de poder traerlos de forma legal.

Una mención especial merecen aquellas mujeres que se han enfrentado a la decepción provocada por las falsas expectativas infundidas desde diferentes medios (televisión, cine, revistas, amistades y familiares exitosos, comerciantes, etc.). El contraste entre las expectativas y la realidad cotidiana se manifiestan en un balance negativo de la situación y profunda afectación psicológica y estrés.

El análisis de regresión múltiple realizado con la población latina confirma que en el modelo quedan introducidas 2 variables que explican el 18,5% del estrés percibido ($R^2=,185$ y $R^2 \text{ corregida}=,170$): la necesidad de obtener vivienda y un balance negativo de su situación en relación a sus expectativas previas. Sin embargo, en la población magrebí, el estrés viene explicado por 3 variables: tener hijos o hijas a su cargo y no tener pareja, no haber tenido una ocupación en su país de origen y tener necesidad de vivienda. El porcentaje explicado aumenta al 20,1% ($R^2=,234$ y $R^2 \text{ corregida}=,201$).

A las mujeres inmigrantes con menores a su cargo, se les añade la dificultad de atender a sus hijos e hijas. Cuando la madre es la única fuente de ingresos, y por tanto, los hijos e hijas dependen totalmente de esos ingresos, la dedicación al trabajo y la falta de una red de familiares tan extensa como la que suelen tener en su país de origen dificulta enormemente esta tarea. Todo ello supone para ellas un estrés añadido a la hora de compaginar las tareas domésticas y su trabajo fuera del hogar, que en ocasiones deriva en enfermedades que requieran de atención específica.

TABLA 7.
ANÁLISIS DE REGRESIÓN DEL ESTRÉS

	TOTAL	MAGREB	LATINOAMERICA
	B	B	B
<i>Caract. sociodemográficas</i>			
Bajo nivel de estudios	5,43	—	—
Tener hijos y no pareja	—	6,66	—
Ocupación laboral en su país	—	-4,89	—
<i>Necesidades</i>			
Vivienda	3,64	6,02	3,44
<i>Variables de bienestar</i>			
Situación peor de lo esperado	4,97	—	7,70
Baja satisfacción con la vida	4,11	—	—
R^2	,211	,234	,185
Adj. R^2	,193	,201	,170

* $p < 0,000$.

4. CONCLUSIONES

Tradicionalmente, la imagen que se ha construido de la inmigración ha sido masculina y se ha trabajado sobre un perfil homogéneo de la mujer, a quien se la ha definido como una participante pasiva o como una acompañante de la migración. Sin embargo los resultados de este estudio indican que la mujer inmigrante es trabajadora, tiene cargas familiares e inicia el proceso migratorio en solitario.

En la línea de las investigaciones que han tratado la inmigración desde la perspectiva de género y/o con la intención de visibilizar la situación de las mujeres, en este trabajo se muestran las características y el ajuste psicológico de dos de los grupos de mujeres inmigrantes mayoritarios que residen en el País Vasco. Tenemos presente que las trayectorias de todas las personas son diferentes y a pesar de que una aproximación en función del origen cultural sea reduccionista, pensamos que puede darnos pistas para entender mejor su realidad, ya que la cultura determina en parte las oportunidades de salida y las posibilidades y exigencias en la sociedad receptora (Gregorio y Ramírez, 2000).

Con relación a las razones migratorias, se comprueba que son diversas y que responden a situaciones diferentes. De este modo, las personas emigran por motivos familiares complejos, crisis económicas, problemas políticos, socioeconómicos, etc. Muchas mujeres eran cabeza de familia en sus lugares de origen; para ellas, el objetivo migratorio principal se basa en sacar adelante a la familia. Estas motivaciones se observan sobre todo en la población latinoamericana, quien en menor medida emigra por reagrupación familiar. Esta última razón es más común en las mujeres del Magreb, aunque es compartida con la económica y otras razones.

En cuanto a las características de la población inmigrante y a los perfiles psicosociales, tal y como se había planteado, se observan diferencias en el proceso migratorio de las mujeres latinoamericanas y magrebíes. Estos resultados son consistentes con los estudios realizados en contextos cercanos (Basabe, Páez, Aierdi y Jiménez-Aristizabal, 2009; Gregorio y Ramírez, 2000; Izquierdo, 2000). En general, las mujeres latinoamericanas tienen una red familiar amplia en la sociedad receptora y mantienen contacto habitual con las personas que permanecen en su país de origen. Su nivel educativo es alto y la mayoría ha resuelto su situación laboral, jurídico-adminis-

trativa y de vivienda. Sin embargo la situación de las magrebíes es más desigual y se observan mayores contrastes y dificultades: algunas no tienen estudios mientras que otras han ido a la universidad, la mitad tiene necesidades de mejorar el alojamiento, alrededor del 20% tiene problemas de vivienda y el 10% con su situación jurídica-administrativa. En relación a la ocupación laboral, en la actualidad hay más mujeres que estudian o que trabajan fuera de casa en comparación con el país de origen, lo que supone un cambio en los roles productivos.

La situación más favorable de las latinoamericanas puede deberse a la calidad de sus redes migratorias, que suponen apoyo en las dificultades e información para sobrevivir en un entorno desconocido. Además, habría que añadir su mayor facilidad de incorporación al mundo laboral, mediatizada en gran parte por las oportunidades que ofrece la sociedad receptora, la similitud cultural, el idioma, etc. Estas oportunidades surgen en parte como consecuencia de los problemas que el nuevo país no ha solucionado. Se sabe que los empleos de las mujeres están mal pagados y tienen poco prestigio en la sociedad (Juliano, 2006). Hasta hace pocos años, los trabajos en el sector servicios, limpieza, cuidado de personas y trabajos similares, los realizaban las autóctonas pero hoy en día en buena parte están cubiertos por mujeres extranjeras (Zabala, 2006). De alguna manera, las desigualdades de género en el ámbito laboral que la sociedad de acogida no ha solucionado, pasan a convertirse en oportunidades de empleo para las mujeres inmigrantes; eso sí, la mayoría de las veces precario.

En cuanto a la esfera psicológica, a pesar de las múltiples dificultades que se viven en la migración, la situación de las mujeres inmigrantes es bastante positiva. En general, el balance que realizan sobre el proceso migratorio y adaptativo es positivo, lo que se refleja en su grado de bienestar. Tanto las mujeres latinoamericanas como las magrebíes obtienen puntuaciones altas en satisfacción con la vida, aunque se observa un efecto del origen cultural. Tal y como se esperaba, las mujeres latinoamericanas se sienten más satisfechas que las magrebíes. Estos resultados apoyan la hipótesis de la distancia cultural, por la que se defiende que a menor distancia cultural existen menos problemas de adaptación sociocultural y psicológica, y en consecuencia, mayor satisfacción (Ward y Kennedy, 1993).

Respecto a la tensión que supone el enfrentarse a las novedades del entorno, se comprueba que el porcentaje de mujeres que mani-

fiesta estrés representa un cuarto de la población, y las puntuaciones medias son moderadas. En relación al origen cultural, en contra de los estudios realizados y de las hipótesis planteadas (Berry, 1997; Jasinskaja-Lahti y cols., 2006; Ward y cols., 2001) no se han hallado diferencias estadísticamente significativas entre los dos grupos, por lo que aunque haya más mujeres del Magreb que manifiesten estrés y la puntuación media sea más alta, no podemos afirmar que la distancia cultural se asocie a mayor estrés.

A pesar de que los niveles de tensión sean similares en las dos poblaciones, los análisis de correlación y de regresión señalan que el estrés de las mujeres latinoamericanas y magrebíes viene explicado por diferentes factores. En general, se comprueba la relevancia de cuestiones tales como la baja formación, la resolución de la vivienda, el contraste entre las expectativas y la realidad, y la baja satisfacción. Pero en la explicación del estrés de las mujeres magrebíes aparecen otros factores que se vinculan con los diferentes papeles que tienen en las dos sociedades. En este sentido, en la población magrebí, destacan cuestiones que hacen referencia a su rol dentro de la estructura familiar y que se expresan en la atención que dirigen a la familia. Además de las necesidades de alojamiento, se hacen relevantes aspectos de la esfera productiva y reproductiva como es tener hijos o hijas a su cuidado y no tener pareja, y, no haber tenido una ocupación laboral en su país de origen. Las mujeres del Magreb, por las características de su sociedad, no reivindican trabajar fuera de casa, y el tener que hacerlo es más una obligación que un deseo (Gregorio y Ramírez, 2000). Estas mujeres, al llegar a la sociedad receptora comparan sus valores y los objetivos de la migración, es decir: quieren mejorar su vida y saben que para ello deben incorporarse al mundo productivo, pero el cambio de roles y el tener que trabajar fuera de casa, por lo general, no está bien visto en su lugar de origen. Esto supone la confrontación entre su cambio de rol o trabajar fuera de casa con las implicaciones que esto tiene para su cultura y su propia identidad de género. Por el contrario, la mujer latinoamericana toma la jefatura de su hogar tanto en origen como en el contexto de recepción y los roles desempeñados por éstas, no sufren un gran cambio con la migración, aunque a menudo se produzca una sobrecarga de trabajo productivo y reproductivo.

En relación a la salud mental, se ha mostrado el porcentaje de personas que es vulnerable y manifiesta malestar (Spitzer y cols., 1994), y en ningún caso se ha hecho alusión a diagnósticos de sa-

lud mental. Se comprueba que existe una alta correlación entre los síntomas depresivos, ansiosos y somáticos, un resultado hallado en diferentes investigaciones (Achotegui, 2002; Arnosó, Elgorriaga y Martínez-Taboada, 2008; Tizón y cols., 1992) y que se considera propio del estrés que supone el nuevo entorno (Berry, 1997; Ward y cols., 2001) y de las situaciones psicosociales, de cambio y sobrecarga de roles (Samarasinghe y Arvindsson, 2001).

Se observa que la sintomatología ansiosa está presente en más de la mitad de la población, un área que se relaciona directamente con la situación de estrés y de choque cultural del proceso migratorio (Ward y cols., 2001). En segundo lugar, aparecen las somatizaciones que resultan especialmente relevantes porque además de expresar malestar psicológico, se vinculan con otros significados simbólicos (Martín Ortiz, Godoy, Moro y Hernández, 2003) como puede ser la respuesta ante una sociedad que les rechaza o como posicionamiento reivindicativo dentro de una estructura de poder familiar de tipo machista (García-Campayo y Sanz, 2002). Y por último, se encuentran los síntomas depresivos, asociados principalmente a las pérdidas y al duelo migratorio que se vive en la migración (Achotegui, 2002, 2008).

Se comprueba que el origen cultural no influye en la manifestación de síntomas depresivos y ansiosos. Estos resultados contradicen la hipótesis planteada y trabajos anteriores (Berry, 1997; Ward y cols., 2001). Sin embargo, se observa que las mujeres latinoamericanas tienen más somatizaciones que las magrebíes, aunque culturalmente sean más cercanas. Este dato contradice los supuestos de la distancia cultural sin embargo, se sabe que en las culturas colectivistas la somatización es una forma adaptativa de expresar malestar (Kleiman y Kleiman, 1986), y en esta línea, aunque la sociedad magrebí y latinoamericana sean colectivistas, los países Latinoamericanos tienen puntuaciones más altas en colectivismo.

Los resultados encontrados refieren diferentes niveles de ajuste psicológico y salud mental en función de la cultura, los cuales deben ser estudiados en mayor profundidad, abriéndose en este sentido, nuevas líneas de trabajo e investigación.

Si bien el ajuste psicológico de estas mujeres viene explicado, en gran parte, por la influencia del mismo proceso migratorio, el nivel formativo, la condición residencial y el balance de su situación, no debemos olvidar que estos elementos están atravesados por factores como el género y/o el grupo cultural de pertenencia, tal y como se ha

podido apreciar en los resultados derivados de la presente investigación. Por tanto, a la hora de diseñar estrategias de intervención que permitan mejorar el bienestar psicosocial de las mujeres emigrantes, ambos aspectos deberán tenerse muy presentes para diseñar programas que eviten reproducir y perpetuar las relaciones de poder basadas en el género, y que atiendan las especificidades socioculturales de las mujeres inmigrantes.

Conocer las diferencias psicosociales entre los dos grupos, así como los factores explicativos del nivel de estrés, va a permitir que el tipo de intervención pueda ser más específico o que se puedan tener en cuenta las situaciones de mayor fragilidad. Se ha demostrado que las mujeres magrebíes tienen menor experiencia laboral, menor formación, menos apoyo y más problemas de desempleo y alojamiento, lo que sugiere que es una población más vulnerable y con menos recursos para afrontar las situaciones del proceso migratorio. Estos resultados indican que es un grupo que podría beneficiarse especialmente de programas preventivos y de formación, que dieran sustento a sus preocupaciones, permitieran el aprendizaje de habilidades específicas, así como el desarrollo de redes de apoyo.

En circunstancias de mayor vulnerabilidad sería positivo trabajar con grupos culturalmente homogéneos para tratar específicamente los estresores de cada grupo, y para que las mujeres puedan realizar los procesos de identificación y normalización más fácilmente. Sin embargo, si las circunstancias lo permitieran, sería positivo que en un mismo programa —sea preventivo, formativo o clínico— participaran personas de diferentes culturas, en la medida en que comparten una misma situación. En estos casos, sería importante tener presente y trabajar las especificidades de cada grupo cultural, pero a su vez, remarcar los aspectos comunes del colectivo inmigrante. Estos espacios van a permitir la identificación con personas que están pasando por un proceso migratorio similar a la vez que va a permitir tejer relaciones sociales que vayan más allá del propio grupo o de las personas autóctonas.

En todos los casos es importante trabajar respetando las características individuales y culturales, y entender de dónde parte cada persona, para poder facilitar una comprensión de las dinámicas del país receptor y una incorporación a la nueva sociedad. De este modo, se logrará que cada persona encuentre su espacio y no caer en procesos aculturizantes u homogenizantes.

BIBLIOGRAFÍA

- ACHOTEGUI, J. (2002): *La depresión en los inmigrantes. Una perspectiva transcultural*. Barcelona, Mayo.
- ACHOTEGUI, J. (2008): «Migración y crisis: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises)». *Avances en salud mental relacional*, 7 (1), pp. 1-22.
- ARNOSO, A.; ELGORRIAGA, E., y MARTÍNEZ DE TABOADA, C. (2008): «Jatorri desberdineko emakumeen migrazio-egitasmoa eta ongizatea. Genero ikuspuntutik egindako ekarpenak. *Uztaro*, 67, pp. 87-104.
- AROIAN, K. J.; NORRIS, A. E., y CHIANG, L. (2003): «Gender differences in psychological distress among immigrants from the former Soviet Union». *Journal of Sex Roles Research*, 48(1/2), pp. 39-51.
- ATIENZA, F. L.; PONS, D.; BALAGUER, I., y GARCÍA-MERITA, M. (2000): «Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción con la vida en adolescentes». *Psicothema*, 12(2), pp. 314-319.
- BACA, E.; SAIZ, J.; AGUERA, L.; CABALLERO, L.; FERNANDEZ-LIRIA, A.; RAMOS, J.; GIL, A.; MADRIGAL, M., y PORRAS, A. (1999): «Validación de la versión española del PRIME-MD: un procedimiento para el diagnóstico de trastornos mentales en atención primaria». *Actas Luso-Españolas de Neurología, Psiquiatría y Ciencias Afines*, 27, pp. 375-383.
- BASABE, N.; PÁEZ, D.; AIERDI, X., y JIMÉNEZ-ARISTIZABAL, A. (2009): *Salud e inmigración. Aculturación, bienestar subjetivo y calidad de vida*. Bilbao: Ikuspegi.
- BERMÚDEZ, E. M. (2004): «Imágenes de la salud y enfermedad de las mujeres colombianas inmigrantes en España». *Gerencia y Políticas de salud*, 3 (7), pp. 78-100.
- BERRY, J. W. (1997): «Immigration, acculturation, and adaptation». *Applied psychology: an international review*, 46, pp. 5-68.
- CARO, I. (2001): *Género y salud mental*. Madrid, Biblioteca Nueva.
- CHANDOLA, E., y COLS. (2004): «Does conflict between home and work explain the effect of multiple roles on mental health? A comparative study of Finland, Japan and the UK». *International Journal of Epidemiology*, 33, pp. 884-893.
- CHANT, S., y CRASKE, N. (2007): *Género en Latinoamérica*. México, Publicaciones de la casa Chanta.
- COHEN, S.; KAMARCK, T., y MERMELSTEIN, R. (1983): «A global measure of perceived stress». *Journal of Health and Social Behavior*, 24, pp. 385-396.
- DIENER, E. D.; EMMONS, R. A.; LARSEN, R. J., y GRIFFIN, S. (1985): «The Satisfaction with Life Scale». *Journal of Personality Assessment*, 49, pp. 71-75.

- GARCÍA-CAMPAYO, J., y SANZ, C. (2002): «Salud mental en inmigrantes: el nuevo desafío». *Medicina Clínica*, 118, pp. 187- 91.
- GREGORIO, C. (1997): «El estudio de las migraciones internacionales desde la perspectiva de género». *Migraciones*, 1, pp. 145-175.
- GREGORIO, C., y RAMÍREZ, A. (2000): «¿En España es diferente...? Mujeres inmigrantes dominicanas y marroquíes». *Papers*, 60, pp. 257-273.
- IZQUIERDO, A. (2000): «El proyecto migratorio de los indocumentados según género». *Papers*, 60, pp. 225-240.
- IZZARD, W. (1985): «Migrants and mothers: case-studies from Botswana». *Journal of Southern African Studies*, 2 (2), pp. 258-280.
- JASINSKAJA-LAHTI, I.; LIEBKIND, K., y PERHONIEMI, R. (2006): «Perceived discrimination and well-being: a victim study of different immigrant groups». *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 16, pp. 267-284.
- JULIANO, D. (2006): «Generoa eta immigrazioa». En H. APURTUZ (eds.), *Emakume migratzaileak, bidaiari akigaitzak. Genero eta immigrazioari buruzko monografikoa*. Bilbao: Diputación Foral de Bizkaia, pp. 7-10.
- KHACHANI, M. (2004): «La cuestión migratoria en las relaciones euromagrebíes». En G. AUBARELL y R. ZAPATA (eds.) *Inmigración y procesos de cambio: Europa y el Mediterráneo en el contexto global*. Barcelona: Icaria, pp. 105-132.
- KLEINMAN, A., y KLEINMAN, J. (1986): «Somatization: the interconnections among culture, depressive experiences, and the meaning of pain». En A. KLEINMAN, B. GOOD y C. A. BERKELEY (eds.), *Culture and Depresión*. CA: Univerity of California Press, pp. 429-490.
- LIPSYCZ, C. (2004): «Feminización de las migraciones: sueños y realidades de las mujeres migrantes en cuatro países de América Latina». En M. DEL C. VIÑAS, C. CORTES, C. LIPSYCZ y G. CAMACHO (eds.), *Mujeres: retos actuales*. Barcelona: Diputacio Barcelona, pp.65-92.
- MARTIKAINEN, P. (1995): «Women employment, marriage, motherhood and mortality: A test of the multiple role and role accumulation hypotheses». *Social Science and Medicine*, 40 (2), pp. 199-212.
- MARTÍN ORTÍZ, R.; GODOY, C.; MORO LÓPEZ, A., y HERNÁNDEZ MONSALVE, M. (2003): «Pacientes somatizadotes en Atención Primaria. Del reconocimiento del síntoma a la intervención sin yatrogenia (II)»: *Semergen*, 29 (8), pp. 420-434.
- MOGOLLÓN, A. S., y VÁZQUEZ, M. L. (2006): «Opinión de las mujeres desplazadas sobre la repercusión en su salud del desplazamiento forzado». *Gaceta Sanitaria*, 20 (4), pp. 260-265.
- MUGAK (2007): «Mujer e inmigrante en Errenteria». *Centro de Estudios y Documentación de Mugak-SOS Racismo*. San Sebastián.
- PAÉZ, D., y VERGARA, A. I. (2000): «Theoretical and methological aspects of cross-cultural research». *Psicothema*, 12, pp. 1-5.

- PARELLÀ, S. (2003): *Mujer inmigrante y trabajadora: la triple discriminación*. Barcelona: Anthropos.
- REMOR, E., y CARROBLES, J. A. (2001): «Versión Española de la escala de estrés percibido (PSS-14): Estudio psicométrico en una muestra VIH+». *Ansiedad y Estrés*, 7 (2-3), pp. 195-201.
- ROHLFS, I., y COLS. (2000): «La importancia de la perspectiva de género en las encuestas de salud». *Gaceta Sanitaria*, 14 (2), pp. 146-155.
- SAMARASINGHE, K., y ARVIDSSON, B. (2002): «It is a different war to fight here in Sweden. The impact of involuntary migration on the health of refugee families in transition». *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 16 (3), pp. 292-301.
- SOLÉ, C. (2000): «Inmigración interior e inmigración exterior». *Papers*, 60, pp. 211-224.
- SORIANO, R. M., y SANTOS, C. (2002): «El perfil social de la mujer inmigrante marroquí en España y su incidencia en la relación intercultural». *Papeles de geografía*, 36, pp. 171-184.
- SPITZER, R. L., y COLS. (1994): «Utility of a new procedure for diagnosing mental disorders in primary care: the PRIME-MD 1000 Study». *JAMA*, 272, pp. 1.749-1.756.
- STANDING, H. (2000): «Gender-a Missing dimension in human resource policy and planning for health reforms. *Human Resources for Health Development Journal*», 4 (1), pp. 27-42.
- TIZÓN, J. L.; SALAMERO, M.; PELLEJERO, N.; SAN-JOSE, J.; SAINZ, F., y ACHOTEGUI, J. (1992): «Migraciones y salud mental: una revisión empírica del tema desde una población asistencialmente delimitada». *Psiquis*, 13 (4), pp. 37-55.
- WARD, C.; BOCHNER, S., y FURNHAM, A. (2001): *The psychology of culture shock*, 2.^a ed. Hove, UK: Routledge.
- WARD, C., y KENNEDY, A. (1993): «Psychological and sociocultural adjustment during cross-cultural transitions: a comparison of secondary students overseas and at home». *International Journal of Psychology*, 28, pp. 129-147.
- ZABALA, B. (2006): «Mujeres inmigrantes. Algunas consideraciones desde el feminismo». En H. Apurtuz (ed.), *Emakume migratzaileak, bidaiari akigaitzak. Genero eta inmigratioari buruzko monografikoa*. Bilbao: Diputación Foral de Bizkaia, pp. 121-136.