

UCUENCA

Universidad de Cuenca

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Social

Desgaste emocional en mujeres de la comunidad de Guablincay convertidas en jefas de hogar tras la migración de su pareja durante la pandemia por COVID-19, período 2022

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Psicólogo Social

Autor:

Andrea Emilia Farfán Tello

Javier Antonio Flores Arévalo

Director:

Dalila Natali Heras Benavides

ORCID: 0000-0003-1831-705X

Cuenca, Ecuador

2023-03-02

Resumen

La alta migración de ecuatorianos genera varias consecuencias, siendo prioritario para esta investigación el incremento de la responsabilidad que recae sobre la mujer que permanece en el país de origen. Por ello, desde el enfoque psicosocial, se buscó describir el desgaste emocional en las mujeres de la comunidad de Guablincay a partir de sus experiencias durante la migración de su pareja en la pandemia de COVID-19.

Para este estudio se implementó una metodología con enfoque cualitativo, bajo una perspectiva fenomenológica, con diseño transversal y alcance exploratorio-descriptivo, puesto que no se intentó medir variables sino comprender la realidad de la situación de las mujeres. Respecto a los métodos, se utilizó la entrevista semiestructurada y la observación no participante como técnicas de recolección de información y una guía de entrevista y un cuestionario de observación como herramientas para analizar y sistematizar la información brindada, las cuales fueron aplicadas a cinco mujeres pertenecientes a la Comunidad de Guablincay quienes conformaron el grupo de estudio y fueron seleccionadas a partir de los criterios de inclusión y exclusión.

Los resultados de la investigación indican que las mujeres de la investigación atraviesan un proceso de adaptación a una nueva realidad al convertirse e identificarse como jefas de hogar tras la migración de su pareja. En ellas se identifican sentimientos de soledad, tristeza, indignación y agotamiento además, cansancio excesivo y, en algunos casos, ganas de renunciar a las responsabilidades. El hogar enfrenta procesos de reestructuración y cambio de roles, en los que inciden factores contextuales y culturales, que dan paso a la formación de familias transnacionales y redes de apoyo.

Palabras clave: migración, desgaste emocional, mujeres, familia transnacional

Abstract

The high migration of Ecuadorians generates several consequences, being a priority for this research the increased responsibility that falls on the woman who remains in the country of origin. Therefore, from a psychosocial approach, we sought to describe the emotional exhaustion of women in the community of Guablincay based on their experiences during the migration of their partner during the COVID-19 pandemic.

For this study, a methodology with a qualitative approach was implemented, under a phenomenological perspective, with a cross-sectional design and an exploratory-descriptive scope, since the aim was not to measure variables but to understand the reality of the women's situation. Regarding the methods, the semi-structured interview and non-participant observation were used as data collection techniques and an interview guide and an observation questionnaire as tools to analyze and systematize the information provided, which were applied to five women belonging to the Guablincay Community who formed the study group and were selected on the basis of the inclusion and exclusion criteria.

The results of the research indicate that the women in the study are going through a process of adaptation to a new reality when they become and identify themselves as heads of household after their partner's migration. They identify feelings of loneliness, sadness, indignation and exhaustion, as well as excessive fatigue and, in some cases, the desire to give up responsibilities. The household faces processes of restructuring and change of roles, influenced by contextual and cultural factors, which give way to the formation of transnational families and support networks.

Keywords: migration, emotional exhaustion, women, transnational family

Índice

Resumen.....	2
Abstract.....	3
Fundamentación teórica.....	5
Factores que impulsan la migración.....	7
Enfoque de género, desgaste emocional y familia transnacional.....	8
Proceso metodológico.....	16
Instrumentos.....	17
Participantes.....	18
Procedimiento.....	18
Procesamiento y análisis de la información.....	18
Categorías de análisis.....	19
Aspectos éticos.....	19
Presentación y análisis de resultados.....	22
Condiciones premigratorias.....	23
Condiciones posmigratorias.....	25
Una aproximación de género.....	26
Reestructuración familiar.....	28
Percepciones, emociones y sentimientos.....	30
Resiliencia, una manera de seguir.....	32
Desgaste emocional.....	33
Conclusiones.....	35
Recomendaciones.....	37
Referencias.....	38
Anexos.....	44
Anexo A. Guía de Entrevista.....	44
Anexo B. Guía de Observación.....	46
Anexo C. Carta de Interés del GAD de Cojitambo.....	47

Fundamentación teórica

La movilidad humana hace referencia a los movimientos migratorios que realiza una persona, familia o grupo humano para transitar o establecerse, temporal o permanentemente, en un Estado diferente al de su origen o en el que haya residido previamente y esto genera derechos y obligaciones (Ley Orgánica de Movilidad Humana, 2021). Se trata de un fenómeno social “que es parte integral de un mundo globalizado y comprende la migración internacional y la migración interna” (Federación Iberoamericana de Ombudsman, 2018, pp. 23-24).

La movilidad de personas siempre ha existido, pero en los últimos años se ha incrementado. Algunos analistas consideran que el siglo XXI será caracterizado como el siglo de las migraciones (Ruiz, A. 2002). “Por migración entendemos los desplazamientos de personas que tienen como intención un cambio de residencia desde un lugar de origen a otro de destino, atravesando algún límite geográfico que generalmente es una división político administrativa” (Ruiz, A. 2002). Este fenómeno implica un desplazamiento o movimiento espacial que tiene como objetivo buscar mejores oportunidades de vida de los individuos, ya sea porque en su lugar de origen o de establecimiento actual no existen tales oportunidades o porque no satisfacen todos sus criterios personales.

La migración se entiende como un movimiento con la intención de cambiar de lugar de residencia, las migraciones internacionales deben someterse al control de fronteras entre Estados (Freidenberg y Sassone, 2018). Para ejemplificar este control, podemos remitirnos al artículo 3 de la Ley Orgánica de Movilidad Humana de Ecuador (2021) que determina a la situación migratoria como:

Situación de la persona extranjera en función de su ingreso y permanencia en el territorio nacional conforme con las normas vigentes establecidas para el efecto. El cumplimiento o incumplimiento de estas normas determinará si la situación migratoria es regular o irregular. La situación regular podrá ser temporal o permanente. La irregularidad de la situación migratoria no puede comportar restricción de los derechos humanos. (p. 11)

Aunque se insiste en el cuidado de los derechos humanos, las normas de la política internacional dividen a las personas en regulares e irregulares, que puede leerse como legales o ilegales, creando ciudadanos de diferentes categorías.

La migración es un componente básico para comprender el devenir de la historia, pero ya ubicados en la contemporaneidad se evidencian las transformaciones que ha experimentado y su vinculación con otros fenómenos globales, que la sitúan entre las principales preocupaciones de largo alcance con que la humanidad entró en el tercer milenio (Aja, A. 2017). La trascendencia que tiene la migración, desde las múltiples posibilidades de para abarcarla, parte claramente de los datos que presenta la Organización Internacional para las

Migraciones, OIM, (2021): “según la estimación más reciente, en 2020 había en el mundo aproximadamente 281 millones de migrantes internacionales, una cifra equivalente al 3,6 % de la población mundial” (p. 11).

Más allá de la geopolítica, hay efectos en la psicología del individuo que migra, así Michael Kearney y Bernadete Beserra (2002) definen a la migración como “un movimiento que atraviesa una frontera significativa que es definida y mantenida por cierto régimen político – un orden, formal o informal– de tal manera que cruzarla afecta la identidad del individuo” (p. 4).

No se puede comprender un fenómeno social sin ahondar en sus detonantes, la migración se debe a varios factores como lo laboral, el sistema de salud pública, los imaginarios sociales y las redes de apoyo. Por tal razón, “la migración irregular es esencialmente una consecuencia del desequilibrio entre la demanda laboral en los países de destino y la capacidad o la voluntad de los gobiernos a establecer los canales legales de migración” (Castles, 2010, p. 32). Carlosama y Morales (2021) apuntalan datos de la situación laboral de Ecuador, que aportan para la comprensión de la realidad nacional:

En 2019, según cifras del INEC, 4 593 676 personas tuvieron un empleo inadecuado, equivalente al 56,7% de la Población Económicamente Activa (PEA), de las cuales 1 440 983 personas estuvieron subempleadas, es decir, el 17,8% de la PEA. Así, los datos reflejan que el número de personas que no estuvieron conformes con su empleo aumentó, ya sea porque percibieron un ingreso inferior al salario mínimo o trabajaron menos de la jornada legal lo que repercute en la calidad de vida y la estabilidad social evidenciando además la incapacidad del mercado laboral de ofertar empleo adecuado. (p. 16)

En los últimos años, al indiscutible índice de empleo inadecuado en el país, se sumó una pandemia que trajo consigo diversas situaciones críticas y un golpe directo en la economía, en esas condiciones la migración volvió a ser una opción desesperada. En diciembre de 2019 se identificó la COVID-19, enfermedad provocada por un nuevo coronavirus, el virus SARS-CoV-2 registrado en China, en 2020 se declaró pandemia por su rápida expansión global. El impacto de este virus generó una nueva e inédita situación internacional de crisis sanitaria, económica, social y política que impactó a los movimientos migratorios internacionales y ratificó a la migración como un problema multidimensional, común para sociedades receptoras emisoras y de tránsito (Aja, A. 2017).

La Organización Internacional del Trabajo, OIT, (2020) advirtió de la pérdida de 195 millones de empleos a tiempo completo en tres meses, en todo el mundo, solo entre abril y junio. Además, se vieron perjudicados 2 700 millones de trabajadores, lo que representa el 81 % de la fuerza de trabajo a nivel mundial. En América Latina y el Caribe se estima que se producirán

cerca de catorce millones de puestos de trabajo, tres millones de ellos en Centroamérica. Las cifras se refieren tanto a despidos, como a la reducción de horas laborales.

Lo anterior se complejiza aún más cuando la crisis sanitaria, que conlleva a marcadores particulares e incluye protocolos y procedimientos elaborados por la Organización Mundial de la Salud, OMS, excluye a los migrantes, quienes rara vez son considerados en los mecanismos de planificación pertinentes. Los migrantes pasan a ser, en la práctica, personas de segunda categoría, y eso tiene graves consecuencias tanto para ellos como para las comunidades de acogida, con repercusiones directamente relacionadas a sus derechos humanos a la salud y sus sistemas (OIM, 2019).

Factores que impulsan la migración

¿Qué hace de la migración un fenómeno social en expansión? En una población que se enfrenta a complejas condiciones económicas y laborales, los imaginarios sociales, como menciona Herrera (2003), crean una idealización alrededor de la experiencia migratoria de otros, y son parte de los factores que apuntalan la decisión individual de migrar. Además, esto tiene que ver con las representaciones que se van forjando a partir de los relatos de familiares y de amigos apoyados en fotografías y todo un conjunto de representaciones simbólicas sobre el éxito y el progreso personal, mismo que es permanentemente contrastado con la visión del espacio local como un mundo en crisis y clausurado para la realización de proyectos de vida (Herrera, 2003).

La crisis ecuatoriana y las dificultades económicas que se derivan de ella no solo es el factor que motiva la migración sino que presenta en algunos casos una acepción diferente: es un contexto de oportunidad que aparece como elemento legitimador que posibilita la salida a situaciones de descontento vital personal (Sanz, 2009, p. 153). Existen dinámicas dentro del proceso migratorio a nivel cognitivo y psicosocial, que son imprescindibles de analizar, pues configuran expectativas, identidades, conceptos como ciudadanía, nación, y la vida misma del migrante, por lo tanto, el imaginario social da cuenta de estas dinámicas, pues influye en aspectos concretos como la decisión de migrar, la prevención de riesgos en el camino o la proyección a futuro (Gaborit et al., 2012).

La decisión de migrar, el proyecto migratorio en sí y la consecución de este implica una intensa negociación sobre múltiples aspectos: apoyos recibidos, tiempo a migrar, etc, e implica a varios actores sociales: migrante, núcleo familiar, e incluso a la familia extensa (Sanz, 2009). Desde hace unos años las redes sociales son un factor que claramente incide en la migración, debido a que actúan como vínculos entre la comunidad migratoria en el lugar de destino y la comunidad que permanece en el lugar de origen. Así, los distintos lazos que se entretienen

entre familiares aquí y allá son clave para estimular la migración como los cálculos de bienestar económico (Herrera, 2003).

Por un lado, está presente el apoyo familiar antes de la migración y por otro, la existencia de contactos en el exterior después del proceso migratorio; ello, contribuye a que el migrante pueda establecerse y adaptarse en el lugar de destino, en las redes sociales se obtiene apoyo afectivo e instrumental, desde el punto de vista psicológico pueden definirse como redes de apoyo (Maya, Martínez y García, 1999).

Enfoque de género, desgaste emocional y familia transnacional

Según la ONU (2020) “entre los años 2000 y 2020, el número de varones migrantes internacionales aumentó ligeramente con mayor rapidez que el de mujeres migrantes internacionales” (p. 3). Según últimos datos publicados por la ONU (2020), Ecuador para 2019 cuenta con 381 507 inmigrantes, lo que supone un 2,21 % de la población. La inmigración masculina es superior a la femenina, con 197 162 hombres, lo que supone el 51.67 % del total, frente a las 184 345 inmigrantes mujeres, un 48.32 %. Los datos expuestos no evidencian una diferencia mayor en cuanto al género para emprender el viaje, aunque los hombres tienen un mayor porcentaje, este no marca mayor diferencia de género respecto a los fenómenos migratorios, de hecho: “las mujeres han tenido una gravitación importante en la migración internacional que registra un aumento relativo desde 1960, a pesar de que todavía no son mayoría” (Martínez, 2008, p. 19).

Pese a lo anterior, las cifras dadas a manera macro no siempre reflejan realidades específicas, es así como en la parroquia rural de Cojitambo del cantón Azogues, provincia del Cañar, se observa que la mayoría de los emigrantes son de sexo masculino; y, dentro de este grupo, la mayoría se encuentran en edades laborales, comprendidas entre los 15 y 39 años. Por la edad, además se infiere que la principal causa de salida del país sería por factores laborales (PDOT, 2019-2023). Este fenómeno ha provocado que la mayoría de la población de esta parroquia esté comprendida por mujeres, jóvenes menores de 15 años, niños y adultos mayores.

La migración es estudiada de muchas formas, pero, como explican los investigadores Franklin Ramírez y Jacques Ramírez en su libro *La Estampida Migratoria Ecuatoriana* (2005), el enfoque de género permite valorar y discutir la presencia de las mujeres en el marco de las relaciones sociales que se construyen a partir de este fenómeno. Algunas investigaciones han girado en torno al rol de las mujeres ante la ausencia de su pareja y las posibilidades de empoderarse, incorporarse a la vida laboral, cuestionar sus roles tradicionales, desafiar la autoridad patriarcal y tener mayor margen de decisión.

La perspectiva o visión de género es una categoría analítica que toma los estudios que surgen desde las diferentes vertientes académicas de los feminismos para, desde esa plataforma teórica, cuestionar los estereotipos y elaborar nuevos contenidos que permitan incidir en el imaginario colectivo de una sociedad al servicio de la igualdad y la equidad (Hendel, 2017).

La ONU Mujeres (2021) afirma que el enfoque de género permite determinar las asimetrías, las relaciones de poder y las inequidades. Ayuda a reconocer las causas que la producen y a formular mecanismos para superar estas brechas, ya que ubica la problemática no en las mujeres o en los hombres, sino en las relaciones socialmente construidas sobre el poder y la exclusión. “La categoría de género permite analizar y comprender la condición femenina y la situación de las mujeres, así como, para analizar la condición masculina y la situación vital de los hombres, la carga de deberes y prohibiciones asignadas para vivir y relacionarse” (ONU MUJERES, 2021, p. 5).

En el país de origen, las mujeres son las principales receptoras y administradoras de las remesas, por un lado puede entenderse como un factor en hacer más equitativo los procesos de decisión entre cónyuges, sin embargo, autores señalan que recibir y administrar remesas no significa necesariamente decidir de su uso, por lo cual puede implicar la reafirmación de inequidades de género (Sorensen, 2005).

Además, las Naciones Unidas (2018) menciona que, “independientemente del lugar donde vivamos, la igualdad de género es un derecho humano fundamental” (p. 2), por lo que, en este estudio de caso que se enfoca en las mujeres que se quedan y afrontan las consecuencias de la migración, tiene un papel primordial.

El golpe de tablero social, que implica la migración, tal y como lo menciona María Soledad de León (2016), puede traer cambios que se consideren deseables y positivos para la situación de las mujeres, a pesar de ello, también se ha registrado que se trata de procesos lentos, inestables, que en ciertas circunstancias se propician y otras veces se complican. Al quedarse la mujer como cabeza única de familia, se redefine su rol, e incluso se intensifican sus responsabilidades tales como: encargarse de satisfacer las necesidades básicas del hogar, cumplir las demandas de los hijos y, no pocas veces, responsabilizarse del pago de las deudas generadas por la reciente migración de su pareja.

En el caso de la emigración del padre, la madre continúa como ancla alrededor de la cual se articulan las distintas actividades del cuidado, la división sexual del trabajo productivo y reproductivo coloca a los varones fuera del espacio doméstico (Herrera y Carrillo, 2009). Los nuevos roles adquiridos dentro de la familia se establecen a partir de la jefatura de hogar, es decir, de la persona reconocida como tal por quienes integran el mismo.

En Ecuador se utiliza el término “jefe de hogar” para señalar a la persona fundamentalmente encargada de proporcionar sustento económico a una familia (García et al., 2019). Hay

diversos criterios para definir este papel de cabeza de familia, se utilizan variables económicas, de toma de decisiones, edad, género, jefatura declarada, entre otros aspectos propios del contexto (Lázaro et al., 2005). La persona jefa del hogar puede representar al principal proveedor(a) económico, al propietario(a) de la vivienda, a la persona que se le reconoce como la autoridad moral, o bien a quien por su avanzada edad se le atribuye cierto respeto (Echarri, 1995, pp. 245-293.). Además, la autora Lorena Aguilar (2016) menciona que:

Algunos factores que se han documentado y que tienen un impacto en el crecimiento de los hogares con jefatura femenina son: a) los de tipo demográfico: el descenso de la fecundidad, los movimientos migratorios, el envejecimiento poblacional con una mayor esperanza de vida para las mujeres, el aumento de las prácticas conyugales y reproductivas consensuales; b) los socioeconómicos (...) y c) los socio-culturales: se cuestiona el discurso patriarcal que considera al padre como autoridad máxima de la familia. (Aguilar, 2016, p. 110)

En tal sentido, para esta investigación, los movimientos migratorios juegan un rol fundamental en cuanto a la transición de la jefatura de hogar, en la que la madre asume las responsabilidades del hogar.

A partir de los cambios generados por los movimientos migratorios y la redefinición de roles, la constitución de los hogares también se altera y se fundamenta principalmente en las relaciones de parentesco existentes entre los miembros que lo conforman, el papel que juega cada uno de ellos y cómo están organizados. Es innegable la diversidad, la cada vez más compleja estructura de convivencia al interior de los hogares que encabezan las mujeres, los cuales son básicamente monoparentales, tanto nucleares como ampliados, así como de mujeres solas, por lo que profundizar aún más en la dinámica de estas unidades permite focalizar las políticas en beneficio de las mujeres en general y de las jefas de hogar en particular (Aguilar, 2016).

Desde una perspectiva psicosocial, Lévy-Strauss (1987) mencionó que una familia es un modelo ideal que sirve para designar a un grupo social en particular que, a pesar de presentarse con diversas formas y características, siempre ha servido de base para la organización de los sistemas sociales en los que se ha estudiado. Este autor resalta que la familia no es una entidad natural que surja de manera espontánea, sino que “sólo es posible a partir de lo que otras familias proporcionan a los miembros de origen de la pareja, es decir, existen familias que proporcionan al hombre y la mujer, y que posibilitan la creación de un nuevo grupo familiar” (Bezanilla, 2013).

El psiquiatra Murray Bowen (1989), sostiene que la familia es el contexto inicial y central para el desarrollo humano, puesto que, en el sistema familiar, el mal funcionamiento de unos beneficia el buen funcionamiento de otros y el mantenimiento del sistema. En la familia,

algunos miembros son más sensibles a las tensiones familiares, absorbiendo y presentando, a su vez, síntomas clínicos. Por lo tanto, las relaciones intrafamiliares deben ser observadas en el estudio de la migración ya que, como se analizará más adelante, intervienen en las modificaciones de la estructura y la dinámica familiar, así como también en los vínculos afectivos:

Las familias están continuamente reaccionando frente a coyunturas económicas y políticas determinadas, y la migración internacional es una de ellas. Además, si bien las ideologías y las estructuras moldean y determinan la forma en que las familias responden a los cambios, éstas siempre actúan en función del presente y no como meros reflejos del pasado. El comportamiento de esposos, mujeres, abuelas e hijos está determinado por normas culturales sobre cómo deben actuar los miembros de una familia, pero también la gente común y corriente reevalúa y modifica diariamente estas normas. (Herrera y Carrillo, 2009, p. 11)

Ante la migración de un miembro de la familia se generan cambios dentro de esta por su ausencia. Por esto es importante mencionar la teoría de Bowen (1989) acerca de los sistemas familiares, esta es una teoría del comportamiento humano que describe las relaciones que se establecen dentro de la familia; desde su perspectiva la familia es considerada como una unidad emocional que influye de manera significativa en los pensamientos, sentimientos y acciones de los individuos o miembros familiares (Kerr, 2003). En esta unidad, el comportamiento de cualquier miembro familiar altera la conducta del resto, ya que cada familia mantiene un determinado nivel de interdependencia emocional. Esto desemboca en que todos los individuos se encuentren a expensas de la atención, la aprobación y el apoyo de los otros (Kerr, 2003).

Para la teoría de Bowen, en las familias en las que ha migrado uno de sus miembros se da una reestructuración y esta pasa a ser una familia transnacional. La definición más utilizada de familia transnacional es la utilizada por Bryceson y Vuorela (2002):

(...) aquella familia cuyos miembros viven una parte o la mayor parte del tiempo separados los unos de los otros y que son capaces de crear vínculos que permiten que sus miembros se sientan parte de una unidad y perciban su bienestar desde una dimensión colectiva, a pesar de la distancia física. (p. 3)

En el marco de la perspectiva transnacional se ha comenzado a considerar la unidad familiar como unidad de análisis primordial en el estudio de las migraciones. A partir de la óptica transnacional, la unidad familiar aparece como una unidad socioeconómica estratégica, dado que es ahí donde se deciden aspectos como quién migra, las inversiones realizadas, como se reparten las remesas y cuando se realiza el retorno, entre otros asuntos. Además, la unidad familiar es un espacio privilegiado para observar cómo se articulan en ella la

producción y la reproducción, así como para analizar los cambios y modificaciones que se dan durante el proceso migratorio en aspectos como la división sexual del trabajo (Sanz, 2009).

Un análisis basado en las unidades familiares, lejos de analizar estas como espacios homogéneos y ocultar las desigualdades en el seno de ella, debe prestar atención a aspectos como la división sexual del trabajo, las negociaciones presentes a nivel intrafamiliar para la toma de decisiones (Sanz, 2009), además Herrera (2009) menciona que “la trayectoria individual de las y los migrantes sólo puede adquirir un sentido más integral si conocemos cual era la situación anterior y qué es lo que sucede simultáneamente dentro de la familia, la división de tareas y obligaciones entre los géneros”.

Las mujeres que viven la migración de su pareja confrontan mayores responsabilidades y deben tomar ciertas decisiones sobre las actividades cotidianas de la organización del trabajo doméstico o del hogar, y las que antes compartían, en el mejor de los casos, en cuanto a los hijos y a las remesas, lo que da paso a conflictos, sentimientos encontrados y sobrecarga en las tareas y responsabilidades del hogar (Loza, 2007).

La situación a la que nos referimos es una preocupación para ONU MUJERES (2021) que denomina pobreza de tiempo al hecho de no tener espacio para el cuidado, para el descanso o para el ocio, una situación que afecta directamente a la calidad de vida. Incluso antes del COVID-19, las mujeres realizaban la mayor parte, sino toda la carga de trabajo doméstico y de cuidados no remunerados en el hogar en comparación con los hombres. Conforme con lo expuesto, el autor Loza (2007) alega que:

Las mujeres que se quedan siendo jefas de hogar luego de la migración de su cónyuge, aseguran sentirse tristes las primeras semanas después de que se va su esposo. La mayoría tiene noticias de ellos después de dos semanas; por lo general, son buenas noticias al saber que ya han llegado al país al que emigraron. Sin embargo, cuando son recién casadas o con hijos pequeños, o es la primera vez que pasan por el proceso de migración masculina, estas mujeres expresaron que ese tiempo de espera las angustia y las enferma, volviéndose más grave cuando transcurre más tiempo sin noticia, sin poder dejar de lado toda la sobrecarga que tienen en el hogar. (p. 47)

Con relación a la pareja, la salida del padre del hogar parece afectar más a las esposas que a los hijos, sin dejar de reconocer las situaciones de abandono, pues afecta a un proyecto común de vida. Existen mecanismos de consulta, de toma de decisiones conjuntas en la distancia, y generalmente hay una meta concreta que alcanzar, que es la que sostiene el proyecto migratorio (Herrera y Carrillo, 2009).

En un estudio realizado por Vianey Mora (2021) en el que se analizaron los recursos psicológicos de cien mujeres, cincuenta casadas con un cónyuge migrante y cincuenta casadas con un hombre no migrante, a través de escalas para evaluar los Recursos Psicológicos individuales y sociales, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las mujeres con esposo migrante en comparación con las que no tienen esposo migrante tanto en el área afectiva como en la cognitiva y en la social; presentando las primeras, mayor dificultad para el manejo de la tristeza, más autorreproches y mayor incapacidad para solicitar apoyo que las mujeres con esposo no migrante.

El desgaste emocional, referido a un trastorno adaptativo crónico asociado con el inadecuado afrontamiento de las demandas psicológicas, fue acuñado originalmente por el psicólogo judío estadounidense Herbert Freudenberger (1974); aunque, su categorización y difusión se debe principalmente a Maslach y Jackson (1981), que lo definen como una respuesta a un estrés emocional crónico caracterizado por agotamiento físico y psicológico, actitud fría y despersonalizada en la relación con los demás y sentimientos de inadecuación a las tareas que se han de desarrollar.

Dentro de este marco, el autor Morán (2006) menciona que el desgaste emocional es considerado como el agotamiento a nivel emocional, mental y físico, una sensación de “no poder dar más de sí mismo/a” (p. 219). Tiene su origen en la falta de soluciones a los problemas que se enfrentan, desarrollando cansancio emocional, ausencia de comunicación e insatisfacción de las necesidades individuales (Alsawalqa, 2019). Finalmente, se presenta en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y pobre realización personal (Maslach y Jackson, 1986; Maslach y Leiter, 2016).

En el estudio Responsabilidades en el hogar y salud de la mujer trabajadora, realizado por Gisella Blanco y Lya Feldman (2000), se determinó que las mujeres que notificaron una sobrecarga en la planificación de las actividades de la casa refirieron presencia de ansiedad y depresión; la percepción de sobrecarga en la realización de las tareas de limpieza y el mantenimiento del hogar se asoció con depresión. Aquellas mujeres que tuvieron sobrecarga en las actividades relacionadas con el cuidado de los hijos presentaron indicadores de ansiedad. Pareciera que el percibir sobrecarga en la planificación y realización de las tareas del hogar y el cuidado de los hijos está relacionado con una peor salud mental en este grupo de mujeres. Para ampliar, los autores Barnett y Shan (1997), detectaron que el grado de sobrecarga y estrés en cuanto a las responsabilidades en el hogar —notificado tanto por las mujeres trabajadoras como por sus parejas— se asoció con determinadas tareas de la casa como preparar las comidas diariamente, asear la cocina luego de estas, limpiar la casa y realizar compras en el mercado.

Retomando lo anterior, un riesgo psicosocial que se produce es la fatiga parental, un estado de agotamiento, en el cual la exposición a estrés disminuye el uso de los recursos y capacidad para hacer frente a las diferentes circunstancias (Roskam y Mikolajczak, 2020). Se señala también en uno de los artículos más recientes, que se ha establecido que el contexto de COVID-19 puede incrementar la sensación de fatiga parental, que aumenta el uso de castigo físico o una parentalidad menos efectiva (Griffith, 2020). Así mismo, se ha observado que la fatiga parental podría aumentar la relación entre las dificultades de salud mental de las madres (depresión) y el desarrollo de problemas conductuales en niños y niñas (Parker y King, 2011).

A pesar de las dificultades que se presentan frente a la nueva realidad, pueden surgir estrategias que permitan adaptarse a la situación. Una de ellas es la resiliencia, la cual según Villalba (2003) hace referencia a una serie de condiciones de carácter personal, habilidades, fortalezas, respuestas amortiguadoras al entorno que, en función de la interacción con el ámbito social, van suscitando las redes que promueven la evolución del proceso resiliente en cada individuo.

La resiliencia en mujeres se define como la capacidad fundamental de reconocer sus fortalezas y resistencias para superar las adversidades y construir sobre ellas, incluso transformándose en oportunidades de crecimiento y de satisfacción personal (Piña, 2015). De ese modo, es posible entenderla en lo familiar como la capacidad de este sistema social para repararse, lo que contribuye al reconocimiento y al desarrollo de acciones que generen en su interior formas de enfrentar las crisis con resultados favorables para, así, ser fortalecidos (Villalba, 2003).

Las mujeres que se quedan tienen experiencias y percepciones distintas frente a la vivencia de la migración de su pareja, puesto que se generan cambios en sus vidas, tanto en el aspecto personal, como familiar y social, lo que da paso a imaginarios sociales —más adelante, se analizarán sus percepciones, emociones y sentimientos para denotar el desgaste emocional en el caso de que este se encuentre presente—. Los autores Chadwick y Clifton (1999) mencionan que, las estructuras cognitivas son las representaciones organizadas de experiencia previa, son relativamente permanentes y sirven como esquemas que funcionan activamente para filtrar, codificar, categorizar y evaluar la información que uno recibe en relación con alguna experiencia relevante. La idea principal aquí es que, mientras captamos información estamos constantemente organizándonos en unidades con algún tipo de ordenación, que llamamos 'estructura'.

A partir de lo antes expuesto, se plantea la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo perciben el desgaste emocional las mujeres que viven la migración de su pareja, teniendo en cuenta sus experiencias, percepciones, emociones y sentimientos generados en torno a su contexto? Para lo cual, se plantearon los objetivos específicos de identificar las percepciones,

emociones y sentimientos de las mujeres acerca de su situación como jefas de hogar a partir de la migración de su pareja, sistematizar los principales patrones de desgaste emocional en las vivencias de las mujeres y caracterizar las condiciones del contexto en el que las mujeres han asumido la jefatura de hogar.

Entre las categorías generales se consideran la migración y dentro la emigración: el contexto económico, el género, las percepciones; y dentro las emociones y sentimientos: el desgaste emocional con las subcategorías de cambios en la rutina, sobrecarga de actividades y organización de tiempo; la categoría de familia con las subcategorías de relaciones intrafamiliares, reestructuración familiar, y jefatura de hogar; y, por último, la resiliencia, las redes de apoyo y los imaginarios sociales como categorías emergentes.

Proceso metodológico

El presente estudio es cualitativo con un diseño fenomenológico, puesto que se requiere recopilar información sustancial acerca de las percepciones, vivencias, experiencias, sentimientos y emociones de mujeres que tienen en común algunas características, como haberse convertido en jefas de hogar a partir de la migración de su pareja y pertenecer a la comunidad de Guablincay en Cojitambo. No se intenta medir variables sino comprender la realidad de la situación de las mujeres de esta comunidad desde una perspectiva etnográfica más cercana.

Esta investigación es de tipo fenomenológico, debido a que su objeto es estudiar los hechos y acontecimientos a partir de la experiencia de vida particulares de las mujeres que forman parte del estudio. Pues como mencionan Hernández, Fernández y Baptista (2014), una investigación fenomenológica tiene el propósito de “explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias” (p. 493).

El tipo de diseño es no experimental, ya que no se pretendió manipular las variables intencionalmente, sino observar a las participantes en su contexto natural, para analizarlas y, se trata de un estudio transversal, porque la recolección de datos se realiza en un periodo de tiempo determinado, para describir las vivencias de los participantes y analizar su incidencia en un momento único (Hernández et al., 2014).

Finalmente, esta investigación es de nivel exploratorio-descriptivo. Exploratorio debido a que, los estudios sobre migración se han centrado principalmente en las personas que han migrado a otros países y no existe mayor cantidad de investigaciones en el contexto local o nacional que se centren en las mujeres que se han quedado en su país de origen, en ver la migración desde la perspectiva de ellas. Descriptivo, pues se recolecta información que describa las características de categorías correspondientes al objeto de estudio: definir cómo se ha dado el desgaste emocional en las mujeres de esta comunidad convertidas en jefas de hogar a partir de la migración de su pareja.

A partir de esta investigación se busca describir y explicar cómo se ha dado el desgaste emocional en las mujeres, identificando los diferentes patrones que han derivado en este problema.

Instrumentos

Las técnicas de investigación que se utilizaron en este estudio fueron la entrevista cualitativa semiestructurada y la observación no participante y las herramientas a usar fueron la guía de entrevista y la guía de observación, en busca de información no numérica relevante, que permita responder a las preguntas de investigación.

Se consideró la aplicación de la entrevista cualitativa semiestructurada debido a que esta posibilita la generación de preguntas abiertas y un intercambio de ideas desde una comunicación horizontal (Hernández et al., 2010). Así también como plantean Hernández et al. (2010); las entrevistas de este tipo se basan en una guía de asuntos o preguntas en donde el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener más información.

La entrevista cualitativa semiestructurada permite identificar, abordar y ahondar en las percepciones, emociones y sentimientos que tienen las mujeres convertidas en jefas de hogar a partir de la migración de su pareja. Así también para describir cómo es su vida diaria respecto a sus tareas domésticas y laborales; y si se ha dado desgaste emocional, describir cómo se ha dado este en sus vidas. Esto para cumplir los objetivos específicos de identificar las percepciones, emociones y sentimientos de las mujeres de la comunidad de Guablincay acerca de su situación como jefas de hogar a partir de la migración de sus parejas durante la pandemia del COVID-19 y el sistematizar los principales patrones de desgaste emocional en sus vivencias.

Se usó una guía de entrevista, para validarla se hizo una revisión con un panel de expertos en el tema de género y migración, esto con el fin de verificar si el instrumento recauda la información necesaria para el estudio, así como también para analizar y sistematizar la información brindada por las mismas, y posterior a eso, obtener conclusiones generales (**Anexo A**).

Para este estudio también se hizo uso de la observación no participante. Como lo plantea Hernández et al. (2010), esta “busca comprender procesos, vinculaciones entre personas y sus situaciones, experiencias o circunstancias y los eventos que suceden al paso del tiempo y los patrones que se desarrollan” (p. 399). Esta técnica permite observar los diferentes contextos en los que viven las mujeres que se han convertido en jefas de hogar y recoger información clave como su situación familiar o socioeconómica de vivienda, además de cómo se desenvuelven en su vida diaria y evidenciar si hay sobrecarga de actividades cotidianas. Se creó una guía de observación que sirvió para recabar información pertinente para la investigación (**Anexo B**). La guía de observación también se validó con los expertos mencionados.

Participantes

Para esta investigación se delimitó un grupo de estudio de ocho mujeres que fueron seleccionadas a partir de los criterios de inclusión y de exclusión planteados, sin embargo, tres participantes se negaron a ser parte del estudio, realizándose con cinco mujeres jefas de hogar de la Comunidad de Guablinca, misma que está ubicada en la parroquia de Cojitambo que se encuentra dentro del cantón Azogues. Para seleccionar el grupo de estudio se trabajó con un grupo de la comunidad denominado Banco Comunitario, que está a cargo de Rosa Perguachi, vocal del GAD parroquial de Cojitambo, quién ayudó a tener un acercamiento al grupo inicial, conformado aproximadamente por 30 personas.

Los criterios de inclusión para esta investigación fueron: ser mujeres madres que sean jefas de hogar y que han vivido la migración de su pareja durante la pandemia del COVID-19; que las participantes sean mujeres de entre 20 y 50 años; que sean mujeres que residan en la comunidad de Guablinca. Por otro lado, los criterios de exclusión fueron: ser mujeres que tras la migración de su pareja han contraído matrimonio nuevamente; o cuya pareja haya migrado antes de la pandemia de COVID-19.

Procedimiento

Para realizar este estudio primero se contactó con la señora Rosa Perguachi como contacto con el grupo que iba a participar de la comunidad de Guablinca, ya que ella maneja un colectivo de mujeres. Así se desarrolló y se firmó una carta compromiso para la participación y apoyo a la investigación por parte del GAD de Cojitambo. Posteriormente, una vez aprobado el protocolo de tesis por el COBIAS, se realizaron las entrevistas semiestructuradas a las participantes de manera presencial, después de que firmaran el consentimiento informado para ser partícipes de esta investigación.

Las entrevistas fueron registradas con una aplicación de grabadora de voz en un teléfono celular como respaldo de la información recolectada, para posteriormente transcribirlas, codificarlas, y luego realizar el respectivo análisis de datos. La aplicación de las entrevistas y de la observación tomó un tiempo medio de treinta minutos por participante. Se recolectaron los datos de análisis en un periodo de dos meses, aproximadamente.

Procesamiento y análisis de la información

Una vez que se finalizó la recolección de la información, mediante las técnicas descritas, se procedió a la transcripción de esta y a clasificarla por códigos de acuerdo con el orden en el que estas se fueron aplicando, acompañado de la letra E, por ejemplo, el código de la primera entrevista fue E01 y el de la última entrevista E05. De esta forma, se mantuvo el anonimato de las participantes según lo que se ha establecido en el consentimiento informado —estos

códigos se utilizarán, más adelante, para la citación en el análisis del estudio—. Finalmente, se almacenaron los archivos de grabación de audio obtenidos de las entrevistas en una carpeta de Google Drive a la que tuvieron acceso únicamente los investigadores. Los archivos fueron almacenados con el mismo código que tuvieron las entrevistas, es decir, la letra E acompañada por el número de entrevista realizada.

En cuanto al procesamiento de la información, se utilizó una matriz de sistematización en la que se clasificaron los aportes de las participantes junto con las unidades de significado, las categorías articuladoras de los grupos de significados, así como las ideas para la interpretación desde el análisis tanto del equipo de investigación como de los constructos teóricos expresados en la fundamentación teórica. Finalmente, se realizó el procedimiento analítico sobre los datos recolectados mediante la reflexión académica del contenido, tanto de las entrevistas como de los cuestionarios de observación.

Categorías de análisis

Las categorías de análisis de esta investigación partieron del desgaste emocional en las mujeres convertidas en jefas de hogar. Se analizó la sobrecarga que se da en estas mujeres en sus labores diarias, la reestructuración familiar posterior a la migración y los sentimientos y emociones de las mujeres que se quedaron en el país a cargo de sus familias debido a la migración de su pareja.

Otra categoría importante de análisis fue el contexto en el que viven las mujeres actualmente, luego de afrontar en sus hogares el fenómeno de la migración. Se obtuvieron también categorías de análisis emergentes durante la realización de la investigación que fueron la resiliencia, los imaginarios sociales, la afectación de la migración a los hijos y las redes de apoyo.

Aspectos éticos

Para este estudio se tomaron en cuenta diferentes consideraciones éticas y de género para garantizar tanto la rigurosidad del estudio como el bienestar de las informantes que serían parte de este. Respecto al valor social de la investigación, este estudio brindó información acerca de la población y sociedad de mujeres que han vivido la migración desde la perspectiva de quienes se quedan a cargo de la familia por la migración de su pareja; además, es de utilidad para el campo de la psicología en general puesto que se analizaron temas emocionales, sentimentales y de vivencias personales de estas mujeres. Se crea así un conocimiento que promueve futuros estudios sobre la salud de este grupo y se trazan posibles caminos de apoyo.

Otra consideración es asegurar la rigurosidad científica de la información obtenida en el estudio, que se logró a través del diseño y la aplicación de la entrevista, así la información es extraída de fuentes primarias, siendo válida y confiable, con un cuidado procesamiento, análisis e interpretación de datos. Se reconoce que las consecuencias de un estudio mal hecho pueden ser peores que las de no realizar ninguno, por la forma en que se podría aplicar los resultados.

Respondiendo a la relación riesgo/beneficio de este estudio se tomó en cuenta que la aplicación de las entrevistas para el mismo podría presentar complicaciones psicológicas en las participantes; puesto que se trataron temas de desgaste emocional y de carácter familiar que pueden afectar al estado de ánimo de las entrevistadas, quienes podían atravesar dificultades intrafamiliares al momento de su aplicación. Para afrontar estas situaciones, los estudiantes estaban capacitados en primeros auxilios psicológicos para brindar contención emocional, poder manejar adecuadamente estos procesos y restablecer el equilibrio en la persona; además, se contó con la articulación con el GAD parroquial de Cojitambo para poder remitir los casos que requieran apoyo al Departamento de Psicología del Centro de Salud de la parroquia.

El principal beneficio de esta investigación fue el estudio sobre desgaste emocional en las mujeres de esta comunidad, un tema que no se ha investigado en este contexto y puede servir para realizar nuevos programas y proyectos que ayuden a las mujeres jefas de hogar, con la posibilidad de convertirse en un aporte para la política pública generando nuevas herramientas para dar asistencia a las mujeres en similar situación.

Respecto al consentimiento informado, a cada una de las participantes se le comunicó que su participación era voluntaria y que ellas podían terminar la entrevista en cualquier momento, en caso de ya no poder continuar por diferentes factores tanto emocionales como de interés propio. Este consentimiento informado se aplicó de manera presencial a las participantes durante el primer acercamiento a cada una de ellas en la comunidad de Guablincay, un mes previo a la aplicación de las entrevistas. Luego de mantener una socialización acerca de los puntos importantes del consentimiento informado y aclarar las dudas y preguntas de las participantes, estas tuvieron un tiempo aproximado de media hora para decidir si deseaban ser parte de la investigación y firmar este consentimiento.

Siguiendo la misma línea, otro de los compromisos de este estudio fue garantizar la confidencialidad y la reserva de la información proporcionada por las participantes. El manejo de la información se hizo a través de un alias y un código para cada una de las participantes, no se hizo uso alguno de sus nombres o datos de identidad. Además, las grabaciones realizadas y sus transcripciones no fueron publicadas en los resultados del estudio de ninguna manera, pues los datos recolectados durante este estudio fueron exclusivamente para llegar

a los resultados pertinentes del mismo y no serán usados para otras investigaciones u otros fines. Una vez concluido el estudio estos datos fueron almacenados de manera digital sin acceso público.

En esta investigación no existieron conflictos de interés ya que ninguno de los investigadores está ligado familiarmente a las participantes del estudio o a la comunidad en donde se realizó. Tampoco existieron conflictos de interés entre los investigadores del estudio, pues los resultados y desarrollo de esta serán autoría de ambos por igual.

Finalmente, con respecto al trato a las participantes del estudio, los miembros del equipo de investigación se relacionaron con respeto y comprendiendo su situación actual, así como cada una de sus experiencias, sin emitir juicios de valor durante el trabajo de campo.

Presentación y análisis de resultados

El estudio fue realizado en la comunidad de Guablincay, perteneciente a la parroquia de Cojitambo, ubicada en el cantón Azogues; ubicada al noreste del centro parroquial de Cojitambo a una distancia de 4.5km; tiene una altura de 2688 m s. n. m. y colinda con las comunidades de Mururco, San Miguel, Chacaloma y Toray. La vía de acceso a esta comunidad es de lastre. La población en Guablincay se dedica de manera prioritaria a la agricultura, entre los principales cultivos, se encuentran: el maíz, fréjol, habas, cebada, arveja, papas y hortalizas. Así mismo tiene importancia para la comunidad la cría de animales, mayoritariamente cuyes, cerdos y gallinas. (PDOT, 2019-2023).

Según datos del PDOT actual, Guablincay cuenta con un total de 204 habitantes y un área de 1,05 km² en la parroquia de Cojitambo. Se confirmó a partir de los datos estadísticos (PDOT, 2019-2023) que hay gran afluencia de migración hacia los Estados Unidos. La mayoría de migrantes son hombres, con edades comprendidas entre los 15 y 39 años; al ser una población activa económicamente se infiere que la principal causa de su salida del país es la búsqueda de mejores condiciones laborales e ingresos.

Se realizó un análisis e interpretación del contexto mediante la observación y la información brindada por los habitantes del sector. Las participantes en esta investigación tienen una edad promedio entre 35 a 50 años, son madres de familia y están a cargo de las responsabilidades del hogar como cuidado de los hijos, tareas domésticas, trabajo o administración de los recursos, entre otros. Estas familias viven en zonas rurales de la comunidad de Guablincay, en su mayoría habitan casas pequeñas de bloque sin enlucir con espacios compartidos como cocina-comedor-sala y cuartos compartidos por los hijos, solo una de las casas era de ladrillo visto.

Las mujeres entrevistadas expresan que, debido a la situación económica, las familias se vieron obligadas a tomar la decisión de que uno de sus miembros saliera del país en busca de mejores oportunidades, siendo el padre quien reside en el exterior. En un caso la migración se realizó de manera regular, mientras que, en el resto, el ingreso al país destino fue de forma ilegal; incluso, en una de las entrevistas se menciona que la persona viajó en deficientes condiciones de salud: “al comienzo cuando él se fue, ahí sí nos afectó bastante porque él estuvo enfermo y como él se fue por tierra, él llegó hasta México y de ahí cruzó la frontera” (E04). Cabe recalcar que, actualmente, todos se encuentran de manera ilegal en el país al que migraron. En uno de los casos el padre viajó junto con su hijo, a diferencia del resto que viajaron solos.

Estas migraciones se dieron a partir de la época de la pandemia por COVID-19, es decir, son recientes, sin embargo, varían en meses según cada caso, como nos han explicado las entrevistadas: “este 20 de junio va a ser un año” (E01); “viajaron iguales hace unos siete

meses” (E02); “él hace un año que ya emigró” (E03); “mi esposo, hace dos años” (E04); “mi esposo esta por el momento allá hace algo más de un año” (E05). Por lo tanto, ha sido un tiempo relativamente corto para las familias y los nuevos cambios que se presentan.

Condiciones premigratorias

Las condiciones premigratorias hacen referencia a todos los factores individuales, sociales, culturales y familiares que llevan a que uno o varios miembros de la familia tomen la decisión de migrar a otro país. A partir de las entrevistas realizadas en esta investigación se identificaron tres factores principales que determinaron e impulsaron a la migración de uno de los miembros del hogar: los imaginarios sociales, las redes de apoyo y el aspecto económico, siendo este el más importante para las familias, tal como se evidencia en las entrevistas: “la razón principal fue lo económico, más por eso fue y todo lo que hizo que él se vaya” (E05); “la situación económica, deudas, todo esto” (E03).

La decisión de migrar, el proyecto migratorio en sí y la consecución de este implica una intensa negociación sobre múltiples aspectos: apoyos recibidos, tiempo a migrar, etc, e implica a varios actores sociales: migrante, núcleo familiar, e incluso a la familia extensa (Sanz, 2009). La realidad financiera del país, previa a la pandemia, fue ya una época difícil para las familias ecuatorianas, pues “a nivel nacional, en 2019, las personas tuvieron un empleo inadecuado equivalente al 56,7 % de la Población Económicamente Activa (PEA)” (Carlosama, 2021). Por añadidura, la crisis sanitaria producida por el COVID-19, produjo un impacto que generó una nueva e inédita situación internacional de crisis sanitaria, económica, social y política, esta impactó a los movimientos migratorios internacionales y ratificó a la migración como un problema multidimensional, común para sociedades receptoras emisoras y de tránsito (Aja, A. 2017). Lo anterior, se evidencia en la realidad cuando una de las mujeres del estudio afirma: “yo también trabajaba y después ya se puso complicado, ya desde que vino la pandemia, entonces ya tocó tomar la decisión de eso” (E01).

Frente a estas dificultades las entrevistadas mencionan: “así la situación, así como se puso, ya no hubo trabajo entonces tocó la decisión de que se vaya. Antes él, sí, se quería ir; yo decía: no, no, sí podemos aquí, podemos trabajar” (E01); “él se fue porque a veces la economía ya no daba por la pandemia y todo” (E02); “es algo que debemos hacerlo porque la situación económica del país está bien difícil” (E03); “yo tenía un negocio, pero bajó bastante por la pandemia entonces ya las deudas, el bebé... Tuvimos que tomar esa decisión porque ya no generaba el negocio como antes, de un rato al otro la situación se puso más difícil, más complicada, y tocó buscar opciones allá (...) e inmediatamente tomar esa decisión” (E03); “por la falta de trabajo (...) hemos presentado carpetas, en muchos lugares han cerrado la puerta y como consecuencia ya no hay otra salida que abandonar” (E04). A partir de estas

vivencias se evidencia la falta de oportunidades para acceder a un trabajo digno, dificultades para emprender y sacar un negocio adelante, pagar deudas y prosperar en el país, complicaciones determinantes para la migración de uno de los miembros de la familia.

Sumado a estas dificultades, la salud juega un rol fundamental en estas experiencias, pues es un factor que también influye en la decisión de migrar, como bien anotan las entrevistadas: “a veces se enfermaban mis hijos y todo y no hay pues... teníamos que salir a pedir, a pedir prestado para solventar todo eso” (E02); “mi bebé tiene un problema de salud, requiere bastante dinero, entonces la salud de mi bebé primero (...) Lo que nos costaba es que tiene un problema cardíaco, él tiene una válvula pequeña y en lo que es ecografías y todo eso es bien costoso, nosotros no podíamos cubrir eso aquí ni con el negocio. Y tengo que hacerle chequeos constantes y es medio caro, entre doscientos y más” (E03); “yo me enfermé de un cáncer y entonces todo se nos bajó, los dos sin trabajo y todo se nos complicó. Yo me atendía en Solca y también ahí demandó bastante dinero porque como hacen los tratamientos todo eso es caro, entonces, eso también” (E04).

Con el país en crisis, no solo se afecta al aspecto económico sino también se genera un colapso del sistema de salud público, que ya era deficiente. De tal manera que, a más de lo difícil de conseguir trabajos y llevar dinero a los hogares, las personas no están aseguradas, ni pueden contratar un seguro por cuenta propia; casi no reciben asistencia médica pública y no les alcanza el dinero para pagar medicina privada.

Los imaginarios sociales hacen referencia a la producción de significados alrededor de la experiencia migratoria propia o de otros, llevando a los individuos a tomar la decisión de migrar de manera individual (Herrera, 2003). Partiendo de las entrevistas se identifica que conciben al hecho de migrar como una mejora para su situación económica, como se afirma:

(...) en otros países dan mayores oportunidades, no importa la edad, sin embargo, dan mayores oportunidades para que trabajen. En cambio, aquí es injusto todo esto, porque si son jóvenes dice que le falta experiencia y si son viejos es porque ya, porque ya no, están viejos. (E04)

Menciona Herrera (2013) que las personas se apropian de la idea de que la migración es la única manera de cambiar su situación, y en estos estudios de caso se comprueba, debido a que una de las prioridades para migrar fue mejorar la economía.

Otro factor clave para abandonar el país son las redes de apoyo, las cuales constituyen una fuente de recursos materiales, afectivos, psicológicos y de servicios, además es un elemento esencial para el desarrollo económico y social, pues brinda soporte a las personas sobre un área determinada, principalmente son las que se establecen con familiares y amigos (Acción Contra el Hambre, 2021). Así vemos que, en algunos casos, se cuenta con familiares, amigos o conocidos en el exterior: “la situación se puso más difícil, más complicada, y tocó buscar

opciones allá, amistades e inmediatamente tomar esa decisión” (E03); “tengo a mis hermanos, mis sobrinos, mis tíos, primos... bastante familia allá, el momento en el que él ya salió allá, mis hermanos le apoyaron” (E04); “otros familiares, primas, amistades, creo que todo mundo tenemos gente allá para apoyarnos” (E05). Frente a esto se visualiza que las redes de apoyo en el país destino marcan, de cierta forma, la decisión de migrar.

Condiciones posmigratorias

Anteriormente, se identificó la existencia de dificultades económicas en las condiciones premigratorias, puesto que dentro del país por la falta de oportunidades resulta complicado cubrir los principales gastos del día a día, de educación, de salud, deudas y demás, sin embargo, a partir de la migración de un miembro de la familia, se han podido resolver las limitaciones económicas a través del envío de remesas económicas. La literatura indica que este tipo de remesas son de gran importancia tanto para la familia, como para el migrante, pues ayudan a satisfacer sus necesidades básicas (Zapata, 2009).

Los resultados de la migración se expresan en algunas entrevistas: “sí, gracias a Dios, sí está ayudando, bueno hasta hoy, sí está bien todavía” (E01); “eso sí, no voy a hacer quedar mal en ese aspecto ha sido un hombre responsable y se ha dedicado digamos al cien por ciento a los hijos” (E04).

El envío de remesas económicas ha sido constante, útil para cubrir los gastos del día a día. Estas remesas son enviadas mensualmente o cada 15 días o en un caso cada semana. El dinero recibido sirve para cubrir las necesidades básicas y las diferentes deudas que tienen las familias: “si por supuesto que nos ha ayudado, a pesar de que uno no puede, como se dice comúnmente, malgastar el dinero. Sí, sí, nos ha alcanzado, sí ha cubierto todas las necesidades” (E04); “con esto que él migró, sí, se ha cubierto la mayoría de los gastos y nos hemos igualado incluso en casi todas las deudas” (E03). De esta manera, se visualiza que la migración ha solventado las limitaciones económicas que atravesaban las familias en el país de origen, pero esto no es sinónimo de tener una vida de lujos como aclaran: “la gente piensa que ya se fue un familiar a EE. UU. entonces ya somos millonarios y mandan un montón de plata y no es así, no es que solo mande, sino uno acá también tiene que esforzarse en apoyar” (E05); “muchas gente no entiende y piensa que... vas a hacer dinero y, muchas veces no, no es solo hacer dinero, es más, nos motivó mi hijo pequeño el salir y hacer algo allá” (E03).

En el país de origen, las mujeres son las principales receptoras y administradoras de las remesas, por un lado puede entenderse como un factor en hacer más equitativo los procesos de decisión entre cónyuges, sin embargo, autores señalan que recibir y administrar remesas no significa necesariamente decidir de su uso, por lo cual puede implicar la reafirmación de inequidades de género (Sorensen, 2005).

Por otro lado, una entrevistada también menciona que antes de la migración de su pareja tenía un trabajo, pero en la actualidad lo ha tenido que dejar para hacerse cargo de las responsabilidades del hogar: “yo también dejé de trabajar porque como tengo a mis dos hijas, entonces, como una estudia en la mañana y otra en la tarde entonces ya no puedo. Yo tengo que estar pendiente, como digo, con ellas mismo” (E01). Las mujeres al tener una mayor carga dentro del hogar optan por dejar sus trabajos y priorizar sus actividades diarias, al quedarse al cuidado de sus hijos. Cabe recalcar que en un caso una mujer trabaja todavía, a diferencia de tres mujeres del estudio que dejaron su trabajo tras la migración de su pareja. Así también se identificaron imaginarios sociales por parte de las mujeres, en las que mencionan que la vida allá tampoco es sencilla: “yo al menos aquí sí tengo a mis hijos y tengo mi entorno familiar. Él allá no tiene a nadie, a nadie, ni siquiera un amigo entonces o sea para él también, sí, es complicado” (E03); “uno no puede, como se dice comúnmente, malgastar el dinero. Uno sabe también lo que ellos sufren amargamente por allá” (E04); “él sale pronto a trabajar y regresa ya solo a dormir, es bien cansado para él”(E02).

Así también se resalta la indignación ante las condiciones precarias que deben afrontar: “él tuvo que sufrir amargamente arriesgando su propia vida, entonces eso me indignaba más y más, viendo esta porquería de gente que nos administra en el país” (E04).

En las respuestas queda el malestar frente a la situación, pues el hecho de migrar puede ser una solución a los problemas, pero eso no significa que no se alteren otros aspectos de la vida diaria de las familias, ni que sea fácil.

Una aproximación de género

La perspectiva o visión de género es una categoría analítica que toma los estudios que surgen desde las diferentes vertientes académicas de los feminismos para, desde esa plataforma teórica, cuestionar los estereotipos y elaborar nuevos contenidos que permitan incidir en el imaginario colectivo de una sociedad al servicio de la igualdad y la equidad (Hendel, 2017). La ONU Mujeres (2021) afirma que el enfoque de género permite determinar las asimetrías, las relaciones de poder y las inequidades. Ayuda a reconocer las causas que la producen y a formular mecanismos para superar estas brechas, ya que ubica la problemática no en las mujeres o en los hombres, sino en las relaciones socialmente construidas sobre el poder y la exclusión, en este caso asociadas a la migración.

En la parroquia rural Cojitambo la familia tradicional tiene gran importancia, de ahí la necesidad de comprender el significado de la migración del esposo. Herrera y Carrillo (2009) afirman que la migración forma parte de una decisión consensuada de la pareja, debido a que existen mecanismos de consulta, de toma de decisiones conjuntas en la distancia, y

generalmente hay una meta concreta que alcanzar, que es la que sostiene el proyecto migratorio.

Un análisis basado en las unidades familiares, lejos de analizar estas como espacios homogéneos y ocultar las desigualdades en el seno de ella, debe prestar atención a aspectos como la división sexual del trabajo, las negociaciones presentes a nivel intrafamiliar para la toma de decisiones (Sanz, 2009)

Las mujeres consultadas al momento de tomar la decisión, acerca de la migración de su pareja, respondieron: “él siempre me consultó. O sea, primero el vino con la idea porque él ya sabía, él siempre me preguntó y me dijo: entonces qué opinas” (E03); “Claro, porque él no podía tomar la decisión de coger el camino y de irse así, obviamente conversábamos los dos” (E04); “la decisión fue de los dos. Los dos hablamos, consultamos” (E05), por tanto, la voz de la mujer fue tomada en cuenta dentro de esta decisión tan importante.

La realidad de la migración del esposo, más allá de lo acordado, hace que todas las cargas y responsabilidades, en el lugar de origen, caigan sobre la mujer. No solo cambia la vida de quien migró al residir en una geografía diferente y lejos de su familia, sino también el escenario dentro del hogar con cada miembro de la familia y las rutinas en el día a día, de así lo explica en sus palabras, una de ellas: “ya es todo contra uno ya. Uno tiene que hacer todo y hacerse cargo de todo, entonces, sí, es bastante carga tanto económica como en todo, de mis hijas, la casa y todo” (E01). Advierte María Soledad de León (2016) que, las mujeres llegan a redefinir su rol, e incluso a intensificar responsabilidades tales como: encargarse de satisfacer las necesidades básicas del hogar, cumplir las demandas de los hijos y algunas veces responsabilizarse del pago de las deudas generadas por la reciente migración de su cónyuge. Anotan Herrera y Carrillo (2003) en el caso de la emigración del padre, que la madre se mantiene como el ancla alrededor de la cual se articulan las distintas actividades del cuidado. La división sexual del trabajo productivo y reproductivo coloca a los varones fuera del espacio doméstico, aunque las Naciones Unidas (2018) mencionan que, “independientemente del lugar donde vivamos, la igualdad de género es un derecho humano fundamental”. En este estudio se evidencia que las responsabilidades del padre y la madre no son las mismas, pues el primero se encarga de proveer el dinero, mientras que la madre se encarga de repartirlo, cumplir con las tareas domésticas del hogar y el cuidado de los hijos.

El que la decisión haya sido tomada exclusivamente en pareja y de manera consensuada — es decir, no se consideraron opiniones de personas externas, como padres, amigos, hermanos, conocidos, etc.— no garantiza una conciencia de derechos y, muy posiblemente, lo que hace es reproducir la inequidad de género en la que se vive, potenciando esta. Por supuesto, este poder vertical puede estar naturalizado, cuando expresan: “solo los dos. Cuando ya era hora de viajar se comentó con los demás” (E03); “solo los dos, sí. Solo entre

los dos conversábamos” (E04), a pesar de las consecuencias que podían devenir y recaer sobre la persona que se queda, en estos casos las mujeres madres de familia que enfrentaron el reto de conformar una familia transnacional.

Reestructuración familiar

Desde una perspectiva psicosocial, Lévy-Strauss (1987) mencionó que una familia es un modelo ideal que sirve para designar a un grupo social en particular que, a pesar de presentarse con diversas formas y características, siempre ha servido de base para la organización de los sistemas sociales. De esta manera, la migración ha llevado a que las familias se reestructuren, dando paso a la conformación de familias transnacionales. La definición más utilizada de familia transnacional es la brindada por Bryceson y Vuorela (2002), la cual menciona que es una familia en la que los integrantes viven, por lo general, la mayor parte del tiempo separados, pese a ello, crean vínculos para generar sentimientos de unidad y bienestar.

En el marco de la perspectiva transnacional se ha comenzado a considerar la unidad familiar como unidad de análisis primordial en el estudio de las migraciones. A partir de la óptica transnacional, la unidad familiar aparece como una unidad socioeconómica estratégica, dado que es ahí donde se deciden aspectos como quién migra, las inversiones realizadas, como se reparten las remesas y cuando se realiza el retorno, entre otros asuntos (Sanz, 2009).

En estos casos las familias mantienen contacto constante con la persona que migró, pero la realidad muestra lo complejo de esta situación en el lugar de origen: “él todos los días llama o escribe o manda audios y está pendiente y en constante comunicación. Como decir solo palabras, porque ya no es lo mismo” (E01). Se mantienen las relaciones familiares, empero, esto no afecta ni cambia el rol que tiene la mujer en su hogar, quien no recibe ayuda extra, pues continúa a cargo de las responsabilidades y labores. Aquí se comprende el fenómeno que la ONU MUJERES (2021) denomina pobreza de tiempo, el hecho de no tener el espacio para el cuidado, para el descanso o para el ocio, una situación que afecta directamente a la calidad de vida

Adicionalmente, se rompe la idea de que la familia necesita la presencia física de los miembros para construir relaciones familiares adecuadas, puesto que los individuos, si bien se encuentran separados físicamente, se encuentran unidos emocionalmente (Zapata, 2009), por ejemplo, en algunos casos, se menciona: “sí, él siempre llama, todo el tiempo apoyando dándome ánimos” (E03); “él, sí, pues ha estado todos los días llamando, por ese lado en cambio yo ya me siento un poco más segura, y sé que tengo alguien quien me espere, quien me escriba, todos los santos días me llama y conversamos” (E04).

En este contexto, es importante hablar sobre la teoría de Bowen (1989) acerca de sistemas familiares, en la que describe las relaciones que se establecen dentro de esta. Desde esta perspectiva la familia es considerada como una unidad emocional, en la cual, el comportamiento de cualquier miembro familiar altera la conducta del resto, ya que cada familia mantiene un determinado nivel de interdependencia emocional. Esto desemboca en que todos los individuos se encuentren a expensas de la atención, la aprobación y el apoyo de los otros (Kerr, 2003). A partir de las entrevistas se evidencia un cambio de roles en el que los hijos deben hacerse cargo de tareas que antes de la migración de sus padres no tenían, asumiendo incluso el rol de "hombre de la casa": "mi esposo a mi hijo mayor le pidió que, como ya, el hombre de la casa le ayude en lo que pueda, que le ayude con su hermano y en eso no más" (E03).

En la mayoría de los casos, las mujeres han expresado que posterior a la migración de sus parejas, las relaciones intrafamiliares en sus hogares con sus hijos se han fortalecido e incluso se llevan mejor, pues anteriormente se mencionó que dejaron sus trabajos para dedicarse al cuidado de sus hijos, por lo tanto, pasan con ellos la mayor parte del tiempo: "sabe que, ahora como que más nos llevamos, a pesar de que antes también, claro que había problemas y todo, pero ahora como que ya ni hemos pegado ninguna pelea" (E04); también, en uno de los casos, se menciona que las relaciones intrafamiliares siguen tal cual: "seguimos iguales nosotros aquí" (E02).

Además, el hecho de que un miembro de la familia se haya alejado físicamente de la familia puede generar sentimientos en los miembros de la familia que los incite a buscar apoyo en alguien que se encuentre cerca. En un caso el padre era apegado a sus hijas: "como él, a veces los domingos, decía vamos a volver, me voy a jugar vamos, le llevaba a mis hijas. Yo a veces trabajaba los domingos entonces él salía con las guaguas" (E01) y después de su partida, la madre fortaleció su relación: "mi hija ha madurado, como yo sé decirle a ella: vos eres ahorita mi pilar... Tienes que estar ahí, cualquier cosa yo estoy para ti, y así tú estás para mí" (E01). La familia se adapta a las nuevas realidades, y "esto promueve redes de interacciones físicas, afectivas, de cuidado entre sus miembros y un proceso de humanización" (Calero, 2017, p. 45).

La migración no afecta solamente a la mujer sino a toda la estructura familiar, a la cual pertenecen también los hijos, quienes han atravesado afecciones en el aspecto de la salud física y mental, posterior a la migración de sus padres:

(...) mis hijas, ellas eran bien apegadas, ellas cuando él recién se fue sí se enfermaron, fue bien duro para como digo para mi hija la de la mitad, ella era bien pegada al papá, ahorita está acudiendo al psicólogo por lo que ella como digo entro en un mundo donde

no quería nada, mi hija la mayor también ella lloraba decía no como porque somos así porque mi papi tuvo que irse a estados unidos. (E01)

Los relatos muestran que la afectación emocional no puede ser ignorada: “mi hija chiquita la más pequeñita se enfermó bastante, le dio anemia, a la más chiquita que sufrió más” (E02); “mi bebé también se sentía triste y todo eso” (E03); “la pequeñita que tiene 15 años, ella sufrió más porque la grandecita, ella... sabe la manera cómo sufre a veces en la juventud, el silencio es lo que los mata” (E04).

Por otra parte, los roles adquiridos dentro de la familia se establecen a partir de la persona jefa del hogar, quien es reconocida como tal por quienes integran el mismo (Echarri, 1995). La constitución de los hogares se fundamenta principalmente en las relaciones de parentesco existentes entre los miembros que lo conforman, así que es innegable la diversidad y la compleja organización y convivencia al interior de los hogares que encabezan las mujeres, por lo que profundizar aún más en la dinámica de estas unidades permite focalizar las políticas en beneficio de las mujeres en general y de las jefas de hogar en particular (Aguilar, 2016).

Si bien, en estos casos, las mujeres no son quienes aportan dinero para cubrir los gastos, al encargarse de distribuirlo, de tomar las decisiones tanto ínfimas como importantes, de hacerse cargo de las responsabilidades y asumir nuevos roles, las convierte en jefas de hogar. Ellas mismas se reconocen como jefas de hogar, aceptan que están viviendo una nueva realidad, la cual es difícil, sacrificada y pesada, puesto que se encargan de labores y tareas que antes no realizaban y se convierten en los pilares fundamentales de la vida familiar: “al principio fue duro, fue duro, pero ya ahora ya que más toca, como digo ser jefa si fue duro, pero ya uno se va acostumbrando” (E01); “eso somos, ya ha cambiado, y ya nada tengo que seguir con ellos, pendiente de ellos, estar uno ahí primero para ellos, siempre, para todo lo que necesiten” (E02); “hay cosas que también las decido yo como jefa de hogar” (E03); “eso nos hacemos, claro, es algo sacrificado, porque el hecho de que, como le dije, todas las cosas se ponen en los hombros de uno. Prácticamente somos los pilares fundamentales de la casa, si es pesado, hago lo que humanamente pueda por ellos” (E04); “totalmente claro, porque ya uno dirige todo, uno controla todo aquí en la casa entonces ya es distinto todo” (E05).

Percepciones, emociones y sentimientos

Las mujeres que se quedan tienen experiencias y percepciones distintas frente a la vivencia de la migración de su pareja, puesto que se generan cambios en sus vidas, tanto en el aspecto personal, como familiar y social. Los autores Chadwick y Clifton B. (1999) mencionan que, las estructuras cognitivas son las representaciones organizadas de experiencia previa, son relativamente permanentes y sirven como esquemas que funcionan activamente para filtrar,

codificar, categorizar y evaluar la información que uno recibe en relación con alguna experiencia relevante.

Las mujeres se construyen a sí mismas y experimentan diversos sentimientos y emociones, principalmente soledad, estrés, tristeza, nostalgia, sensaciones de vacío e incluso ganas de renunciar a todo. Al identificar cómo se sienten y cómo llevan la soledad, expresan: “La soledad, como siempre éramos como digo antes los dos, es como tener otra vida, como digo” (E01); “puuu, tantas cosas, pero ya que Diosito nos de valor, fuerzas para salir adelante. La soledad, que ya no llegan, ya en la mesa hace falta y eso” (E02); en algún caso detalla un colapso emocional:

(...) es feo, al principio si me deprimí bastante, me empezó a dar como ataques de ansiedad así de sentirme triste, sola. Si le llega a usted a un momento como que, de a ratos, explota y dice no quiero saber nada. Entonces, hay muchas veces en las que uno como que, sí, quiere renunciar a todo eso realmente. Sí, me da bastante tristeza, a veces impotencia, de no jalo más, ya no quiero, entonces es duro. Yo he tenido a veces, muchas veces, que tomarme cosas para el estrés, salir. (E03)

En algunos casos las mujeres tienen deseos de abandonar sus responsabilidades y reunirse nuevamente con sus parejas, pero, por el contexto económico que viven, ya sea por la falta de empleo o las dificultades en el aspecto de la salud —como se mencionó anteriormente—, deben mantenerse en la nueva realidad como jefas de hogar con su pareja en el exterior, para solventar todas las necesidades. La solución a los problemas económicos no es sencilla en lo emocional, se hace un gran esfuerzo para que prevalezca la razón de la partida y lo emotivo para asumir

que el marido permanezca lejos:

(...) horrible, es horrible el hecho de estar separados por el hecho de la distancia, es algo fuerte de superarlo, se extraña demasiado y eso. He sentido depresión, tristeza, estar llorando, sentimientos encontrados en todo de que ganas de que ya mejor vente y punto, pero también hay que pensar con la cabeza y no solo con el corazón. (E05)

En relación con la pareja, la salida del padre del hogar parece afectar más a las esposas que a los hijos —sin dejar de reconocer las situaciones de abandono— en el sentido de que la migración del esposo forma parte de un proyecto común de la pareja (Herrera y Carrillo, 2009). La mujer se siente afectada por la migración de su pareja, más si, como en este caso, tenían un vínculo muy fuerte, que genera sentimientos negativos:

Es triste, que se separe la familia, se separe el esposo es duro porque hay momentos en que así sea para una enfermedad, para compartir cualquier cosita uno se siente vacía, yo me enfermé de un problema de columna, pero me daba mucha nostalgia saber que él fuera el complemento de mí, para que me estuviera ayudando. Entonces

sí es un momento emocional muy duro para nosotros, no tiene con quien conversar, uno anochece y amanece sola, entonces si duele eso. (E04)

Loza (2007) detalla que, cuando tienen hijos pequeños, o es la primera vez que pasan por el proceso de migración masculina, estas mujeres expresan que ese tiempo de espera las angustia y enferma, así también las entrevistadas confiesan: “yo psicológicamente, sí me enfermé, me empezó a dar como ataques de ansiedad, así de sentirme triste, sola, sí, sí. Igual a mi bebé, también se sentía triste” (E03); “la soledad, como siempre éramos como digo antes los dos, es como tener otra vida como digo” (E01). En algunos casos se presentan afecciones a la salud mental, pues es la primera vez que atraviesan un proceso migratorio y el tiempo es relativamente corto, debido a que en estos casos son periodos de no más de dos años.

Resiliencia, una manera de seguir

Pese al agobio y la desesperanza, la vida continua y las mujeres que se convirtieron en jefas de hogar han desarrollado varias estrategias de afrontamiento, como por ejemplo, solicitar ayuda profesional para sobrellevar y manejar todas las emociones y sentimientos con las que cargan, recurrir a redes de apoyo con amigos que atraviesan una situación similar o incluso acuden a la religión para sentir un soporte: “tuve que recurrir a ayuda profesional porque sí, estaba muy delicada (...) escucho bastante lo que son oraciones, soy muy creyente creo mucho en los ángeles; siempre estoy con autocontrol, escucho audios de crecimiento personal” (E05); “tengo otra amiga que está pasando por lo mismo y estamos pasando igual, entonces entre las dos nos apoyamos, conversamos, a veces salimos a tomar un cafecito a llorar nuestras penas, como se dice” (E03).

Respecto a estas situaciones, las mujeres han desarrollado la capacidad de resiliencia para hacer frente a las dificultades que se presentan, para sostener a su hogar mientras un miembro de su familia se encuentra en el exterior, con el pensamiento de salir adelante. Para Piña (2015) la resiliencia en mujeres es la capacidad fundamental de reconocer sus fortalezas y resistencias para superar las adversidades y construir sobre estas, incluso transformándose en oportunidades de crecimiento para ellas. Siguiendo esto, las mujeres afirman: “sí, hemos cambiado y ahora como sé decir somos más fuertes, así como sé decir, de repente tu papá nos falte ya somos las cuatro ahora, ya sabemos sobrevivir. Más fuertes también” (E01); “he tenido de apoyo a mi mamá, que ella es mi maestra en todo sentido, amistades... pero, si algo he aprendido es el uno salir adelante, uno mismo salir adelante sin necesitar de otros” (E05); “puu, tantas cosas, pero ya que Diosito nos de valor, fuerzas para salir adelante” (E02).

Desgaste emocional

La deficiencia en el manejo de emociones, los autorreproches, entre otros aspectos que dificultan el desarrollo de una vida plena para la mujer, están enlazados al desgaste emocional, debido a que este se refiere a un trastorno adaptativo crónico asociado con el inadecuado afrontamiento de las demandas psicológicas, fue acuñado originalmente por el psicólogo Herbert Freudenberge en 1974. De manera explicativa, el autor Morán (2006) menciona que el desgaste emocional es considerado como el agotamiento a nivel emocional, mental y físico, una sensación de “no poder dar más de sí mismo/a” (p. 219), tal como se menciona en algunos casos:

(...) sí, le llega un momento como que a ratos explota y dice no quiero saber nada, entonces, hay muchas veces en las que uno como que, sí, quiere renunciar a todo eso realmente. Me da bastante tristeza a veces impotencia de no jalo más ya no quiero entonces es duro. (E03)

Con lo anterior, queda en evidencia el agotamiento extremo en la entrevistada al mencionar que siente impotencia y no da más, así también se observó durante las entrevistas que las mujeres estaban cansadas, con falta de sueño y con estrés por tener que realizar alguna actividad pendiente.

Los autores Barnett y Shan (1997), detectaron que el grado de sobrecarga y estrés en cuanto a las responsabilidades en el hogar, notificado tanto por las mujeres trabajadoras como por sus parejas, se asoció con determinadas tareas de la casa como preparar las comidas diariamente, asear la cocina luego de estas, limpiar la casa y realizar compras en el mercado. Por lo que el agotamiento emocional se podría asociar a cambios en las rutinas diarias, en las que tienen más actividades de las que estaban acostumbradas; “más antes teníamos una rutina, cambió demasiado, como tengo a mis dos hijas, ya no puedo, les recibo les voy a dejar, ya, es todo contra uno ya” (E01); “muchos cambios porque uno prácticamente la responsabilidad está completa sobre uno, cuidado, alimentación, salud, estar pendiente de los hijos. Entonces sí, se hace complicado todo eso y cargar con todo el peso” (E04).

Uno de los efectos psicosociales que se produce en estos casos, es la fatiga parental, Roskam y Mikolajczak, (2020) como la exposición a un estrés crónico —de parte de los cuidadores, padre o madre— que disminuye el uso de los recursos de la persona para enfrentar las situaciones estresantes. Estudios recientes señalan que la prevalencia de este fenómeno en mujeres sería significativamente más alta que en los hombres (Roskam y Mikolajczak, 2020), referente a este tema, en un caso se identifica que:

(...) el almuerzo y las comidas son lo más feo, eso es lo que a mí me suena más, no hay un día que yo pueda sentarme y respirar, y decir voy a comer tranquila; porque yo

antes sí me sentía tranquila porque mi esposo me ayudaba a cuidar a mi hijo o él le daba de comer, entonces había un apoyo. (E03)

En el caso anterior, la entrevistada no recibe ayuda para cuidar a su hijo pequeño, que además tiene un problema de salud en el corazón, lo cual genera que se sienta cansada e intranquila. Frente a esto, Alsawalqa (2019), profesor jordano de sociología clínica, explica que ante la falta de soluciones a los problemas que enfrenta, se desarrolla cansancio emocional, ausencia de comunicación e insatisfacción de las necesidades personales.

Incluso, se reconoce que, pese a haber mejorado el factor económico, la responsabilidad recae ahora sobre una sola persona:

(...) económicamente puede haber mejorado, pero de todas maneras las deudas y toda la carga la tengo yo, porque todo queda a nombre de uno y la cara de todas las cosas la tengo que dar yo. Aparte de todo también lo físico, ya no hay esa ayuda y ahora me toca todo, todo, a mí. (E03)

En ese sentido van también otras opiniones: “uno tiene que hacer todo y cargo de todo, entonces sí, es bastante carga tanto económica como en todo, de mis hijas, la casa y todo”; (E01), “he tenido más carga, más peso, porque antes hacíamos todo entre los dos. Entonces ahora asumo yo todo, sí, es mucho más fuerte mi rutina y más pesada que antes” (E05). Lo anterior se traduce en un claro desgaste, pues al asumir nuevas responsabilidades sumadas a sus actividades diarias, aumenta la carga y se encuentran solas frente a decisiones importantes que recaen sobre ellas.

Al estar a cargo de toda la responsabilidad el tiempo es escaso, en algunos casos las mujeres reciben apoyo por parte de sus hijos y se dividen de mejor manera las actividades pendientes, teniendo en cuenta que la obligación de los niños, niñas y adolescentes, NNA, es estudiar, la mayoría de actividades y tareas del hogar recaen sobre la madre, esto también se debe a las estructuras sociales locales y su manera de entender las obligaciones familiares como una “ayuda” a la madre: “yo con mi hija la más grande, si es bien difícil, pero yo como digo: ella ya está más grandecita, como decir, ella es mi ayuda aquí. Ha sido mi ayuda” (E01); “a veces mi hijo me ayuda poco, a limpiar un poco la casa a ordenar la ropa y eso, y su espacio, pero todo lo demás me encargo yo” (E03); Incluso por la falta de tiempo, ellas casi no salen, ni hacen actividades recreativas: “yo me he limitado a salir y todo y entonces sí afectó” (E03).

Pero incluso si hay colaboración o “ayuda” por parte de sus hijos, esta no se compara a todas las actividades que tienen que realizar la madre durante el día, hay un continuo intento de organización de tiempo por parte de las madres

(...) mi horario es, yo 5 de la mañana ya estoy despierta, entonces ya 6 de la mañana digo: tengo que hacer algo, y ya le dejo haciendo la comida a mis hijas. Hay días que, sí, siento que me falta tiempo porque pasó... y ni llego a veces pronto a la casa. (E04).

Conclusiones

El objetivo principal de esta investigación fue describir el desgaste emocional en las mujeres de la comunidad de Guablincay que fueron parte de este estudio a partir de sus experiencias durante la migración de su pareja en la pandemia del COVID-19. Al finalizar esta investigación se concluye lo siguiente:

Respecto al objetivo específico planteado, que fue caracterizar las condiciones del contexto en el que las mujeres han asumido la jefatura de hogar tras la migración de su pareja durante la pandemia del COVID 19, se concluye que el contexto es un aspecto importante, debido a que conocer las causas y la situación premigratoria permite comprender la nueva realidad y los principales motivos que incidieron en la migración. En este caso los factores que influyen son: los imaginarios sociales, las redes de apoyo y la situación económica. Una vez iniciado el proceso de migración, la realidad se transformó, pues familias que tenían rutinas ya establecidas, empezaron a modificar su día a día. En los casos estudiados al ser contextos donde no hay oportunidades laborales, ni fuentes de acceso a ingresos económicos, prevalece un alto índice de migración, sobre todo por parte del género masculino. De este modo, la migración de un miembro de la familia incidió en la manera en que se percibe el fenómeno y la manera en que lo afrontan.

Respecto al siguiente objetivo específico planteado, que fue identificar las percepciones, emociones y sentimientos de las mujeres de la comunidad de Guablincay acerca de su situación como jefas de hogar a partir de la migración de sus parejas durante la pandemia del COVID 19. De hecho, uno de los efectos psicosociales que se produce debido a esto, es la fatiga parental. Pese a ello, las mujeres del estudio se resignaron a su nueva realidad y la aceptan para poder sobrellevar los problemas económicos que atravesaban.

Por otro lado, se determina que las mujeres han participado directamente en la toma de la decisión de migrar de sus parejas, siendo una decisión mutua en la cual también se evidencia el compromiso de los miembros por mantener los vínculos y las relaciones a pesar de la distancia. Las responsabilidades del padre y la madre cambian, pues ahora el primero se encarga exclusivamente de proveer el dinero, mientras que la madre se encarga de repartirlo, cumplir con las tareas domésticas del hogar y el cuidado de los hijos.

Vemos también que una vez que se ha iniciado el proceso migratorio de uno de sus miembros familiares se configura la llamada familia transnacional, que exige a sus miembros desarrollar estrategias para mantener los vínculos a través de la distancia, mediante el uso de canales de comunicación a través de las nuevas tecnologías y mediante el envío de remesas. Entonces, la familia se enfrenta a procesos de reestructuración y cambios de roles, en los que inciden factores contextuales y culturales. Se visibiliza que el mantener el contacto diario, el

envío de dinero y el apoyo emocional a sus parejas a la distancia, contribuye a que la presencia emotiva de la pareja se mantenga.

Por otra parte, las familias, posterior a la migración del cónyuge-padre, sufren de afecciones tanto mentales como físicas, requiriendo incluso ayuda profesional para sobrellevar esto, pues expresan haber tenido sentimientos de tristeza, melancolía, soledad e incluso frustración frente a la situación que atravesaron.

A pesar de estas situaciones, se han identificado maneras de afrontar la nueva realidad, en las que las redes de apoyo en el país de origen desempeñan un papel fundamental para hacer frente a la sobrecarga física y emocional que atraviesan las mujeres; por lo tanto, la familia ha generado la capacidad de resiliencia, para salir adelante pese a la ausencia física de uno de sus miembros familiares. Concluyendo que en todos los casos la migración de sus parejas ha sido una situación fuerte, cansada y difícil de sobrellevar.

Y por último, respondiendo al tercer objetivo específico planteado para esta investigación, sistematizar los principales patrones de desgaste emocional en las vivencias de las mujeres convertidas en jefas de hogar en la comunidad de Guablincay durante la pandemia del COVID 19. Vemos que las mujeres, parte de este estudio, se reconocen como actuales jefas de su hogar, pues aceptan que tienen que cumplir una mayor cantidad de actividades y roles que antes no tenían ni estaban acostumbradas, son conscientes de que el tiempo no les alcanza, tienen una sobrecarga de tareas tanto familiares como económicas, presión al momento de tomar decisiones, entre otras. Se concluye que llevar la jefatura de hogar ha significado para estas mujeres un desgaste emocional, y que hacen un gran esfuerzo, para sostener a sus familias.

Las investigaciones acerca de los procesos migratorios en zonas rurales aportan no solo a la comprensión de la realidad, sino que dan insumos para proyectos de acompañamiento hacia las mujeres que se quedan.

Recomendaciones

Si bien existen algunas investigaciones en el Ecuador centradas en las familias de migrantes, muy pocas profundizan en las experiencias y vivencias de las mujeres que se quedan a cargo del hogar y de su familia. Por lo que consideramos que las investigaciones que se realicen sobre el fenómeno de la migración deberían centrarse también en estas mujeres, teniendo en cuenta tanto las zonas urbanas como rurales, pues son ambientes con diferentes maneras de percibir y vivir el proceso migratorio.

Se recomienda también que las investigaciones académicas no se realicen únicamente con el fin de ser publicadas, puesto que deberían ser empleadas a favor de los sujetos investigados y de los individuos que estén atravesando situaciones similares. Se pretende que los resultados de esta investigación sirvan de base para futuras y más extensas investigaciones, con el propósito de que se pueda desarrollar proyectos centrados en brindar apoyo y acompañamiento a las mujeres que viven la migración de sus parejas convirtiéndose en jefas de hogar, brindándoles el soporte emocional para ellas y para cada uno de los integrantes de las familias de migrantes.

Se recomienda renovar estrategias en términos de revertir el proceso de debilitamiento, acentuado por la migración mediante el incremento de la participación y el liderazgo con nuevos actores (mujeres y jóvenes), lo que implica abrir las puertas a otras demandas y reivindicaciones. Así como también solicitar al Estado y Gobiernos locales en coordinación con las organizaciones sociales que se logre mejorar las condiciones de vida de los sectores rurales como Cojitambo, para que se implementen políticas que potencien las oportunidades y se contrarresten los efectos negativos de la emigración.

Finalmente, sería importante investigar las experiencias y percepciones que tengan los hijos de familias migrantes, pues muchas veces se toma en cuenta únicamente a la persona que migra olvidándose que este fenómeno afecta a toda la familia que lo vive y, en muchos casos, los hijos crecen con la ausencia de uno de los miembros de la familia, que sumado al agotamiento emocional de la madre puede implicar el desarrollo de conductas de riesgo.

Además, se recomienda crear espacios de diálogo y grupos de apoyo en donde las mujeres puedan expresar de manera libre sus vivencias y experiencias con otras mujeres que estén atravesando por la misma situación para brindarse apoyo entre ellas y generar redes de acompañamiento, pues en muchos casos las mujeres viven esta experiencia solas.

Referencias

- Acción contra el hambre (2021) ¿Cuáles son las redes de apoyo social? Definición y tipos. Obtenido de: <https://www.accioncontraelhambre.org/es/redes-apoyo-social>
- Aguilar, L. (2016). Mujeres jefas de hogar y algunas características de los hogares que dirigen. Una visión sociodemográfica. La situación demográfica de México 2016. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/232091/05_Aguilar.pdf
- Aja Díaz, Antonio, Rodríguez Soriano, María Ofelia, Orosa Busutil, Rebeca, & Albizu-Campos Espiñeira, Juan Carlos. (2017). La migración internacional de cubanos. Escenarios actuales. *Revista Novedades en Población*, 13(26), 40-57. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782017000200004&lng=es&tlng=es
- Aruj, R. (2008). Causas, consecuencias, efectos e impacto de las migraciones en Latinoamérica. Universidad de Buenos Aires. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252008000100005.
- Barnett R, Shan YCh. (1997). Gender, high and low-schedule-control. Housework task and psychological distress. *J Fam Issues*, 18(4), pp. 403-428.
- Bezanilla, José Manuel, & Miranda, Ma. Amparo. (2013). La familia como grupo social: una re-conceptualización. *Alternativas en Psicología*, 17(29), 58-73.
- Blanco, G., Feldman, L. (2000). Responsabilidades en el hogar y salud de la mujer trabajadora. Obtenido de <https://www.scielosp.org/article/spm/2000.v42n3/217-225/>
- Bowen, M. (1989). *La terapia familiar en la práctica clínica*. Barcelona: Desclée de Brouwer.
- Bryceson, Deborah y Ulla Vuorela (2002), *The transnational family: new European frontiers and global networks*, Berg, New York.
- Calero, J. (2017). La “Primera noticia” en familias que reciben un hijo con discapacidad o problemas en el desarrollo. Algunas estrategias de afrontamiento. *Edetania. Estudios y Propuestas Socioeducativas*, (41), pp. 45-56.
- Carlosama, E., Morales, C. (2021). Determinantes del Subempleo en Ecuador. Periodo 2019. *Cuestiones Económicas*, 31(3), Autores: Erika Carlosama y Carol Morales. <https://estudioeconomicos.bce.fin.ec/index.php/RevistaCE/article/view/329/230>
- Carpio, K. Almanzar, A. Castillo, M. Santamaría, I. (2019, junio). Salud y migración. *Revista Salud Regional*, año 2, número 2, enero-junio 2019. El Salvador. https://www.cepal.org/sites/default/files/news/files/revista_salud_regional_segunda_edicion.pdf
- Castles, S. (2010). Migración Irregular: Causas, Tipos, Dimensiones Regionales. *Migración y Desarrollo*. (7). 49-80. <https://www.scielo.org.mx/pdf/myd/v8n15/v8n15a2.pdf>

- Coba, G. (2021). La reactivación espera: desempleo y subempleo suben en abril. PRIMICIAS.
- Cobos, Eduardo (2021). Emigración de ecuatorianos a Estados Unidos y a México va en aumento. PRIMICIAS INEC. <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/emigracion-ecuatorianos-estados-unidos-mexico/>
- Curiel-García, J. Á., Rodríguez-Morán, M., & Guerrero-Romero, F. (2006). Síndrome de agotamiento profesional en personal de atención a la salud. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 44(3).
- Diario El País. (2021). Agotamiento emocional en la crianza: ¿qué es el 'burnout' parental? Obtenido de: <https://elpais.com/mamas-papas/2021-11-19/agotamiento-emocional-en-la-crianza-que-es-el-burnout-parental.html>
- Echarri Cánovas, Carlos Javier. (1995), "Hogares y familias en México: una aproximación a su análisis mediante encuestas por muestreo", en *Estudios Demográficos y Urbanos*, vol. 10, núm. 2 (29), pp. 245-293.
- FEDERACIÓN IBEROAMERICANA DE OMBUDSMAN. (2018). Migraciones y Movilidad Humana. Trama editorial. <http://repositorio.dpe.gob.ec/bitstream/39000/2034/1/FIO-010-2018.pdf>
- Freidenberg, Judith., Sassone, Susana. (2018). Movilidad, migración y territorio: el papel del sujeto. *Revista Temas de Antropología y Migración*, (Nº 10), pp. 45-50. https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/118418/CONICET_Digital_Nro.5348891a-8f8d-486b-88fe-5f587348abab_B.pdf.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Freudenberger, Herbert, J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 30(1), pp. 159-165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- Gaborit, Mauricio & Zetino Duarte, Mario & Brioso, Larissa & Portillo, Nelson. (2012). La esperanza viaja sin visa: Jóvenes y migración indocumentada de El Salvador.
- García, D., Castro, L., Verdù, A. (2019). Jefatura de Hogar Femenina y Mercado Laboral Ecuatoriano. *Revista Económica*. (71). pp. 29-43. <https://revistadigital.uce.edu.ec/index.php/ECONOMIA/article/view/2088/2033>
- Griffith, A.K. Parental Burnout and Child Maltreatment During the COVID-19 Pandemic. *J Fam Viol* 37, 725–731 (2022). <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00172-2>
- Hendel, L. (2017). Comunicación, infancia y adolescencia: Guías para periodistas. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org/argentina/files/2018-04/COM-1_PerspectivaGenero_WEB.pdf

- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ta ed.). México D.F.: McGraw-Hill. ISBN: 978-1-4562-2396-0. Recuperado de: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Herrera, G. (2003). La migración vista desde el lugar de origen. Flacso (15), pp. 89-90.
- Herrera, G., Carrillo, M. (2003). Transformaciones familiares en la experiencia migratoria ecuatoriana. Mélanges de la Casa de Velázquez. 39-1.
<https://journals.openedition.org/mcv/591#quotation>
- Kearney, Michael y Bernadete Beserra. (2002). "Migration and Identities, Latin American Perspective's", Issue 138, Vol. 31
- Kerr, M. (2003). La historia de una familia: Un libro elemental sobre la teoría de Bowen.
Lázaro Castellanos, Rosa, & Alberti Manzanares, Pilar, & Zapata Martelo, Emma, & Martínez Corona, Beatriz (2005). Jefatura femenina de hogar y transformaciones en los modelos de género tradicionales en dos municipios de Guanajuato. Revista de Estudios de Género. La ventana, (22),219-268.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88402210>
- León Torres, Maria Soledad, et al. (2016). "Las esposas de migrantes: conyugalidad a distancia en una región de migración histórica".
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252016000200077
- LEY ORGÁNICA DE MOVILIDAD HUMANA (2021).
- Lévi-Strauss, C. (1987). Polémica sobre el origen y universalidad de la familia.
- Loza Torres, Mariela, et al. (2007). Jefaturas de hogar. El desafío femenino ante la migración transnacional masculina en el sur del Estado de México.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-89062007000200002
- Maria José García Oramas, Susana Ruiz Pimentel y Sara Ruiz Vallejo, «Las que se quedan: Género, Migración y Control Social», *Amérique Latine Histoire et Mémoire. Les Cahiers ALHIM* [En línea], 21 | 2011, Publicado el 30 junio 2011, consultado el 30 octubre 2021. URL: <http://journals.openedition.org/alhim/3803>; DOI: <https://doi.org/10.4000/alhim.3803>
- Martínez Pizarro, J. (2003). El mapa migratorio de América Latina y el Caribe, las mujeres y el género, Santiago de Chile, UNFPA.
- Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced Burnout. *J Occupational Behavior* 1981; 2: 99-113

- Maslach, C. and Leiter, M.P. (2016), Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15: 103-111.
<https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*,
<http://arjournals.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Maya, I., Martínez, M., & García, M. (1999). Cadenas migratorias y redes de apoyo social de las mujeres peruanas en Sevilla. *Demófilo. Revista de cultura tradicional de Andalucía* (29), pp. 87-105.
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2020). Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2020, 7– 13.
<https://doi.org/10.1002/cad.20376>
- Mora Peña, Vianey Guadalupe, et al. "Migración del cónyuge: análisis de los recursos psicológicos de mujeres michoacanas." *Uaricha. Revista de Psicología*, vol. 10, no. 21, Jan. -Apr. 2013, pp. 44+. Gale OneFile: Informe Académico,
link.gale.com/apps/doc/A381407849/IFME?u=anon~67057fdf&sid=googleScholar&xid=be332d68. Accessed 29 oct. 2021
- MUMMERT, Gail, 2010a, "¿Quién sabe que será ese Norte! Mujeres ante la migración mexicana a Estados Unidos y Canadá", en Francisco ALBA, Manuel Ángel CASTILLO y Gustavo VERDUZCO (coords.), III. *Migraciones Internacionales*, Col. Los grandes problemas de México, COLMEX, México.
- Naciones Unidas (2018), *La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe* (LC/G. 2681-P/Rev.
- OIT. (2020) *Observatorio de la OIT: El COVID-19 y el mundo del trabajo*, abril.
https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/WCMS_743154/lang--es/index.htm
- Organización Internacional para las Migraciones (2019) *INFORME SOBRE LAS MIGRACIONES EN EL MUNDO 2020*. Disponible en:
<https://worldmigrationreport.iom.int/wmr-2020-interactive/?lang=ES>
- Organización Internacional para las Migraciones (2021) *Sobre la migración*. Disponible en:
<https://www.iom.int/es/sobre-la-migracion#:~:text=T%C3%A9rmino%20gen%C3%A9rico%20no%20definido%20en,permanente%2C%20y%20por%20diversas%20razones>
- Parker, C. y King, K. (2011). Is Maternal Fatigue Mediating the Relationship Between Maternal Depression and Child Outcomes?. *Journal of Child and Family Studies*. 20, 844–853.

- PDOT. (2019-2023). Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial de la Parroquia Cojitambo, perteneciente al cantón Azogues, provincia del Cañar. Obtenido del Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial de la Parroquia Cojitambo, perteneciente al cantón Azogues, provincia del Cañar: <https://www.cojitambo.gob.ec/wp-content/uploads/2021/07/PDOT-PARROQUIA-COJITAMBO-FINAL.pdf>
- Piña, J. (2015). Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. *Scielo*, 31(3), 751758.
- Prikhidko A, Long H, Wheaton MG. The Effect of Concerns About COVID-19 on Anxiety, Stress, Parental Burnout, and Emotion Regulation: The Role of Susceptibility to Digital Emotion Contagion. *Front Public Health*. 2020 Dec 18;8:567250.
- Ramirez, J. y Ramirez, F. (2005). La estampida migratoria ecuatoriana. Crisis, redes transnacionales y repertorios de acción migratoria (segunda edición actualizada). CIUDAD, Centro de Investigaciones.
<http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Ecuador/ciudad/20121009105948/ramirez.pdf>
- Ramírez García, Telésforo, (2011) El precio de un sueño. Trayectorias de vida y trabajo de mujeres esposas de migrantes, UAEH, México
- Ruiz García, A. (2002). Migración oaxaqueña : una aproximación a la realidad / Aída Ruiz García ; Coordinación Estatal de Atención al Migrante Oaxaqueño. (1. ed.). Coordinación Estatal de Atención al Migrante Oaxaqueño.
- Sanz, J. (2009). Miradas transnacionales: Visiones de la migración ecuatoriana desde España y Ecuador. CEPLAES.
- Sánchez, C. (8 de septiembre del 2021). La actual ola migratoria en Ecuador en cifras. El Mercurio. <https://elmercurio.com.ec/2021/09/08/111-674-ecuatorianos-han-viajado-a-mexico-en-2021/>
- Solimano, A. (2003). Globalización y migración internacional: la experiencia latinoamericana. REVISTA DE LA CEPAL 80.
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/10895/080055072_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sorensen, N. (2005). Migrant Remittances, Development and Gender.
- United Nations, Department of Economic and Social Affairs. Population Division (2019). International Migrant Stock 2019 (United Nations database, POP/DB/MIG/Stock/Rev.2019)
- Vilar, E. y Eibenschutz, C. (2007). Migración y salud mental: un problema emergente de salud pública. *Scielo*.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-70272007000200002

Villalba, C. (2003). El concepto de resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social. *Psychosocial Intervention*, 12(3), pp. 283-299.

Zapata, A (2009). Familia transnacional y remesas: Padres y Madres migrantes. *Revista Latinoamericana*, 7(2), 1752-1754; 1758-1760 ; 1765.

Anexos

Anexo A. Guía de Entrevista

El objetivo de esta entrevista es identificar el cómo se ha dado el desgaste emocional en las mujeres convertidas en jefas de hogar en la comunidad de Guablincay, conociendo sus experiencias y vivencias a partir de la migración de su pareja.

Datos Contextuales

Código de entrevista:	
Edad:	

Categoría	Subcategoría	Pregunta
Migración	Emigración	¿Tiene familiares o conocidos que han migrado al exterior últimamente?
		¿Está usted a favor o en contra de la emigración?
		¿Usted estuvo de acuerdo con la decisión de migrar de su pareja?
		¿Qué razones determinaron la migración de su pareja?
Contexto	Contexto económico	¿Su pareja le apoya económicamente a partir de su migración?
		¿La migración de su pareja ha ayudado de alguna forma a resolver las limitaciones económicas? ¿Cómo?
Género	Género	¿Se tomó en cuenta su opinión en la decisión de su pareja de migrar?
		¿Quién o quiénes participaron en la decisión de la migración de su pareja?
Percepciones	Emociones y sentimientos	¿Qué emociones o sentimientos ha provocado en usted la migración de su pareja?
		¿Cómo siente el apoyo emocional y sentimental de su pareja hacia usted ante esta nueva realidad?
		¿Cómo afectó a usted y a su familia la ausencia de su pareja provocada por la migración? (angustia, enfermedad, buscó trabajo, pidió ayuda, volvió donde sus padres, pidió caridad, encargó a sus hijos...)

Desgaste Emocional	Cambios en la rutina diaria	¿Qué cambios se han producido en su hogar en la actividad diaria a partir de la migración de su pareja? y al convertirse en jefa de hogar y de ser así, cómo ha experimentado estos?
	Sobrecarga de actividades	¿Ha sentido usted que ha tenido sobrecarga de tareas tanto familiares como económicas luego de la migración de su pareja? De ser así, ¿Cómo ha sido esto?
	Organización del tiempo	¿Ha sentido que le falta tiempo o ayuda en su hogar? De ser así, ¿Cómo se ha organizado y cómo ha organizado su tiempo?
Familia	Relaciones Intrafamiliares	¿Cómo siente usted que la migración de su pareja ha afectado a las relaciones dentro de su familia?
	Reestructuración familiar	¿Cómo se ha dado la reestructuración en su familia posterior a la migración de su pareja?
	Jefa de hogar	¿Considera que luego de la migración de su pareja, usted se ha convertido en jefa de hogar de su familia? De ser así, ¿Cómo describe la experiencia?

Anexo B. Guía de Observación

La siguiente guía de observación tiene como objetivo llevar un registro de las observaciones que se han hecho durante la entrevista para dar a conocer el contexto, las relaciones intrafamiliares, las percepciones observables y el desgaste emocional en las mujeres convertidas en jefas de hogar debido a la migración de su pareja.

Datos Contextuales

Código de observación:	
Edad:	

Categoría Por Observar	Subcategoría por observar	Observaciones
Contexto	Contexto de vivienda	
	Contexto económico	
	Contexto familiar	
Percepciones	Relaciones interpersonales	
	Formas de comunicación	
	Emociones y sentimientos expresados	
Desgaste emocional	Lenguaje no verbal y verbal	
	Conductas no verbales durante la entrevista	
	Formas de expresión no verbal	
	Sobrecarga de actividades	

Anexo C. Carta de Interés del GAD de Cojitambo



Cojitambo, 7 de abril del 2022

CARTA DE INTERÉS

El GAD parroquial de Cojitambo aprueba que la investigación "Desgaste emocional en mujeres de la comunidad de Guablincay convertidas en jefas de hogar tras la migración de su pareja durante la pandemia por COVID-19, período 2022" se desarrolle en la parroquia de Cojitambo, en la comunidad de Guablincay. Pues cuenta con el compromiso y apoyo por parte del GAD Parroquial de Cojitambo para la ejecución de la investigación una vez sea aprobada por el COBIAS-UCuenca y el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Psicología.

Rosa Perguachi

Vocal del GAD Parroquial de Cojitambo

