

## LA MIGRACIÓN DE RETORNO EN LOS ADULTOS MAYORES DE LA MIXTECA OAXAQUEÑA Y SUS PROCESOS DE ADAPTACIÓN PSICOLÓGICA Y CULTURAL

### RETURN MIGRATION IN OLDER ADULTS FROM THE MIXTECA OAXAQUEÑA AND ITS PROCESSES OF PSYCHOLOGICAL AND CULTURAL ADAPTATION

José Bladimir **Chávez-Luna**<sup>1</sup>; María Elena **Rivera-Heredia**<sup>2</sup> y Miriam Anahí **Salazar-García**<sup>3</sup>

#### Resumen

La migración de México a Estados Unidos de personas que provienen de pueblos originarios, así como su retorno al lugar de origen ha sido escasamente estudiada, sobre todo desde la perspectiva de las experiencias que comparten los adultos mayores. Es por ello que este artículo tiene como objetivo describir la experiencia de migración a Estados Unidos y retorno a México, así como los procesos de adaptación psicológica y cultural de adultos mayores que son originarios de la mixteca oaxaqueña. El estudio fue cualitativo y de nivel descriptivo. De manera intencional se invitó a participar a

siete adultos mayores, seis varones y una mujer, con un rango de edad de entre 71 y 75 años que son migrantes retornados del municipio de San Miguel Tlacotepec, Oaxaca. Se realizaron entrevistas semi-estructuradas con apoyo de una guía con 52 preguntas. Se encontró que los participantes migraron en diferentes etapas del ciclo vital. La experiencia migratoria fue más satisfactoria para la mujer que para los hombres participantes. Migraron hablando mixteco y sin saber hablar español e inglés. Regresaron con mayor dominio del español y sin hablar inglés. Reportan vivencias de discriminación en Estados Unidos por parte de otros paisanos mexicanos dadas sus dificultades para

---

<sup>1</sup>Egresado de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Francisco Villa #450 Col. Dr. Miguel Silva. C.P. 58110. Morelia, Michoacán.

<sup>2</sup>Profesora Investigadora de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Francisco Villa #450 Col. Dr. Miguel Silva. C.P. 58110 Morelia, Michoacán.

<sup>3</sup>Profesora de Maestría del Instituto Mexicano de Terapias Breves. Guadalupe #112 Col. Lomas de San Ángel Inn C.P. 01790 Álvaro Obregón, CDMX.

comunicarse en español. En su retorno, regresaron a labores del campo y solo uno de ellos al trabajo de elaboración de artesanías. No participaron en organizaciones de oriundos o clubes de migrantes. Mencionan que las emociones de tristeza y enojo eran las más frecuentes. Los sacrificios económicos para enviar la mayor cantidad de dinero posible a la familia se reportaron con frecuencia. Es necesario continuar dando espacios de análisis y conversación a grupos sociales cuya participación en el proceso migratorio ha sido invisibilizada, sobre quienes es necesario profundizar el conocimiento, como son las personas adultas mayores, que provienen de contextos indígenas y rurales. Las implicaciones de la migración según el género cobran especial relevancia para futuras líneas de investigación.

**Palabras clave:** migración indígena, transculturalidad, vejez, México.

### Abstract

The migration from Mexico to the United States of people who come from indigenous original communities as well as their return to the place of origin has been scarcely studied, especially from the perspective of the experiences shared by older adults. That is why, this article aims to describe the experience of migration to the United States and return to Mexico, as well as the psychological and cultural adaptation processes of older adults who are originally from the Oaxacan Mixteca. The study was qualitative with a descriptive level. Seven

older adults, six men and one woman, with an age range between 71 and 75 years old, who are returned migrants from the municipality of San Miguel Tlacotepec, Oaxaca, in Mexico, were intentionally invited to participate. Semi-structured interviews were conducted with the support of an interview guide with 52 questions. Participants migrated at different stages of the life cycle. The migratory experience was more satisfactory for the women than for the participating men. They migrated speaking Mixtec and not knowing how to speak Spanish and English. They returned with a greater ability of speaking Spanish and without speaking English. They reported experiences of discrimination in the United States by other Mexican, given their difficulties in communicating in Spanish. On their return, they returned to work in the fields and only one of them to work making handicrafts. They did not participate in hometown organizations or migrant clubs. And they do not know about Programa Bracero. The emotions of sadness and anger were the most frequent while they lived in USA. The financial sacrifices to send as much money as possible to the family were frequently reported. It is necessary to continue giving spaces for analysis and conversation to social groups whose participation in the migration process has not been visible, about which it is necessary to deepen knowledge, such as older adults, who come from indigenous and rural contexts. The gender implications of migration are particularly relevant to broaden future analysis

**Key words:** indigenous migration, transcultural, elderly, Mexico.

## INTRODUCCIÓN

### Breve historia de la migración mixteca

Oaxaca es un estado caracterizado por la multiculturalidad, está dividido en ocho regiones, en las que habitan por lo menos 16 grupos étnicos, cada uno con sus

propias características lingüísticas y culturales; los principales grupos son los zapotecos y los mixtecos (Bonfil, 2015; Cruz, 2013; López y Rodríguez, 2021; López y Runsten, 2004).

La región Mixteca, incluye a los estados de Guerrero, Puebla y Oaxaca (López-Ángel y Rodríguez-Suárez, 2021) y se clasifica en mixteca alta, baja y de la costa. En el caso de Oaxaca, este estado ha experimentado la migración de su población desde 1940 (López y Runsten, 2004). Los primeros desplazamientos se realizaron de manera interna hacia el Valle Nacional donde se emplearon como cortadores de tabaco y pizcadores de algodón. Posteriormente, comenzaron a trasladarse hacia Veracruz, donde trabajaron en el corte de caña. Alrededor de 1944 se dieron las primeras migraciones hacia Estados Unidos, alentadas por “El Programa Bracero”, que se estableció en 1942, y que consistía en aportar mano de obra mexicana a los campos agrícolas estadounidenses para cubrir los puestos dejados por los estadounidenses que se encontraban luchando en la Segunda Guerra Mundial (Fernández-Guzmán, 2013; Mindek, 2003). Los primeros mixtecos que migraron provenían de los pueblos en donde usualmente se hablaba español y mixteco. Aquellos que eran monolingües por lo general no migraban (De la Peña, 1950 citado en López y Runsten, 2004). Esta práctica era ejercida principalmente por los hombres, pero con el paso del tiempo y las circunstancias económicas de las familias mexicanas las mujeres también han tenido que integrarse a esta dinámica (CONAPO, 2021; Ortiz-Estrada, 2017).

Este proceso migratorio se ha intensificado y ha promovido que la población mixteca se encuentre dispersa en diversos territorios, tanto nacionales como internacionales, pero manteniendo el vínculo con sus comunidades por lo que se ha construido al paso del tiempo una “comunidad transnacional” (Franco-García, 2021; López y Runsten, 2004; Ortiz-Domínguez, 2021).

En la década de 1980 se crearon diversas organizaciones de migrantes oaxaqueños con diversos intereses laborales, residenciales, culturales, de derechos humanos y de asuntos relacionados con sus lugares de origen (Velasco, 2004).

### **Los migrantes de San Miguel Tlacotepec**

San Miguel Tlacotepec es un municipio ubicado en la región mixteca en la orilla de la carretera entre Huajuapán de León y Juxtlahuaca. Los resultados del Censo 2020 indican que su población es de 3100 habitantes (46.2% hombres y 53.8% mujeres), repartidos en 913 hogares. A pesar de que 6.1% de sus habitantes llegaron en el transcurso de los últimos 5 años, en comparación a 2010, la población decreció un -3.73%. Se encontraron 241 habitantes de entre 60 a 69 años; 197 personas de entre 70 a 79 años, mientras que había 182 habitantes de

80 años o más. Entre ellos concentraron el 20.0% de la población total. La población de 3 años y más que habla al menos una lengua indígena fue 377 personas, lo que corresponde a 12.2% del total de la población de San Miguel Tlacotepec. Las lenguas indígenas más habladas fueron el mixteco (356 habitantes), triqui (15 habitantes) y zapoteco (3 habitantes). Las principales carencias sociales de San Miguel Tlacotepec en 2015 fueron la falta de acceso a la seguridad social, carencia por acceso a los servicios básicos en la vivienda y rezago educativo (Data México, 2021; Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2020). En el 2015, todos los hogares contaban con dos o más miembros en Estados Unidos (Curiel, 2015).



**Figura 1.** Vista del municipio de San Miguel Tlacotepec, Oaxaca.

La migración puede vivirse como un hecho estresante y con una sensación de pérdida real o percibida de recursos individuales, familiares o sociales, por lo que las percepciones, las conductas, los pensamientos y los estilos de afrontamiento van a jugar un papel importante en cómo se viva dicha experiencia (Obregón-Velasco, 2012; Pérez-Padilla, 2014; Rivera-Heredia et al., 2014).

En una serie de relatos de migrantes tlacotepenses recabados por Velasco (2004) se identificó de manera recurrente el tema del sufrimiento que vivieron en su lugar de origen durante su infancia y juventud, como la escasez de recursos y el hambre, la coerción para ejercer cargos cívicos y religiosos, y, principalmente en el caso de las mujeres, la imposición de relaciones maritales por parte de la familia. Como segundo tema principal se abordaron las causas de la migración, donde destacó, entre otras cosas, la pobreza, diferencias internas en los pueblos

de origen, conflictos por las tierras, el ejercicio de la autoridad o el funcionamiento de los cargos cívicos y religiosos. El encuentro con la frontera México-Estados Unidos estuvo ligado a la experiencia de tener que cruzar a través de los cerros, el contacto con otros migrantes y los abusos policiales.

La población indígena del estado de Oaxaca, ha construido sus propias rutas de migración hacia Estados Unidos, particularmente hacia California, pero a diferencia de los zapotecos (Cruz-Manjarrez, 2013), que migran hacia zonas urbanas y trabajan en el sector de los servicios, los mixtecos migran hacia las áreas rurales y trabajan en el sector agrícola (López y Runsten, 2004). La mayoría de los migrantes tlacotepenses buscan trabajo en el norte del condado de San Diego (Parks, Lozada, Mendoza y García, 2009).

Cruzar a través de áreas desérticas y montañosas remotas y peligrosas requiere un guía experimentado y con conocimientos. Durante décadas, los migrantes han invertido en pagar los servicios de traficantes de personas profesionales, conocidos como “coyotes” o “polleros” (Jáuregui-Díaz y Ávila-Sánchez, 2018) para reducir el riesgo físico, así como para aumentar la probabilidad de cruzar la frontera. Es muy común que un familiar o amigo de confianza que haya migrado sea quien recomiende a qué “coyote” contratar, incluso en muchos casos son ellos quienes pagan por el servicio. De acuerdo con Parks et al. (2009) los datos obtenidos en Tlacotepec revelan un aumento significativo en la utilización de coyotes desde el 2000 en respuesta a las fortificaciones físicas, el mayor número de agentes de la Patrulla Fronteriza y los avances tecnológicos en las capacidades de vigilancia que aumentan la probabilidad de aprehensión y el peligro de entrada clandestina.

### **La migración de retorno de adultos mayores**

El retorno de migrantes a México ha crecido significativamente en los últimos años debido, entre otras cosas, al reforzamiento de las fronteras por temor a ataques terroristas, las políticas anti-inmigrantes que han promovido la deportación masiva de migrantes a sus lugares de origen, así como la crisis económica mundial que impactó a la población norteamericana con una recesión económica que disminuyó notablemente la oferta de empleo (Pérez, 2014). Estos retornos pueden incluir repatriaciones, retornos voluntarios e involuntarios de tipo individual o familiar (CONAPO et al., 2021; García y Gaspar, 2016; Ortiz, 2021). De manera más específica, se han descrito seis modalidades de retorno: voluntario del migrante establecido, del migrante temporal, transgeneracional, forzado, del fracasado y programado (Durand, 2006). Independientemente del motivo, el retorno migrante modifica la estructura etaria del país, y la de los hogares, los roles y estrategias familiares; así como las condiciones

226 | José Bladimir Chávez-Luna; María Elena Rivera-Heredia y Miriam Anahí Salazar-García • La migración de retorno en los adultos mayores de la mixteca oaxaqueña y sus procesos de adaptación psicológica y cultural socioeconómicas, políticas y culturales de la comunidad a la que regresan (García y Gaspar, 2016).

La decisión de retornar es una resolución semejante a la que se da en el momento de emigrar. Es como un reinicio del proceso migratorio en sentido inverso y por tanto requiere de una nueva toma de decisiones (Durand, 2006; Pérez, 2014). Los estudios sobre migración de retorno de adultos mayores en México son escasos. Ellos tienen perfiles y necesidades múltiples, además de experiencias y conocimientos que compartir, lo que permitiría conocer los recursos psicológicos que utilizan al regresar a su lugar de origen y que les permiten hacer frente en las diversas situaciones estresantes, así como reintegrarse a sus comunidades de origen (García y Gaspar, 2016; Pérez, 2014).

Datos censales indican que el número de adultos mayores migrantes de retorno reciente pasó de 14 mil en 2000, a 35 mil en 2010, lo que significa un incremento del 158% (García y Gaspar, 2016). En el 2014 el 59.6% de los migrantes retornados se encontraba en el rango de edad de 30 a 59 años, mientras que 6.4% corresponde al grupo de 60 años o más, lo que favorece el argumento de que los migrantes que regresan de Estados Unidos a México lo hacen en las primeras edades de retiro de la actividad económica (Delgadillo y Ángel, 2019).

La experiencia de quienes regresan después de haber migrado, sus motivaciones para volver al país y el impacto tanto en ellos como en sus familias, trabajos y comunidades ha recibido poca atención (Pérez, 2014). El estudio de las personas adultas mayores migrantes de retorno es relevante, por encontrarse en una etapa donde disminuyen sus habilidades productivas y la salud comienza a deteriorarse, sobre todo si se dedicaron a actividades de gran esfuerzo físico. Por otro lado, es probable que muchos de ellos no cuenten con una pensión o ahorros que los ayude a solventar de manera adecuada su vejez, situación que los expone a un estado de alta vulnerabilidad (García y Gaspar, 2016). Así, los estudios sobre adultos mayores y migración son relativamente pocos en México (Astorga, 2017; Meza, Ramos y Ávila, 2018; Shaffhauser, 2012), y menor aún son los estudios que exploran las experiencias de migración en adultos mayores que son oriundos de comunidades indígenas oaxaqueñas y que retornaron a México. Por ello, esta investigación tiene como objetivo: analizar la experiencia de migración y retorno, así como los procesos de adaptación psicológica y cultural en adultos mayores que son originarios de la mixteca oaxaqueña, en México.

## MÉTODOS Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

### Participantes

Esta investigación es de tipo cualitativo y nivel descriptivo. Las personas que participaron tenían como característica principal haber migrado a Estados Unidos y estar de retorno en su lugar de origen dentro de la Mixteca Oaxaqueña en México. Su selección fue de tipo intencional. Participaron siete adultos mayores, entre ellos seis varones y una mujer, con un rango de edad de entre 71 y 75 años.

**Tabla 1. Características sociodemográficas de las y los participantes**

Participantes							
	A	B	C	D	E	F	G
Sexo	Mujer	Hombr e	Hombr e	Hombr e	Hombr e	Hombr e	Hombr e
Edad (años)	73	71	75	73	75	75	74
Años de estancia en EUA	12	20	15	10	10	10	-
Ocupación	Ama de casa	Campe sino	Vendedor artesanas	Campe sino	Campe sino	Campe sino	Campe sino

**Fuente:** Elaboración propia.

Todos viven actualmente en el municipio de San Miguel Tlacotepec, 6 de ellos en la localidad de San Martín Sabinillo de este mismo municipio. Ninguno de los participantes asistió a la escuela. Pueden comunicarse en mixteco y en español, y ninguno de ellos aprendió a hablar inglés durante el tiempo que vivió en Estados Unidos, el cual duró entre los 10 y 20 años (Tabla 1).

### Técnicas de recolección de datos

Se diseñó una guía de entrevista (Tabla 2) para conocer la experiencia de los migrantes tanto de su llegada como de su estadía en Estados Unidos y sobre su regreso a San Miguel Tlacotepec. Para la realización de las mismas se les citó individualmente, los participantes eligieron lugar y fecha. Todos a excepción de

uno de ellos eligieron que las entrevistas se realizaran en sus hogares. Solo una de ellas se realizó en la casa del entrevistador, quien además de haber estudiado psicología también es oriundo de ese mismo municipio. Todas las entrevistas se transcribieron y fueron analizadas, primero de manera individual, configurando un análisis por cada caso, para posteriormente identificar similitudes y diferencias entre los mismos. La información se extrajo mediante el análisis de grandes temas y análisis de contenido, transformando datos cualitativos en frecuencias y porcentajes.

**Consideraciones éticas.** Se solicitó el consentimiento informado de tipo verbal a los participantes, a quienes también se les pidió su autorización para video grabar la entrevista a lo que seis de los siete participantes accedieron; solo uno de ellos solicitó que solo se grabara el audio, para lo cual se utilizó una aplicación de grabadora de voz del celular. Los nombres de los participantes se omitieron y en su lugar se representan con diferentes letras del abecedario (Tabla 1).

**Tabla 2. Guía de Entrevista**

---

<b>Estructura de la Guía de Entrevista semi-estructurada</b>
1. Nombre del entrevistado
2. Ciudad o pueblo de origen
3. Edad
4. Idiomas que maneja
5. Personas con las que vive actualmente
6. ¿Cuál es su ocupación actual o a qué se dedica?
7. ¿Qué edad tenía cuando se fue a vivir a Estados Unidos?
8. ¿Ya hablaba el español cuando usted emigró a EUA?
9. ¿Cómo le hizo para pasar la frontera la primera vez a EUA?
10. ¿Cuándo se fue a vivir a Estados Unidos iba usted solo, o lo hizo acompañado de su familia o amistades?
11. ¿Antes de migrar tenía usted un familiar o amigo en EUA?
12. ¿A dónde llegó a vivir y con quiénes?
13. ¿Qué es lo que recuerda sobre cómo se sentía usted en esa época en la que estuvo viviendo en EUA?
14. ¿Cómo le hizo para encontrar trabajo?
15. ¿En qué estuvo trabajando mientras vivió en Estados Unidos y qué horarios tenía?
16. ¿Cómo se sentía en su trabajo?
17. ¿Cuántas horas al día trabajaba y cuánto era su sueldo?
18. ¿Su familia de México y la de Estados Unidos cambió con usted durante el tiempo que usted estuvo en Estados Unidos?
19. ¿Y usted cambió su forma de pensar o de comportarse a partir de que estuvo como migrante en Estados Unidos?
20. ¿Qué diferencia hay entre su pueblo y el lugar en el que usted vivió en Estados Unidos?

---



- 
21. ¿Qué tanto pudo conservar las costumbres de su familia y de las costumbres de su pueblo mientras estuvo viviendo en Estados Unidos?
  22. ¿Qué es lo que más extrañaba de su pueblo?
  23. ¿Qué es lo que más extrañaba de su familia o amigos?
  24. ¿Tenía comunicación con su familia estando en EUA?
  25. ¿Cada cuánto enviaba dinero a su familia y con cuánto se quedaba?
  26. ¿Alguna vez se quedó sin dinero? Si su respuesta es sí. ¿qué hizo y qué sintió cuando eso pasó?
  27. ¿Qué tanto pudo hacer nuevas amistadas en Estados Unidos mientras usted fue migrante?
  28. ¿Sufrió algún tipo de maltrato o abuso durante su estancia en EUA?
  29. En caso de que la respuesta sea sí. Menciónelas.
  30. ¿Cuál era su estado de ánimo cuando usted se encontraba en Estados Unidos?
  31. ¿Qué le hacía sentirse contento?
  32. ¿Qué lo ponía triste?
  33. ¿Qué era lo que le enojaba más?
  34. ¿Qué es lo que usted extrañaba más?
  35. ¿Qué es lo que usted hacía para manejar las situaciones difíciles que tenía por allá, ya sea por el trabajo, o por sentirse mal por estar lejos de su familia, por sentirse solo o triste?
  36. ¿Considera que ha tenido usted problemas de consumo de alcohol o de drogas?
  37. ¿Desde antes de irse a Estados Unidos?
  38. ¿Durante su estancia en Estados Unidos?
  39. ¿Cuándo regresó a México?
  40. ¿Sufrió discriminación por ser indígena y no hablar el español, comparta alguna situación que haya vivido?
  41. ¿Hubo discriminación hacia usted por parte de gente de origen mexicano, de ser así, qué fue lo que vivió?
  42. ¿Qué reacciones tenía usted cuando le discriminaban?
  43. ¿Qué fue lo que más le ayudó a salir delante de los momentos difíciles que vivió mientras fue migrante?
  44. ¿Cuáles fueron los motivos que lo hicieron regresar a su pueblo?
  45. ¿Cómo encontró a su familia y a su pueblo al regreso?
  46. ¿En que ha trabajado por acá a partir de su regreso? ¿Cómo se encuentra su estado actual de salud?
  47. Cambiando de tema ¿Qué sabe usted sobre las organizaciones que apoyaban a migrantes indígenas en EUA?
  48. ¿Sabían de la existencia de organizaciones que apoyaban a migrantes oaxaqueños?
  49. ¿Usted formó parte de alguna de esas organizaciones o de alguna otra?
  50. ¿Cómo migrante indígena, como se siente usted de haber sido migrante y qué cosas aprendió de haber estado viviendo en EUA?
  51. ¿Dónde se siente más feliz en EUA o en su tierra?
  52. ¿Cómo se siente de haber platicado de su historia y experiencias el día de hoy?
- 

**Fuente:** Elaboración propia.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para comenzar, se presenta una breve descripción de cada uno de los participantes y de su experiencia al haber emigrado a Estados Unidos por primera vez.

La participante “A” tiene tres hijos que ya se independizaron por lo que ahora vive sola. No tiene un trabajo, pero le ayuda a su hija a cuidar su casa y en la temporada de lluvia siembra maíz. Decidió irse a Estados Unidos a los 30 años porque una amiga la invitó a trabajar. En aquel momento hablaba mixteco y tenía muy poco dominio del español. El viaje lo realizó sola con la ayuda de un “coyote” y cruzó la frontera por el cerro acompañada de otras 50 personas.

El participante “B” vive con su esposa y sus hijos, quienes viven y trabajan fuera del pueblo. Se fue a Estados Unidos a los 25 años. Su abuela le enseñó a hablar mixteco y su mamá hablaba bien el español, así que ella le enseñó a hablarlo. También él emigró solo y buscó ayuda de un “coyote” para el cruce de la frontera. Ahora se dedica a la siembra de maíz.

El participante “C” vive con su esposa y su actividad laboral actual es vender papas y tenantes de palma, y ropa que sus hijos le dan para que venda. Él se fue a Estados Unidos a los 35 años, hablando mixteco y solo un poco de español. Él viajó con sus ahijados y sus sobrinos y también pagaron un “coyote” para que los ayudara a pasar la frontera.

El participante “D” tiene cinco hijos de su primer matrimonio, dos mujeres y tres hombres. Su esposa falleció y actualmente tiene otra pareja y dos hijos. Él tenía 23 años cuando emigró, hablaba mixteco y muy poco español. Se fue acompañado de su primo, su compadre y un amigo. Llegaron a Tijuana y ahí buscaron un “coyote” que pagó su conyuño que ya estaba en Estados Unidos. Él considera que en ese tiempo era más fácil cruzar que ahora. Actualmente se dedica a la siembra de maíz.

El participante “E” vive con su esposa y tiene hijos que viven en Estados Unidos y un nieto que vive en otro lugar de México que no especificó. No recuerda a qué edad se fue a Estados Unidos, pero además de mixteco también hablaba español. La primera vez hizo el viaje solo y pagó un “coyote” para cruzar. Actualmente se dedica a sembrar maíz.

El participante “F” vive con 13 personas incluyendo a su esposa, sus hijos y sus nueras. Ahora solo se dedica a sembrar maíz porque ya no se siente con la fuerza para hacer trabajos más pesados. Decidió irse a los 45 años y en ese momento solo hablaba mixteco porque no había podido asistir a la escuela porque se dedicaba a cuidar animales en el monte y no tenía quien le enseñara español. Se fue acompañado de un cuñado y un conyuño. Contrataron un “coyote” pero la primera vez los detuvieron, los llevaron a un corralón y los sacaron por un puente. Lo intentaron dos veces más y hasta la tercera vez lograron cruzar.

El participante “G” vive con su esposa. Cuando se fue a Estados Unidos tenía 27 años, hablaba mixteco y solo sabía algunas palabras en español. Hizo el viaje con un primo y un amigo porque los invitaron otros amigos que ya estaban allá, llegaron a Tijuana y ahí contrataron un “coyote”. Comentó que tuvo mucho miedo de que los agarrara “la migra”. Ahora que está de regreso, solo se dedica a cuidar su casa, regar sus plantas y descansar.

A partir de las experiencias compartidas por los migrantes, se identificó que ninguno de ellos contaba con estudios en el momento de emigrar. Esta situación es similar a la reportada por García y Gaspar (2016) quienes realizaron una descripción de migrantes retornados en la que también destacó el bajo nivel de escolaridad, aunque en su caso solo el 58.6% de los retornados tenían escolaridad menor a nivel primaria a diferencia del 100% de quienes participaron en esta investigación. De acuerdo con ellos, esto podría explicarse por el limitado acceso a la educación formal que había hace cerca de 50 años cuando la mayoría de los adultos mayores que participaron en este estudio decidieron emigrar.

Los mexicanos en Estados Unidos son un grupo social históricamente discriminado por razones de su origen, características físicas y de lengua, a pesar de los beneficios económicos y sociales que aportan (Calleja, 2005). Además, su situación como indocumentados los hace más vulnerables a ser discriminados en otros aspectos como el salario, la educación y la vivienda (Pérez-Soria, 2017). Los migrantes indígenas llegan a los Estados Unidos con mayores desventajas en comparación con la población mestiza: algunos hablan solamente su lengua nativa o no hablan bien el español; generalmente se encuentran en condiciones económicas más difíciles (Zabin et al., 1993 citado en López y Runsten, 2004).

En cuanto a cuestiones de comunicación, solo el 28.6% de los participantes reportaron que ya hablaban español antes de emigrar a Estados Unidos, mientras que 71.4% lo hablaban muy poco o no lo hablaban. Estos últimos participantes refirieron haber sufrido discriminación por no hablar el español y también por ser oaxaqueños. Es relevante resaltar que, tal como lo reportaron Zabin et al. (1993, citado en López y Runsten, 2004) estas muestras de discriminación, en forma de burlas principalmente, no solo las recibían de los estadounidenses, sino también de otros mexicanos, tal como lo recordó una de las participantes:

*“Sí, la gente de Sinaloa, siempre se burlaban de nosotros, cuando trabajábamos en el tomate con los del pueblo a veces me los encontraba y ellos se burlaban que hablábamos en mixteco, y que no podíamos hablar español. Nos decían “oaxaquitas”, en eso sí sufrí mucho porque no me podía expresar bien en español.” (Participante “A”)*

Ante estas situaciones, ella lloraba por las ofensas recibidas y otros participantes preferían ignorarlas y no hacer nada al respecto. Además de la discriminación, el 28.57% mencionó que sufrieron abusos en su estancia en Estados Unidos por parte de sus patrones y los “cholos”. El restante 71.42% no

232 | José Bladimir Chávez-Luna; María Elena Rivera-Heredia y Miriam Anahí Salazar-García • La migración de retorno en los adultos mayores de la mixteca oaxaqueña y sus procesos de adaptación psicológica y cultural sufrieron de algún maltrato, pero sí presenciaron maltrato hacia sus compañeros de trabajo.

La experiencia de expresarse con soltura en español entre las y los migrantes oaxaqueños es diversa, pero en general presentaron niveles bajos de dominio del español, por lo que se confirma lo que diversos autores plantean sobre la migración indígena a Estados Unidos, en cuanto a que se migra del idioma indígena al inglés sin pasar por el español. Esto lleva a preguntarnos si durante su experiencia en Estados Unidos, aprendieron inglés, o mejoraron su nivel de español, y en qué medida aumentaron o disminuyeron sus habilidades para expresarse en su lengua originaria.

Los migrantes procedentes del sur de México que no poseen documentos migratorios para ingresar legalmente a Estados Unidos se enfrentan a dos opciones: aventurarse a cruzar solos la frontera o reunir dinero para la contratación de los servicios de algún “coyote” o “pollero”, que es la persona que ayuda a los migrantes sin documentos en el cruce de la frontera México-Estados Unidos, y en ocasiones hasta que llega a destino final, siendo guías y cuidadores de la vida de los migrantes o la de sus familias. Este último fue el caso de los siete participantes, quienes al no contar con los documentos necesarios para cruzar la frontera legalmente, recurrieron al apoyo de un “coyote” para cruzarla (Jáuregui y Ávila, 2018). Por lo que la figura del coyote fue útil y funcional para poder cruzar la frontera, en el caso de todos los participantes. Entre los tlacotepenses es muy habitual la contratación de este servicio ya que ha tenido una alta tasa de éxito para lograr el ingreso a Estados Unidos a pesar de ser considerablemente riesgoso en términos de peligro físico:

*“Llegamos a Tijuana y fuimos a contratar un coyote, como eso de las 8 de la noche pasamos, con mi primo Gregorio y el señor Santiago, yo tenía miedo de que nos agarrara la migración, y al día siguiente en la mañana ya llegamos a los Estados Unidos, llegamos con unos amigos y nos dieron de comer.” (Participante “G”)*

Se tiene información de que el costo promedio del servicio entre 2005 y 2007 era de \$2,124 dólares, el cual era menor a otros métodos como pagar documentos falsos o prestados para pasar legalmente (Parks et al., 2009). Este costo ha aumentado considerablemente en los últimos años y está relacionado con el lugar dónde se hace el contacto y el punto de cruce (Jáuregui y Ávila, 2017). Por ejemplo, si ingresan por el Río Bravo la tarifa puede ir de los 6 mil a los 8 mil dólares y si se les ayuda a ingresar por los puentes aduanales con documentación apócrifa, documentación rentada, o escondidos en un vehículo, tienen que pagar entre 10 mil y 15 dólares (Izcara, 2021).

Pareciera que la influencia de la red social de apoyo se ve presente en las vidas de los participantes como impulso para migrar en compañía de alguien, en este caso, en general fueron amigos o familiares no tan cercanos, como los cuñados,

los primos, sobrinos, e incluso en dos de los casos se menciona a los compadres y a los ahijados, quienes forman parte de las estructuras familiares ampliadas de muchas familias mexicanas sobre todo en escenarios rurales.

La experiencia migratoria previa y contar con miembros de la familia o una red social en los Estados Unidos son indicadores significativos cuando se toma la decisión de migrar (Franco, 2021; Ortiz, 2017; Rivera, 2014). En el caso de los tlacotepenses, los familiares que viven en Estados Unidos han sido su principal fuente de financiamiento para realizar el viaje. Del 100% de los participantes, un 42% migraron solos, mientras que un 57% se fueron a Estados Unidos acompañados por algún familiar o amigo. Además, 86% ya conocía a alguien que estaba viviendo en Estados Unidos y esas mismas personas les brindaron alojamiento a su llegada. Además, estas mismas redes de apoyo han ayudado a los migrantes a establecerse y encontrar trabajo, facilitando su adaptación al nuevo entorno (Parks et al., 2009; Pérez, 2014) tal como ocurrió con el 57% de los participantes que tuvieron el acompañamiento de sus familiares o amigos en la búsqueda de trabajo, mientras que el 43% lo hizo por su cuenta. Estas redes que se van construyendo de manera transnacional van enriqueciendo también el capital social de las personas migrantes, sus familias y sus comunidades (Franco, 2021; López, 2020).

La migración de mexicanos a Estados Unidos ha sido por tradición predominantemente masculina, sin embargo, al paso del tiempo el número de mujeres que migran ha ido en aumento (Ortiz, 2017). Ello explica cómo al buscar migrantes retornados mayores de 70 años dentro del municipio, la gran mayoría de ellos fueron varones. Llama la atención el hecho de que la única mujer participante se fue sola, sobre todo pensando que su migración fue hace más de 50 años. Fue un acto fuera de lo estipulado para su género, época y grupo social, por lo que se constata el que esta protagonista de su historia tuvo la fuerza para vencer los estereotipos culturales y animarse a tener una experiencia fuera de lo común para las mujeres de su entorno, ya que su comportamiento ocurrió muchos años antes de que se convirtiera en una práctica local más común. Lo que invita a reflexionar cómo la experiencia migratoria es cruzada por los diferentes determinantes sociales como son el género, la etnia, la ubicación geográfica y la escolaridad.

Inicialmente, los 7 participantes estuvieron laborando en el trabajo de campo, en las parcelas de tomates, fresas, uvas, entre otros. El 57.2% restante manifestó que el trabajo era muy extenuante, por lo que se sentían cansados y tuvieron dolor de espalda frecuentemente. Después, la única participante mujer cambió de trabajo y se dedicó a cuidar niños. Todos trabajaban entre 8 y 10 horas diarias y el 42.8% mencionan que, a pesar del cansancio, se sentían muy bien en su trabajo, principalmente por el pago que obtenían, que variaba entre 1.50 y 2.50 dólares por hora para quienes trabajaban en el campo, y que les permitía cumplir con sus

aspiraciones. La participante cuidadora de niños recibía un sueldo de 300 dólares a la semana.

*“Allá se siente uno bien porque estamos trabajando y ya tenemos dinero para mandar a la familia, ya tiene uno dinerito y sabe uno que vamos a construir nuestra casa, y lo bueno es que había mucho trabajo.” (Participante “F”)*

Una expresión muy visible de los vínculos, relaciones y contextos entre los mexicanos migrantes y su familia es el envío de remesas (Díaz, Barajas y Sánchez, 2017). Las remesas pueden llegar a ser de suma importancia para el sostén de una familia, ya que se utilizan en su mayoría para comida, vestido y salud (Consejo Nacional de Población [CONAPO], Fundación BBVA y BBVA Research, 2020). Después de estos gastos, el punto siguiente en donde se invierten es en la edificación, compra o arreglo de sus casas o terrenos (Acevedo, 2017).

Del sueldo ganado, 6 de los participantes mencionaron que enviaban a sus familias entre 300 y 400 dólares cada dos meses y solo guardaban 30 o 40 dólares para su comida y transporte, algunos mencionan que se quedaban sin ningún dólar, mientras que uno de ellos no enviaba dinero ya que no tenía comunicación con ellos.

También hubo ocasiones en que quienes enviaban dinero a sus familias, se quedaron sin dinero para ellos mismos, lo que les generaba mucha tristeza. Algunos de ellos tuvieron que pedir prestado a sus amigos. Diversos autores mencionan el espíritu de sacrificio de muchos migrantes que se quedan con lo mínimo en el bolsillo con tal de enviar dinero para su familia que se quedó en la comunidad de origen. De igual manera está ampliamente reportado que las presiones económicas pueden ser una fuente crónica de estrés. Por lo que se conjugan la tristeza, la añoranza, la falta de dinero y la angustia por poder cumplir con los compromisos económicos inminentes (Pérez, 2014; Rivera, et al., 2014).

Estas dificultades se vieron recompensadas para 5 de los participantes, pues a su regreso su familia ya tenía una casa propia, lo que los hizo sentirse muy contentos. Por el contrario, otro de los participantes mencionó haberse sentido triste porque cuando regresó se dio cuenta de que aún se encontraban en una situación de pobreza:

*“Pues me sentí mejor porque ya no sufría de pobreza, antes mis hijos y mis papás no tenían de comer, y cuando me fui ya nos mejoramos, se hizo la casa y ya había más para comer.” (Participante “G”)*

Al llegar a un nuevo país, los migrantes se enfrentan al proceso de dejar su cultura previa y comenzar a interactuar con la nueva cultura en la que ahora se encuentran, ante lo que pueden intentar mantenerse alejados, a fusionarse y transformarse en la nueva cultura, o a intentar mantener la cultura originaria e ir incorporando a la vez elementos de la nueva cultura, todos estos elementos están

asociados al proceso de aculturación (Pérez, 2014; Díaz y de Jesús-Díaz Barriga, 2018). Respecto a este proceso, 4 de los participantes recordaron que les costó trabajo adaptarse a su nuevo lugar de residencia, que no se vivía como en su lugar de origen y se sintieron muy tristes por ello. Más aún con las presiones de saberse indocumentados y de temer ser detenidos y repatriados por las autoridades norteamericanas.

*“Me sentía triste porque no es igual que aquí en nuestro México, porque teníamos miedo de que nos agarrara “la migra”, nos escondíamos en el monte en las cuevas, teníamos miedo que nos asaltara la gente mala.” (Participante “G”)*

En cambio, 2 de los participantes comentaron que para ellos era como seguir viviendo en sus comunidades, y la única mujer afirmó que era más bonito, que se sintió muy bien viviendo en Estados Unidos, e incluso mantiene el deseo de volver:

*“Me sentía muy bien, me gustaba mucho mi trabajo, me gusta más allá que acá, no tengo papeles si no estuviera allá.” (Participante “A”)*

También como parte de esta aculturación, y de los duelos por los que atraviesan las personas migrantes (Achótegui, 2008), todos los participantes mencionaron que además de sus familias, lo que más extrañaban era la comida y sus costumbres, y a pesar de la distancia continuaron participando en ellas, manteniendo con ello el vínculo transnacional:

*“En ese tiempo los que estábamos allá siempre apoyábamos al pueblo con dinero para la fiesta patronal, o cuando había obras grandes mandábamos dinero para que compraran cosas, o para lo que se necesitara.” (Participante “E”)*

Cuando se migra a otro país es importante mantener contacto con familiares, amigos y otras personas de la comunidad a pesar de la distancia física, ya que se corre el riesgo de que se pierdan las relaciones familiares y sociales y los migrantes comiencen a sentirse solos y desprotegidos, lo que puede derivar en enfermedades físicas o mentales (Obregón, 2012).

Para mantener el contacto con sus familias, 6 de los participantes se comunicaban a través de cartas que enviaban a su pueblo, mientras que uno de ellos comentó que no tenían contacto y se olvidó por completo de ellos. De igual manera, establecer nuevas relaciones en el lugar al que ya llegaron a vivir es una forma de sentirse protegidos, acompañados y ayudados por personas que comprenden la situación y las emociones que pueden estar experimentando. Y es que es posible, como lo plantea Rivera (2018) continuar vinculados emocionalmente a pesar de la distancia, pues las emociones traspasan fronteras. En este sentido, 6 de los participantes mencionaron que, estando en Estados Unidos, hicieron amigos de muchas partes de México y del estado de Oaxaca y otro de los participantes solo convivió con personas originarias de su mismo pueblo.

Otro elemento útil para la adaptación al nuevo lugar de residencia es conocer las instituciones a las que pueden acudir a solicitar ayuda si lo necesitan (Rivera-Heredia et al., 2014). En el caso de los migrantes mixtecos se pueden enlistar organizaciones como La Organización del Pueblo Explotado y Oprimido (OPEO) de Livingston; la Casa del Mixteco, la Asociación Cívica Benito Juárez (ACBJ) y la Radio Bilingüe de Fresno; la Organización Regional de Oaxaqueños (ORO) y la Federación Oaxaqueña de Comunidades y Organizaciones Indígenas en California (Focoica) en Los Ángeles; y especialmente el Frente Indígena Oaxaqueño Binacional (FIOB) con sedes tanto en California como en la mixteca (Escárcega y Varese, 2004). Además de estas organizaciones, también han generado sus propios medios de comunicación, como sucede en California con el programa de radio “La hora mixteca” y “el periódico binacional El Oaxaqueño” (Fox, 2004).

A pesar de la existencia de estas organizaciones de apoyo a los migrantes, todos los participantes afirmaron que no escucharon de ellas mientras estuvieron en Estados Unidos y algunos de ellos se enteraron de su existencia hasta después de haber realizado varios viajes. Entre las posibles explicaciones se encuentra la baja difusión de las mismas, así como los niveles bajos de escolaridad, y el escaso entrenamiento en tener un rol activo en este tipo de organizaciones.

Migrar, trasladarse a un nuevo lugar esperando tener mejores condiciones de vida implica movilizar los recursos psicológicos para enfrentar los retos que se presentan, y según las circunstancias de cada persona esto puede tener impactos a nivel físico y emocional (Obregón, 2012; Pérez 2014; Rivera, et al., 2014).

Los participantes mencionan que lo que los hacía sentirse contentos era contar con un trabajo que los ayudaba a sentirse productivos y a ganar dinero para ellos y sus familias, salir con sus amigos después del trabajo, realizar actividades domésticas como lavar, convivir con otras personas del pueblo y tener el apoyo de sus amigos. Por otro lado, se sentían tristes cuando los regañaban, o al recordar a sus familias, o por no recibir una respuesta rápida a sus cartas dado que eso les generaba preocupación; o el no estar en su país y pensar cómo sería su situación si estuvieran en su pueblo. También les entristecía el no tener trabajo y no poder enviar dinero a su familia. Lo que más extrañaban los participantes era su familia, principalmente a sus hijos y sus padres, y su pueblo. Otra emoción experimentada por algunos de ellos fue el enojo. Este se presentaba principalmente cuando los regañaban o los presionaban en el trabajo. Otros mencionaron que no había situaciones que les generaran molestia o que el enojarse no era una opción en sus condiciones de vida.

Para sobrellevar las situaciones difíciles que se les presentaban, 71.43% de los participantes mencionaron que salían a distraerse cuando extrañaban a su familia, platicar con los amigos siempre les ayudaba a olvidarse de la soledad, algunos enviaban cartas para saber cómo se encontraba su familia en México, mientras



que el 28.57% mencionaron que se tomaban una cerveza para reprimir ese pensamiento, o solamente dejar que pasara el pensamiento. Todos estos comportamientos son considerados como recursos de tipo instrumental (Rivera, et al. 2014).

El 57.14% de los participantes menciona que el trabajo, la familia y los amigos fueron el motor que los impulsó para salir adelante en los momentos más difíciles. Mientras el 42.86% solo mencionó a los amigos y la familia.

Una de las problemáticas que viven los migrantes y que ha recibido menor atención es la relacionada con su salud física durante su estancia en Estados Unidos y a su regreso (Ceja, Lira y Fernández, 2014). Respecto a este tema, los participantes hablaron de lo extenuante que era el trabajo en el campo y la condición física que tuvieron que desarrollar para soportarlo:

*“Los primeros días estuve muy mal porque me dolía todo el cuerpo, porque estábamos agachados todo el día, era muy pesado ya no aguantaba la cintura.”*  
(Participante “G”)

Actualmente, el 71.42% reportaron que, aunque ya no tienen la misma movilidad que en su juventud, se encuentran bien de salud. Mientras que el 28.57% comentaron que ya no tienen la misma fuerza para trabajar, presentan dificultades para caminar por dolores en la rodilla y tienen diabetes.

Ceja, Lira y Fernández (2014), así como Borges, Medina, Breslau y Aguilar (2007) encontraron que hay una relación directa entre la migración y la presencia de trastornos de uso de sustancias. En cuanto a problemas con el consumo de alcohol, esta fue una situación que no se presentó entre los participantes. Dos de ellos refirieron que no era una actividad habitual para ellos antes de irse a Estados Unidos, los participantes restantes se clasificaron entre quienes solo tenían un consumo social mínimo hasta los que sí lo veían como un problema presente debido a la cantidad de alcohol que consumían. Este consumo se redujo considerablemente mientras se encontraban en Estados Unidos, debido a que no era una actividad común entre quienes convivían con ellos y principalmente por el miedo que les generaba ser vistos por la policía y estar en riesgo de ser deportados. A su regreso al pueblo, se sintieron con mayor libertad de hacerlo, aunque el consumo se mantuvo como moderado.

*“No, allá menos (consumía alcohol) porque los gringos son muy tranquilos y si escuchan algún ruido mandan a “la migra”, por eso no tome allá, tenía miedo que me agarraran.”* (Participante “E”)

El 71.42% de los trabajadores hacen mención de haberse sentido bien durante el tiempo que estuvieron viviendo en EUA, también mencionan aprender a valorar a su familia, y aprendieron a trabajar en diferentes tipos de trabajo, además de aprender el valor de la amistad y a no olvidarse de su pueblo. Mientras solo 28.57% mencionan que estuvieron solo por el trabajo y el dinero y que

aprendieron a cosechar distintos tipos de verduras y frutas. Gracias a su trabajo pudieron hacer su casa que mucha falta les hacía.

En cuanto a los motivos por los que decidieron regresar, 6 de los participantes mencionaron que regresaron a su tierra porque se había terminado el trabajo y porque extrañaban a su familia, así como por el deseo de estar con ellos por un periodo de tiempo más largo. La búsqueda de la reunificación familiar también fue un factor importante para el retorno de los migrantes, dado que uno de los participantes regresó por su familia para llevársela a Estados Unidos y seguir trabajando allá. A su regreso, 5 de ellos se colocaron laboralmente regresando al trabajo en el campo que hacían antes, dedicándose a sembrar maíz, uno de ellos trabaja de ayudante de albañil y uno más no trabaja.

El 87.71% de los participantes mencionaron sentirse más cómodos en Oaxaca que en EUA, ya que es en su tierra donde crecieron, donde tienen a su familia, donde están sus costumbres, donde se sienten libres. Únicamente la participante mujer menciona haberle gustado más vivir en EUA. Ella mencionó también que de tener papeles estaría en EUA y no en su tierra. Desde una perspectiva de género puede analizarse las diferencias en las percepciones de la experiencia migratoria entre los varones y la mujer, quienes es la única que reporta que sus años de migrante fueron satisfactorios, a diferencia de lo que plantean varios de los participantes varones, lo cual puede explicarse por las mayores libertades hacia la mujer en EUA (Obregón, 2012; Ortiz, 2017), o por las condiciones de trabajo y de vida a las que tuvo acceso.

Investigaciones como la presente, tienen como limitación, el escaso número de las personas participantes, así como el reto de promover el diálogo en personas que están habituadas a no hablar sobre su experiencia migrante, y menos aún sobre sus sentimientos, por lo que con frecuencia sus respuestas fueron breves. Sin embargo, el principal logro fue que pese a las dificultades fue posible realizar estas entrevistas, y con ello está siendo posible vislumbrar la vivencia de la migración desde esta comunidad rural e indígena de Oaxaca.

Todos los participantes mencionaron que disfrutaron la entrevista y el recordar sus experiencias, resaltaron el hecho de que se sintieron escuchados y agradecieron el valor y la importancia que se le está dando a sus historias de vida.

## CONCLUSIONES

En este trabajo de investigación se logró dar voz a los protagonistas de su propia historia, se facilitaron procesos conversacionales y de recuperación de la memoria de la propia historia de vida entre quienes colaboraron en este estudio,

permitiendo con ello, recuperar sus experiencias de migración y de retorno, en el contexto particular de ser indígena de la región Mixteca de Oaxaca y haber migrado sin saber hablar español. Más de 10 años de estancia en Estados Unidos no lograron que aprendieran inglés, sin embargo, sí mejoraron sus habilidades en el dominio del español y les permitieron apoyar económicamente a su familia durante ese tiempo. Durante su estancia en Estados Unidos, los participantes reportaron experiencias de discriminación, sin embargo, éstas en su mayoría giraron en torno a sus dificultades para comunicarse verbalmente, y fueron sus propios compañeros de trabajo, paisanos mexicanos, quienes les discriminaron.

La experiencia de migración de la única mujer participante al parecer fue la más satisfactoria, pues añora regresar y tener las posibilidades de acción con las que contaba cuando se encontraba en Estados Unidos.

Se identificaron diferentes elementos socioemocionales en cada una de las etapas del proceso migratorio. La decisión de migrar estuvo influida por la decepción de no contar con oportunidades laborales en su comunidad y por el deseo de mejorar las condiciones familiares, la cual en algunas personas se transforma en tristeza, enojo y resentimiento. Durante el trayecto vivieron miedo e incertidumbre por el riesgo de cruzar la frontera como migrantes indocumentados y la posibilidad de ser detenidos por las autoridades o de sufrir algún accidente en el camino. Esta movilización de emociones coinciden con lo reportado por Rivera-Heredia et al (2014) y Pérez Padilla (2014).

En su estancia en Estados Unidos, vivieron sentimientos de dolor, tristeza y enojo ante el alejamiento de la familia, así como dificultades en el manejo del duelo migratorio en aspectos culturales, como el cambio de alimentación y de prácticas culturales, todo ello es semejante al proceso descrito por Achótegui (2008). En contraste, también manifestaron experiencias positivas relacionadas con el gusto por el trabajo que realizaban, la convivencia con otros migrantes y el apoyo recibido por parte de sus familias y amigos. Se mantuvieron los vínculos transnacionales mediante la comunicación telefónica y el envío de remesas para la familia y las fiestas de la comunidad, tal y como ocurre en otras comunidades indígenas de México (López-Bautista, 2020).

Finalmente, el regreso estuvo acompañado de la satisfacción de reunirse con sus familias y ver el fruto de su esfuerzo, ya que la mayor parte de los participantes mejoraron su vivienda lo que les permite ver a su familia como menos pobre que antes. A final de cuentas alcanzaron uno de sus sueños o esperanzas que les impulsaron a migrar.

Se espera continuar abonando esta línea de investigación y ampliar los conocimientos sobre los adultos mayores migrantes, tanto respecto a su experiencia de migración como a la de retorno, poniendo especial énfasis a las particularidades de esta experiencia cuando se proviene de una comunidad indígena.

## LITERATURA CITADA

- Achótegui, J. (2008). Duelo migratorio extremo: el duelo del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Revista de psicopatología y salud mental del niño y del adolescente*. <https://www.fundacioorienta.com/wp-content/uploads/2019/02/Achotegui-Joseba-11.pdf>
- Acevedo, V. (2017). Migración y remesólares en la región de la meseta purhépecha, Michoacán. En Pardo, R. y Rivera-Heredia, M.E. (Coords.), *Aportaciones a los estudios migratorios desde diferentes enfoques, disciplinas y campos de conocimiento* (pp.55-68). Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
- Astorga-Morales, A. (2017). Historia de un ahorro sin retorno. Despojo salarial, olvido y reivindicación histórica en el movimiento social de exbraceros 1942-1212. Universidad de Guadalajara.
- Bonfil, P. (2015) Prólogo. En Curiel, C., Worthen, H., Hernández-Díaz, J., Aranda, J. y Puga, E. *Repensando la participación política de las mujeres: discursos y prácticas de las costumbres en el ámbito comunitario* (pp. 9-18). Madrid, España: Plaza y Valdés Editores.
- Borges G., Medina-Mora, M. E., Breslau, J. y Aguilar-Gaxiola, S. (2007). The effect of migration to the United States on substance use disorders among returned Mexican migrants and families of migrant. *American Journal of Public Health*, 97(10), 1847-1851. doi:10.2105/AJPH.2006.097915
- Calleja, A. (2005). La discriminación a los mexicanos en Estados Unidos. *El Cotidiano*, 134, 89-94.
- Ceja, A., Lira, J. y Fernández, E. (2014). Salud y enfermedad en los migrantes internacionales México-Estados Unidos. *Ra Ximhai*, 10(1), 291-306.
- Consejo Nacional de Población [CONAPO], Fundación BBVA y BBVA Research (2020). Anuario de Migración y Remesas México 2020. Conapo-Fundación BBVA-BBVA Research.
- Cruz-Manjarrez, A. (2013). *Zapotecas, on the move. Cultural Social and political processes in transnational perspective*. Rutgers University Press.
- Curiel, C. (2015). La política de la costumbre y el “pueblo” de las mujeres. Participación femenina en San Miguel Tlacotepec. En Curiel, C., Worthen, H., Hernández-Díaz, J., Aranda, J. y Puga, E. *Repensando la participación política de las mujeres: discursos y prácticas de las costumbres en el ámbito comunitario* (pp. 87-126). Madrid, España: Plaza y Valdés Editores.

- Data México (2021). San Miguel Tlacotepec. Recuperado de <https://datamexico.org/es/profile/geo/san-miguel-tlacotepec>
- Delgadillo, N. y Ángel, J. (2019). *Población migrante mexicana de retorno, ¿selectividad por género?* En Consejo Nacional de Población. La situación demográfica de México 2018.
- Díaz-Chávez, S. A. y de Jesús-Díaz Barriga, E. (2018). La permanencia de prácticas culturales en migrantes Puhépecha en Woodburn, Oregon, Estados Unidos (197-214). En Rivera-Heredia, M. E. y Pardo-Fernández, R. (coord.) *Migración: Miradas y reflexiones desde la universidad*. Colección del Centenario de la UMSNH. Morelia: Editorial Miguel Ángel Porrúa.
- Díaz, D., Barajas, V. y Sánchez, M. (2017). Familia, migración y remesas: significados en hijos de familias migrantes y no migrantes (pp. 39-54). En Pardo, R. y Rivera-Heredia, M.E. (Coords.), *Aportaciones a los estudios migratorios desde diferentes enfoques, disciplinas y campos de conocimiento*. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
- Escárcega, S. y Varese, S. (2004). Introducción. En Varese, S. y Escárcega, S. (Coords.), *La ruta mixteca. El impacto etnopolítico de la migración transnacional en los pueblos indígenas de México*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Fernández-Guzmán, E. (2013). Más allá de eventos coyunturales. La migración México- Estados Unidos: un fenómeno de larga duración. *Acta Universitaria*, 23(1), 16-26.
- Fox, J. (2004). Prólogo. En Varese, S. y Escárcega, S. (Coords.), *La ruta mixteca. El impacto etnopolítico de la migración transnacional en los pueblos indígenas de México*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Franco-García, M. J. (2021). Capital social migrante y formación. El caso de una familia oriunda de la mixteca poblana. *Anales de antropología*, 55(1), 73-82. Doi: 10.22201/ia.24486221e.2021.1.72240
- García, R. y Gaspar, S. (2016). Adultos mayores nacidos y residentes en México con vínculos migratorios internacionales (2000-2010). *Odisea. Revista de Estudios Migratorios*, 3, 151-180.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI] (2020). Panorama sociodemográfico de Oaxaca. Censo de Población y Vivienda 2020. Recuperado de: <https://www.inegi.org.mx/app/biblioteca/ficha.html?upc=70282519793>

- Izcara, S. (2021). Las caravanas de migrantes, las economías de tráfico humano y el trabajo excedente. *Andamios*, 18(45), 21-45. Doi: 10.29092/uacm.v18i45.809
- Jáuregui-Díaz, J. A. y Ávila-Sánchez, M. J. (2018). El uso de coyote o pollero en el proceso migratorio México-Estados Unidos 1992-2010. *Huellas de la Migración*, 2(4), 151-186. <https://huellasdelamigracion.uaemex.mx/article/view/9657>
- López-Ángel, G. y Rodríguez-Suárez, P.M. (2021). Aportes teóricos de los estudios transnacionales en la migración desde una perspectiva regional. *Strategy, Technology and Society*, 11 (2), 265-293.
- López-Bautista, P. (2020). *Hacia el empoderamiento de las mujeres purhépechas esposas de migrantes: taller para fortalecer sus recursos psicosociales y económicos*. Tesis de Maestría. Facultad de Psicología. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
- López, F. y Runsten, D. (2004). El trabajo de los mixtecos y los zapotecos en California: experiencia rural y urbana. En Fox, J. y Rivera, G. (Coords.), *Indígenas mexicanos migrantes en los Estados Unidos*. México: Cámara de Diputados, The University of California, Universidad Autónoma de Zacatecas, Miguel Ángel Porrúa.
- Meza-Calleja, A.M., Ramos-Esquivel, J. y Avila-Sotomayor, U.H. (2018). Vejez y Migración. La experiencia subjetiva de las personas adultas mayores en su migración hacia Estados Unidos (121-131). En Rivera-Heredia, M. E. y Pardo-Fernández, R. (coord.) *Migración: Miradas y reflexiones desde la universidad*. Colección del Centenario de la UMSNH. Morelia: editorial Miguel Ángel Porrúa.
- Mindek, D. (2003). Mixtecos. *Pueblos indígenas del México contemporáneo*. Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas
- Moctezuma-Pérez, S. (2011). Factores que intervienen en la migración de indígenas totonacos de Veracruz. *Ra Ximhai*, 7(3), 415-425.
- Obregón-Velasco, N. (2012). ¿Cómo enfrentan la migración de sus familiares las mujeres de Cuitzeo, Michoacán? La importancia de que identifiquen sus recursos psicológicos. *Uaricha Revista de Psicología*, 9(19), 69-84.
- Ortiz-Domínguez, L. (2021). Soy Indígena y Sor Retornada. Configuración de la identidad étnica en jóvenes indígenas retornados de Estados Unidos a México. En Cruz-Salazar, T., Urteaga, M. y De la Cruz, M. (Coord.). *Jóvenes indígenas en México. Estudios y escenarios socioculturales*. Universidad de las Ciencias y Artes de Chiapas y el Colegio de la Frontera Sur.

- Ortiz-Estrada, E. (2017). Concepto, tipologías y teorías sobre la migración. Aportaciones a los estudios migratorios desde la economía y los estudios de género en Pardo Fernández, R. y Rivera-Heredia, M.E. (coords.), *Aportaciones a los estudios migratorios desde diferentes enfoques, disciplinas y campos de conocimiento*. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, pp.19-37. <http://redibai-myd.org/portal/wp-content/uploads/2018/11/Migracio%CC%81n-Final->
- Parks, K., Lozada, G., Mendoza, M. y García, L. (2009). The Effects of Border Enforcement on Migration to the United States: New Evidence from Oaxaca, Mexico. Congress of the Latin American Studies Association Rio de Janeiro, Brazil, June 11-14.
- Pérez-Padilla, M. L. (2014). *De vuelta en casa. Estrés, recursos psicológicos y salud de los migrantes retornados en los Altos de Jalisco*. Tesis de Doctorado. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
- Pérez-Soria, J. (2017). Migrantes mexicanos en los Estados Unidos: Una revisión de la literatura sobre integración, segregación y discriminación. *Estudios fronterizos*, 18(37), 1-17. doi:10.21670/ref.2017.37.a01
- Rivera-Heredia, M. E., Obregón-Velasco, N., Cervantes-Pacheco, E. I. y Martínez-Ruiz, D. T. (2014). *Familia y Migración. Bienestar físico y mental*. Editorial Trillas.
- Rivera-Heredia, M. E. (2018). El impulso de los migrantes para que sus hijos y familiares estudien la universidad. El vínculo emocional a través de la distancia (89-102). En Rivera-Heredia y Pardo-Fernández, R. (Coords). *Migración: Miradas y reflexiones desde la universidad*. Colección del Centenario de la UMSNH. Morelia: Editorial Miguel Ángel Porrúa.
- Shaffhauser, Ph. (2012). Consecuencias del norte: El movimiento de los ex braceros (1942-1964) como hecho cultural. En Yerko Castro Neira. *La migración y sus efectos en la cultura* (pp.211-245), Conaculta. <https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-00715387/document>
- Velasco, L. (2004) Identidad y migración. Relato de vida. *Historia, Antropología y Fuentes Orales*, 31, 75-98.

## SÍNTESIS CURRICULAR

### **José Bladimir Chávez Luna**

Egresado de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH). Se ha desempeñado como tallerista en escuelas

secundarias de temáticas relacionadas con intervenciones en consumo de drogas, rehabilitación conductual, sexualidad, comunicación y buen uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs). Colaboró en el Sistema Municipal para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) de Morelia, Michoacán, México como ponente de temas de inclusión social para personas con alguna discapacidad y de identificación de Trastornos del Espectro Autista. Tiene amplia experiencia en la elaboración de entrevistas psicológicas a estudiantes, adultos mayores y población en general. Correo electrónico: [bladimirpsique@gmail.com](mailto:bladimirpsique@gmail.com)

### **María Elena Rivera Heredia**

Doctora en Psicología y salud y Maestra en Psicología Clínica por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), psicoterapeuta familiar por el Instituto Latinoamericano de Estudios de la Familia (ILEF). Licenciada en Psicología por el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO). Tiene investigaciones publicadas sobre los temas de migración, familia, prevención de conductas problema en adolescentes, liderazgo, medios de comunicación, habilidades y competencias para la investigación, además de recursos psicológicos y promoción de la salud. Es profesora investigadora de tiempo completo de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH). Perteneció al Sistema Nacional de Investigadores, nivel 1. Correo electrónico: [maelenarivera@gmail.com](mailto:maelenarivera@gmail.com)

### **Miriam Anahí Salazar García**

Doctora en Psicología por la Universidad Autónoma de Aguascalientes, Maestra en Terapias Breves por el Instituto Mexicano de Terapias Breves y Licenciada en Psicología por la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. A lo largo de su trayectoria académica ha participado en proyectos de investigación, principalmente con población adolescente en contexto escolar, que abordan las siguientes temáticas: acoso escolar (bullying), prácticas parentales, recursos psicológicos, depresión, migración, interacción social, conducta antisocial, adicciones, entre otras. Su línea de investigación actual se centra en el diagnóstico de sintomatología depresiva en adolescentes, así como en el tratamiento de la misma. También se desempeña como docente de maestría, y como psicoterapeuta de adolescentes, jóvenes y adultos. Correo electrónico: [psic.miriamsg@gmail.com](mailto:psic.miriamsg@gmail.com)