

Perspectivas feministas de la diáspora



MUJERES OPANEL



Motores de desplazamiento forzado





Históricamente, la migración de las mujeres tiene dos grandes causas: la “busca de pan, busca de paz” (Asakura y Torres, 2012: 164). Es decir, la movilidad femenina es consecuencia tanto de la escasez de recursos económicos y materiales para cubrir las necesidades básicas, como de la huida de la violencia. Tanto la inseguridad como la pobreza tienen un carácter ineludible de género. La seguridad, y el miedo asociado a su falta, actúan como motores de desplazamiento forzado en el caso de las mujeres. La teoría del refugio y las migraciones forzadas con perspectiva feminista concluye que, en el caso particular de las mujeres, ese miedo puede ser tanto real como *imaginario*. Si hablamos de *imaginarios del miedo* (Teresa del Valle) nos referimos a la inseguridad que se crea alrededor de toda una historia colectiva de violencia y persecución. Por ejemplo, una mujer elige/se ve obligada a migrar causa de la violencia de género bien porque la padece o ha sido amenazada con su padecimiento; o, por el contrario, como resultado de una represión patriarcal histórica. La vivencia del miedo tiene lugar cuando una mujer toma conciencia de los peligros que acarrea ser mujer.

Las mujeres LGBTIQ+ corren la misma suerte en un sistema extremadamente violento con la ruptura del contrato sexual.

Paterman (1995) matiza que al contrato social sobre el que se cimientan las sociedades modernas le subyace un contrato sexual; un pacto por el cual los hombres tienen libre acceso al cuerpo de las mujeres en términos sexuales y reproductivos. Una lectura actual de la obra de Paterman nos llevaría a pensar que “la violencia sexual se constituye como un mecanismo “correctivo” a la disidencia de género” (Arévalo, 2020: 134). Se entiende por disidencia de género todo aquel comportamiento que rompe con el mandato heteropatriarcal. La violencia de género, en su sentido más genérico, se constituye como el primer motor de desplazamiento para, por ejemplo, las migrantes centroamericanas, seguida de la inseguridad y las amenazas en contra de hijas/os (ONU Mujeres, 2022). De forma desglosada, el riesgo a la violación sexual, asaltos, extorsión y trata de personas, aceleran la decisión migratoria (ONU Mujeres, 2022).

► ONU Mujeres. (2022). Migración centroamericana: factores de expulsión y factores de atracción de la población guatemalteca, salvadoreña y hondureña desde la perspectiva de género. 

► Asakura, Hiroko y Torres Falcón, Marta. (2013). Migración femenina centroamericana y violencia de género: pesadilla sin límites. Zona Franca. Revista del Centro de Estudios Interdisciplinarios sobre Mujeres, (22), 75-86.

► https://intered.org/sites/default/files/aqui_estamoscastellano.pdf 

Despedida y duelo migratorio



Al migrar se deja atrás todo lo que compone tu identidad y todo aquello que te importa y amas. Tienes que despedirte de tu gente, de tu casa, de tus paisajes, de tus olores, colores y sabores, de tu cultura, incluso de tu idioma, de lo que representa tu hogar. Vas colmada de inseguridades, necesidades y huidas, pero también de esperanzas, de sueños e ilusiones. Hay una gran diferencia entre un proceso migratorio pensado, deseado y con recursos, y otro impuesto en algún grado, poco organizado, intempestivo, sin recursos e incluso con deudas. Las circunstancias vitales de cada persona también van a influir de forma decisiva (edad, etnicidad, orientación sexual, religión, red en lugar de destino...). Estas diferencias en el inicio del proceso también van a marcar su evolución en el país de destino, pudiendo configurarse como factores de protección o de estrés y sufrimiento.

El duelo migratorio hace referencia al estrés provocado por el proceso de migración donde se afrontan situaciones muy difíciles con poco o ningún apoyo, inseguridad, desconocimiento del entorno y un desajuste entre las demandas del entorno y los recursos y capacidades de la persona. Joseba Achotegui definió el duelo migratorio como un duelo parcial, pues se da por separación temporal-espacial; recurrente, pues se da durante toda la etapa migratoria; y múltiple ya que se describen 7 duelos en la migración: familia y seres queridos, idioma, cultura, tierra, estatus social, grupo de pertenencia y riesgos para la integridad física.



Este duelo se dará en mayor o menor grado, dependiendo de los factores individuales, contextuales y situacionales, pudiendo derivar en problemas de salud tanto física como psicológica como el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises).

“Es el único duelo que es transgeneracional, se transmite a las siguientes generaciones porque es un duelo prohibido (no se reconoce ni se verbaliza), es la dificultad diaria de no poder expresar tu identidad cultural para mimetizarte o asimilar la cultura y así evitar discriminaciones y violencias cotidianas...” (Daniela Montes Arenas, 2022)

«Cambia lo superficial, cambia también lo profundo cambia el modo de pensar cambia todo en este mundo...
...Pero no cambia mi amor por más lejos que me encuentre ni el recuerdo ni el dolor de mi pueblo y de mi gente»

“Todo cambia” - Mercedes Sosa

▶ <https://colectivaexiliorefugio.org/>



▶ <https://josebaachotegui.com/>



▶ <https://www.instagram.com/comunidadexpat/>



Violencia en tránsito





La violencia está presente a lo largo de todo el proceso migratorio, es uno de los motivos de huida, amenaza durante el camino y, en muchas ocasiones, una realidad en el lugar de destino. A esto se le denomina el continuum de la violencia. La violencia que una persona en tránsito migratorio puede padecer durante el periplo también tiene un carácter ineludible de género: “al explorar los riesgos diferenciados de mujeres u hombres en el tránsito migratorio, el cuerpo emerge como una categoría analítica [...] las mujeres contemplan la vulnerabilidad y el riesgo migratorio. La posibilidad de estar expuestas a sufrir una violación sexual sitúa a las mujeres en una posición desigual” (ONU Mujeres, 2022: 29).

Las mujeres en tránsito migratorio son especialmente vulnerables a padecer violencia sexual, entre las que cuales debemos destacar, por el alto índice y por la gravedad de la infracción, el secuestro, abuso sexual, esclavitud sexual y la prostitución forzada (ONU Mujeres, 2022: 76). Esta es la realidad de los principales corredores humanitarios del mundo: en torno al 70% de las migrantes centroamericanas en tránsito por México reporta haber sido víctima de algún tipo de agresión sexual (Moncó, 2018: 178).



De la misma forma, el 53% de las mujeres africanas entrevistadas por Fundación Sevilla Acoge denuncian haber sido víctimas de alguna forma de violencia sexual a ambos lados del Mediterráneo. Los periplos multitransfronterizos de las migrantes africanas, que en ocasiones atraviesan hasta 5 y 6 países multiplican el riesgo a padecer violencia tanto de agentes públicos como privados. La presencia de agentes de seguridad no reduce necesariamente el índice de violencia. En un contexto de hermetismo de fronteras, el corredor Mediterráneo Occidental presenta notables dificultades en materia de protección. Esto se traduce en muertes en el mar y el desierto, desapariciones, explotación, abuso sexual, trata y tráfico de personas, extorsiones, detenciones forzosas y otras vulneraciones de los derechos humanos.

► Fundación Sevilla Acoge. (2018). [!\[\]\(c8d96c8885d3000a912c2582004aed63_img.jpg\)](#) Feminización de las migraciones africanas y violencias sobre las mujeres en ruta.

► Moncó, Beatriz. (2018). Transgresiones de género y estrategias de autocuidado de las mujeres centroamericanas en migración a México. En Almudena Cortés Maisonave y Josefina Manjarrez Rosas (Eds.), Género, migraciones y derechos humanos (pp. 171-203). Bellaterra.



La soledad en el marco de la cadena global de cuidados



Al llegar todo es extraño y a la vez tu eres la extraña, la que pareciera que acaba de nacer cuando pone un pie acá, sin pasado, sin identidad, sin estatus, como borrón y cuenta nueva.

[La cadena global de cuidados se teje para que personas del Norte global puedan trabajar fuera de casa, conciliar o disponer de tiempo, mientras personas migradas del Sur global asumen los cuidados de familiares a cargo (hijas/os o mayores). La paradoja es que, a su vez, la mujer que ha migrado ha dejado a sus seres queridos al cuidado de otras mujeres]

No te sientes parte de nada, te sientes sola y a ratos culpable, por no estar, por abandonar. Te vinculas y sientes afecto por quienes cuidas, como si fueran los tuyos, pero no es así. Se pone cuerpo y alma en esos cuidados, pero al final de la jornada estas sola, asumiendo la responsabilidad de migrar y sostener a tu familia. Sabes que estás aquí para trabajar, cualquier otra cosa se juzgará por un sistema que es capitalista, colonial, racista y extractivista con los cuerpos y vidas de las mujeres.

“Las mujeres desplazadas de sus territorios, las mujeres desterradas llegan a las ciudades a hacer trabajos de cuidados, único lugar que las recibe. El sexismo, el racismo y la misoginia estructural hace que entren a estos sectores de trabajo no formales (...); somos las que sostenemos la red de la vida y somos las que vivimos empobrecidas, y sin embargo somos las que sostenemos el planeta” (CooperAcció, 2020).



Intentas encontrar tu lugar, una red de apoyo y cuidado que te acompañe; buscas conformar una nueva familia, pero a veces lo que encuentras son relaciones de dependencia, abuso o violencia de las que es muy difícil salir cuando la alternativa es la soledad.

“Para las que habitamos el desarraigo, las que nos relacionamos con el mundo desde la migración, la racialización, la “extranjería”, perder a una de las personas de nuestra red es perder familia, perder sostén y eso asusta mucho... porque cada uno de los nudos que conforman esa red son necesarios para soportar las violencias sistémicas y sistemáticas a las que nos enfrentamos todos los días. Porque nos relacionamos desde la dependencia emocional. Porque muchas veces también es económica. Porque a veces incluso es perder los papeles. Pero, son esos mismos vínculos los que nos dan fuerza para seguir a miles de kilómetros de nuestras casas. Son vínculos sexoafectivos, de amistad, de compañerismo, los que nos hacen el mundo más habitable” (Tatiana Romero, 2020).

▶ CooperAcció. (2020, 28 de mayo). [Documental: Cuidar entre tierras. ¿Quién sostiene la vida cuando las mujeres migran?](#)

▶ Guía Interactiva “Discriminación y xenofobia hacia las mujeres migrantes”, Asociación Mujeres Opañel.

▶ Podcast Migrantes anónimas



VIDA ENTRE DOS TIERRAS



¿Alguna vez caduca la condición de migrante? ¿Alguna vez dejarás de ser la extranjera, la otredad? Cuando llegas tienes miedo de no conseguirlo, de no conseguir papeles, trabajo, mantener y cuidar a la familia que dejaste atrás, de no entender, de no adaptarte, de romperte de añoranza, de no ser suficiente para que te acepten, para que no te echen, para cumplir tus sueños y las expectativas de quienes dejaste allá.

“La gente no se da cuenta del privilegio que es tener estabilidad desde que naces. Yo llevo en España 19 años y aún no tengo estabilidad, llevo luchando todos estos años. A veces no puedo más, pienso que el problema soy yo, que hay algo mal en mí” (Meryem, 40 años).

Cuando llevas un tiempo sigues teniendo miedo: a perder los papeles, el empleo, lo que has conseguido acá y lo que dejaste allá. Porque ya no eres la que llegó, ya no eres del todo de allá pero tampoco del todo de acá. A veces no te sientes de ningún lugar. Esos miedos se alimentan por la violencia sistémica, el racismo y la xenofobia, los abusos y discriminaciones en todos los ámbitos de la vida.

“Las mujeres tienden a adaptarse a las transformaciones que conlleva la experiencia migratoria, lo que implica una resignificación de sus identidades más allá de las representaciones sociales que se edifican sobre sus cuerpos; recomponiendo con ello su voz frente a sus experiencias. De ahí la crítica a la construcción homogénea que se ha hecho de la mujer migrante, un arquetipo que se define desde la fragilidad,



vulnerabilidad e indefensión y que funda este-reotipos y estigmatizaciones que invisibilizan su heterogeneidad y niegan su capacidad agencial” Segura y Zavella (2007).

“Migrar es estar a la deriva, y cuando migras con tan pocos capitales, es decir: no tienes el capital de la blancura, no tienes el capital de la masculinidad, no tienes el capital de ser occidental, no tienes el capital jurídico de tener los papeles en regla, pues cuando migras, de alguna manera quedas suspendida como en una especie de frontera, de borderline como la llamaba Gloria Anzaldúa” (CooperAcció, 2020).

“Ser migrante también es vivir una doble vida. Es suspender una de ellas para ser funcional en *la otra*” (Gabriela Wiener, 2021)

▶ Informe “La interseccionalidad de la discriminación por razones de raza, etnia y género.” Maria Frias, 2022

▶ [instagram.com/desireebelal/](https://www.instagram.com/desireebelal/)



▶ “Huaco Retrato”, Penguin Libros. Gabriela Wiener. (2021).

▶ <https://mujeres-amalgama.org>



Redes de apoyo



Resiliencia deriva del latín *resiliens*, participio de presente activo de *resilire*, que significa «saltar hacia atrás» o «rebotar». El término, en Física, remite a aquellos cuerpos que tienen la capacidad de volver a su forma original después de haber sufrido deformaciones producto de la fuerza. Históricamente, el estudio de la resiliencia se ha centrado en la individualidad (Rascón Gómez, 2017), definiéndose desde las ciencias sociales como la capacidad que tiene un sujeto para recuperarse de una situación traumática. Se entiende por capacidad como la suma de características personales que denotan idoneidad o disposición. Según esta definición, el ser resiliente no dependería ni del contexto ni de la suma de circunstancias particulares que atraviesan a una persona. Sin embargo, no se puede aplicar esta mirada en el estudio feminista de las migraciones y el refugio. Leer la resiliencia de las personas migradas como una cuestión que solo atañe al individuo y no como resultado, entre otras cosas, de un esfuerzo colectivo, sería incurrir en un grave error de interpretación.

De la misma manera que se precisa de un enfoque interseccional para entender cómo afecta





a los cuerpos y vidas migrantes la desigualdad y violencia estructural, la interseccionalidad se convierte en una herramienta clave para comprender cómo las redes comunitarias pueden impactar positivamente sobre sus vidas. Los grupos de apoyo entre mujeres juegan un papel fundamental en el proceso de adaptación en las sociedades de destino.

El origen del término sororidad, que significa «vínculo de solidaridad entre mujeres», se remonta al latín sororitas «congregación de monjas», que a su vez deriva de soror «hermana». La sororidad se convierte en un refugio esencial para todas aquellas mujeres que huyen de entornos violentos (Torres Vidal, 2024); pero también constituye “un espacio seguro para compartir experiencias similares, brindando no sólo apoyo emocional, sino también información crucial y recursos que pueden marcar la diferencia en su proceso de adaptación y supervivencia en un nuevo entorno” (Royo Prieto, 2017).

► Rascón Gómez, María Teresa. (2017). La importancia de las redes de apoyo en el proceso resiliente del colectivo inmigrante. *Dedica. Revista de Educação e Humanidades*, 11, 61-82.

► Domínguez Amoros, Márius; Contreras Hernández, Paola. (2017). Agencia femenina en los procesos migratorios internacionales: una aproximación epistemológica. *Revista de Metodología de las Ciencias Sociales*, 37, 75-99.

► <https://amamigrar.com>



► Guía “Referentes no blancas”, Asociación Mujeres Opañel, 2025.

