Complejidad y desafíos de la intervención en Salud mental y el acompañamiento psicosocial en Melilla

Médicos del Mundo

Puedes encontrar a Médicos del Mundo en Linkedin y X.

La intervención psicosocial que Médicos del Mundo (en adelante MdM) lleva a cabo en Melilla, es especialmente necesaria y relevante si se considera la especificidad del contexto en el cual opera. Melilla, es una ciudad en la cual se produce una concentración de flujos migratorios, tanto de la población africana como de la asiática, representando la puerta de entrada de la Unión Europea. Por otro lado, las personas migrantes que entran en Europa a través de Melilla se enfrentan a un sistema sanitario nuevo para ellas, que se encuentra estructuralmente saturado y del cual no tienen asegurado el acceso debido a su situación administrativa irregular.

En este contexto, MdM lleva desde 2016 desarrollado un proyecto de intervención en Melilla cuyo principal objetivo es: ***Contribuir a garantizar los derechos de las personas migrantes y refugiadas de la ciudad de Melilla, y en particular el derecho a la salud***. Desde 2020, junto a las variadas intervenciones de acceso a la salud – intervención en calle, sanitaria básica, con acompañamientos y derivación a los servicios públicos de salud- se han introducido las intervenciones psicosociales que han tenido como finalidad, por un lado, detectar situaciones de vulnerabilidad psicosocial y de acceso a recursos de salud mental, y por otro

generar espacios de intervención reparadora desde una mirada psicosocial a los perfiles más vulnerables.

Una de las estrategias clave ha sido generar grupos de apoyo y espacios seguros para mujeres migrantes con impactos interseccionales marcados por la violencia de género y la exclusión social. Los enfoques de la intervención en salud mental y apoyo psicosocial son coherentes con los que plantea MdM en distintos territorios e incluyen: el enfoque psicosocial; el enfoque transcultural e interdisciplinar; enfoque terapéutico en casos de trauma; enfoque de derechos humanos y enfoque de género. Todos ellos, tal y como se explicará más adelante, implican una mirada concreta de la realidad y de los contextos que rodean la intervención.

Los problemas de salud mental que se producen en el contexto de Melilla están determinados por diferentes ejes de desigualdad que se cruzan entre sí: el modelo de determinantes sociales de la salud nos enseña que la clase social, el género, la raza/etnia (entre otros factores) determinan maneras diferentes de vivir y de enfermar. Las desigualdades sociales, además de producir resultados en salud desiguales, tienen también un elevado costo emocional. Sin olvidar, desde una perspectiva de género, los impactos diferenciales de los procesos migratorios y las dinámicas de exclusión en el caso de las mujeres migrantes.

Tipología perfiles

El perfil de personas con las que se interviene en salud mental y apoyo psicosocial en Melilla, Titulares de derecho según la nomenclatura que utiliza Mdm (en adelante TdD), es diverso y se describe a continuación:

- **Personas migrantes**, principalmente residentes en Melilla de manera irregular y de origen mayoritariamente marroquí, que presentan obstáculos en la accesibilidad al sistema público de salud y otros recursos

sociosanitarios. Las dificultades para regularizarse en Melilla generan situaciones de exclusión ampliamente extendidas en el tiempo.

- **Menores migrantes no acompañados/as**, tanto residentes en centros de protección como en situación de sinhogarismo. En el estudio realizado en 2022 en el marco del proyecto *Salud mental en colectivos vulnerables: contribución práctica a la Estrategias de salud mental del Siste*ma Nacional de Salud 2021-2026, se detectan problemas de consumo de sustancias en los/as menores como estrategia disfuncional de afrontamiento.
- **Solicitantes de Protección Internacional**: Melilla como lugar de tránsito, forma parte de las rutas migratorias de muchas personas que huyen de situaciones de persecución, violencia y/o tortura en sus contextos de origen. Esto hace especialmente relevante detectar los perfiles más vulnerables a nivel psicosocial, por un lado, para que puedan recibir la atención adecuada a su situación en cuanto a salud mental, y por otro, porque los propios impactos psicosociales pueden ser la clave para argumentar la pertinencia de solicitar Protección Internacional, lo cual ya es una forma de garantizar parte de sus derechos.
- **Personas de origen migrante y/o racializado** que sufren algún tipo de enfermedad física y/o de trastorno psicológico, ellas o algún miembro de su familia, y con las que se interviene de manera individual, grupal y/o familiar.
- **Mujeres de origen migrante** que participan en actividades grupales para mejorar su bienestar y fomentar el empoderamiento, gran parte de ellas en situaciones de gran precariedad, marcadas por el aislamiento social.
- **Mujeres, y menores migrantes y/o racializados/as víctimas de violencia de género** a distintos niveles con múltiples barreras de acceso para acceder a recursos especializados.
- **Profesionales de diversas áreas de intervención**

sociosanitaria que participan en actividades formativas para incrementar sus conocimientos con el objetivo de mejorar su intervención y el trabajo en red.

Impactos psicosociales

Tal como se refleja en el Informe *Salud mental en población vulnerabilizada*, los impactos psicosociales detectados con más frecuencia en los perfiles antes descritos son:

- Trastornos adaptativos, sintomatología ansioso-depresiva cronificada y vinculada a condicionantes sociales y situaciones de extrema precariedad sostenidas en el tiempo.
- Sintomatología coherente con trauma complejo en supervivientes de violencias interseccionales, con énfasis en las VDG.
- Trastornos adictivos, tanto por consumo de sustancias como estrategia disfuncional de afrontamiento, como otras adicciones comportamentales, especialmente en Menores no acompañados/as y jóvenes extutelados/as.
- Patologías duales sin seguimiento especializado.
- Duelos migratorios complejos en la gran mayoría de las personas migrantes. (Achotegui 2022)
- Un alto porcentaje de las personas atendidas has estado expuestas a situaciones de violencia y/o a situaciones potencialmente traumáticas en origen tránsito o a su llegada a Melilla.

Intervenciones psicosociales en Salud Mental

Por todo lo expuesto con anterioridad, el núcleo de las intervenciones de Médicos de Mundo en Salud Mental pone el foco en determinados aspectos no siempre presentes en el Sistema Nacional de salud, como son:

- Las **violencias de género** y sus impactos interseccionales

en un contexto de tránsito migratorio.

- El **duelo migratorio** y el estrés aculturativo. Especialmente el duelo migratorio complejo, agravado por situaciones de alta vulnerabilidad (Sayed-Ahmad Beirutí coord 2007)
- Los **impactos traumáticos**, las estrategias disociativas y conductas compensatorias en personas expuestas a situaciones potencialmente traumáticas.

Las intervenciones planteadas desde MdM operan a distintos niveles (Gráfico 1)

Gráfico 1- Intervención en salud mental y apoyo psicosocial en MdM (Adaptación Guía IASC 2007)

En este contexto, se describen a continuación las tipologías de intervenciones psicosociales que han tenido impactos positivos en los TdD con los que MdM interviene en Melilla.

Grupos de apoyo y empoderamiento para mujeres: son espacios grupales seguros, conducidos tanto por la psicóloga como por técnicas de intervención y de mediación intercultural, con apoyo lingüístico cuando es necesario. Se abordan por un lado desde un enfoque formativo en cuanto a perspectiva de género, y con un enfoque terapéutico que ayuda a identificar violencias de género y a iniciar procesos de empoderamiento. Las mujeres que avanzan en el proceso formativo y terapéutico tienen además la oportunidad de asumir un rol activo, exponiendo sus avances en sesiones semiestructuradas con mujeres participantes de otras actividades. Esto permite facilitar un espacio informal en el que resolver dudas y generar vínculos entre mujeres con distintos niveles de adherencia a la intervención y de autorreflexión con las temáticas. Las mujeres que lideran las sesiones consiguen afianzar sus conocimientos, y se empoderan al convertirse en referentes de sus iguales.

Formaciones en primeros auxilios psicológicos para entidades que trabajan en el terreno, especialmente en situaciones de calle. Debido a la gran demanda de apoyo psicosocial entre personas migrantes, se ha identificado la necesidad de formar a los colectivos que intervienen en el terreno como agentes esenciales en el cuidado y la promoción de la salud mental. Las formaciones responden al doble objetivo de: dotar a los equipos de calle de zonas de tránsito de recursos para el abordaje de intervenciones con personas migrantes en situación de vulnerabilidad psicosocial; facilitar espacios para hablar de salud mental, mejorando así la atención a TdD con problemas de salud mental y estableciendo mecanismos de trabajo en red, detección y derivación de casos más vulnerables.

Intervención individual y acompañamiento psicosocial individualizado. Las intervenciones psicológicas individuales se realizan prioritariamente con mujeres en su mayoría con sintomatología traumática asociada a múltiples violencias de género y a contextos marcados por la exclusión social. Se trata de una atención de carácter terapéutico, llevada a cabo por profesionales de la psicología, que abordan una problemática en salud mental con vocación de continuidad. Dichas intervenciones pueden terminar con la derivación y acompañamiento al sistema público de salud mental cuando esto es requerido o a recursos especializados. El **acompañamiento psicosocial** consiste en una intervención más indirecta, y/o puntual, que se realiza en contextos más informales, con la finalidad de realizar acciones que permitan la vinculación y adherencia de personas en situación de vulnerabilidad que, por su propio contexto o por factores culturales, es complicado que accedan a sesiones individuales y grupales más estandarizadas. Estas atenciones pueden ser realizadas por profesionales de la psicología o por profesionales de otros sectores (social, sanitario) con formación en acompañamiento psicosocial. En el caso de Melilla estas intervenciones se realizan sobre todo con mujeres migrantes y con Menores no acompañados/as y⁄o jóvenes no tutelados en ocasiones en

situación irregular y en contexto de sinhogarismo. Ambas tipologías de intervención son complementarias.

Mediación intercultural en acciones de salud mental. Debido a la vecindad de Melilla con Marruecos, y situarse como punto clave de las rutas migratorias hacia Europa, la mayoría de TdD que recurren a MdM tienen dificultades para acceder con garantías a recursos públicos de salud general y, aún más, de salud mental. En el caso de MdM Melilla las mediadoras, proporcionan un soporte imprescindible en las intervenciones, tanto individuales, como grupales, familiares, formativas y terapéuticas.

En 2023, la propuesta metodológica reflejada en la *Guía metodológica, acompañamiento psicosocial y atención en salud mental con población vulnerabilizada*, está siendo testada en distintos territorios incluyendo Melilla, que este año está centrando su recogida de información en las mujeres migrantes con las que se viene interviniendo tanto a nivel individual como en grupos de apoyo. Como fase final, de dicha investigación acción, se están identificando y diseñando **prácticas innovadoras con un componente comunitario.** Estas prácticas sitúan énfasis en lo preventivo y en lo reparador con un componente de novedad, con respecto a las intervenciones que ya se vienen haciendo en el territorio. Se trata de identificar actividades que puedan tener un efecto sobre la integración de las personas participantes y que potencialmente aporten un impacto positivo en la salud mental, con apoyo en el tejido social y comunitario. (La base de la pirámide). Dichas prácticas tendrán que ver con el uso del espacio público compartido, por parte de las TdD con las que se interviene a nivel grupal e individual.

El reto sigue siendo garantizar el derecho a la salud, incluida la salud mental en lugares de llegada y tránsito migratorio, para ello además de las acciones específicas de intervención y acompañamiento directo con poblaciones vulnerables, es imprescindible el trabajo comunitario y la

sensibilización vinculada a derechos humanos y convivencia intercultural.

Tal y como ya apuntaba Ignacio Martín Baró: *Si la base de la salud mental de un pueblo se encuentra en la existencia de unas relaciones humanizadoras, de unos vínculos colectivos (…) en los que no se niegue la humanidad de nadie, entonces la construcción de una sociedad más justa no es solo un problema económico y político. Es también y por principio un problema de salud Mental (Martín Baró I. 1984).*

Bibliografía

Achotegui, J. *Los Siete Duelos de la Migración y la Interculturalidad*. Ned Ediciones, 2022.

Comité Permanente entre Organismos. *Guía del IASC sobre Salud Mental y Apoyo Psicosocial en Emergencias Humanitarias y Catástrofes*. Ginebra, IASC , 2007.

Hofstede, G. *Culture´s Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions, and Organizations across Nations*. USA, Sage Publications, 2021 (2nd Edition.)

Médicos del Mundo. *Melilla: diagnóstico de una sanidad enferma propuestas para un sistema sanitario público, universal y de calidad*. Abril 2019. https://www.medicosdelmundo.org/sites/default/files/informe_sanidad_melilla.pdf

Médicos del Mundo, *La salud naufraga en la Frontera Sur*, junio 2021. https://fronterasur.medicosdelmundo.org/wp-content/uploads/2021/06/Frontera_Sur_informe.pdf

Médicos del Mundo. *Guía metodológica, acompañamiento psicosocial y atención en salud mental con población vulnerabilizada*. Mayo 2022.

https://www.medicosdelmundo.org/actualidad-y-publicaciones/publicaciones/guia-metodologica-acompanamiento-psicosocial-y-atencion-en

Médicos del Mundo. *Salud mental en poblaciones vulnerabilizadas*. Mayo 2022. https://www.medicosdelmundo.org/actualidad-y-publicaciones/publicaciones/salud-mental-en-poblaciones-vulnerabilizadas

Organización Mundial de la Salud. *World Mental Health Report. Transforming Mental Health for All*. 2022

Pérez-Sales P. *Psicología y Psiquiatría Transcultural. Bases prácticas para la Acción- Desclée de Brouwer.* Biblioteca de psicología, 2004.

Ruiz Álvarez, M. et al. L*os determinantes sociales de la salud en España (2010-2021): una revisión exploratoria de la literatura*. *Revista Española de Salud Pública* Volumen 96, 2022.

Sayed-Ahmad Beirutí, N. (Coordinador). *Programa de atención a población inmigrante en Salud Mental.* Junta de Andalucía, Grupo de Trabajo de salud Mental e inmigración, 2007.