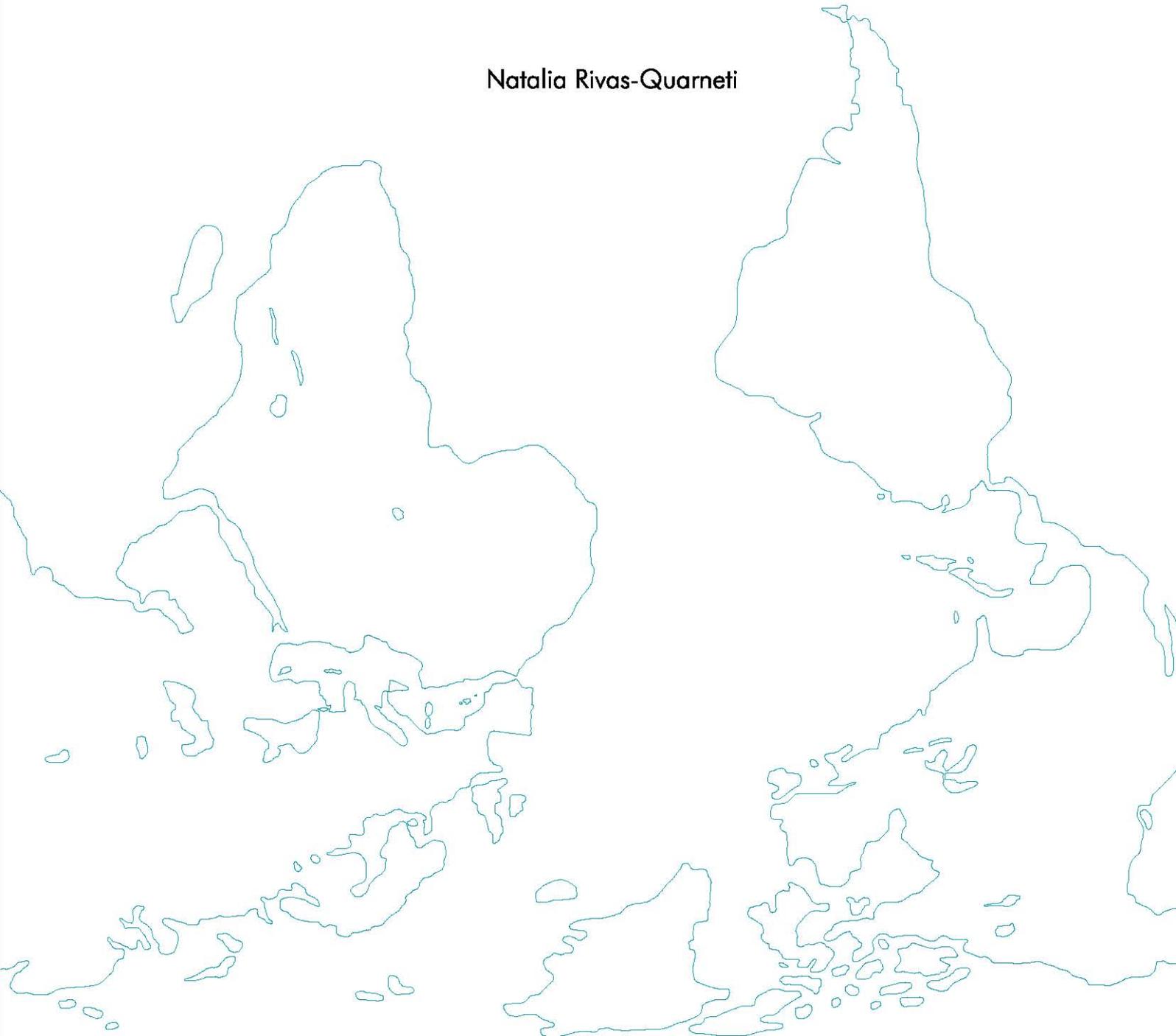


Tesis Doctoral

**Estudio de las ocupaciones cotidianas para la
promoción de la salud de las mujeres
inmigrantes en situación de vulnerabilidad**

Natalia Rivas-Quarneti



Estudio de las ocupaciones cotidianas para la promoción de la salud de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad

Autora: Natalia Rivas-Quarneti

Tese de doutoramento UDC / 2015

Directora: Dra. Lilian Magalhães

Codirectora e Titora: Dra. María Jesús Movilla Fernández

Programa de doctorado en Ciencias Sociosanitarias ¹



UNIVERSIDADE DA CORUÑA

¹ Programa regulado por RD 1393/2007: Programa Oficial de Doctorado en Ciencias Sociosanitarias. Departamento Ciencias de la Salud.

*Mucha gente pequeña, en lugares pequeños,
haciendo cosas pequeñas, puede cambiar el mundo.*
Eduardo Galeano.

AUTORIZACIÓN DIRECTORAS

La **Dra. Lilian Magalhães** profesora titular en la *School of Occupational Therapy, University of Western Ontario*, Canadá, y la **Dra. María Jesús Movilla**, profesora titular de la Facultad de Enfermería y Podología de la Universidad de A Coruña, España

INFORMAN:

Que el trabajo de investigación *Estudio de las ocupaciones cotidianas para la promoción de la salud de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad* ha sido realizado por Doña Natalia Rivas-Quarneti bajo la dirección de las que suscriben.

Una vez examinada la tesis doctoral, **AUTORIZAN** la presentación de este trabajo para aspirar al grado de doctor y para que pueda leerse, defenderse y calificarse en su momento. Asimismo, esta tesis doctoral cumple los requisitos para optar a la Mención Internacional del título de doctor.

Y para que conste y a los efectos oportunos, firman este informe.

Septiembre de 2015

Dra. Lilian Magalhães

Dra. María Jesús Movilla Fernández

Revisión expertas internacionales

El trabajo presentado ha sido revisado por La **Dra. Denise Gastaldo**, directora del *Centre for Critical Qualitative Health Research (CQ)*, profesora titular *Bloomberg Faculty of Nursing y Dalla Lana School of Public Health*, de la *University of Toronto*, Canadá y la **Dra. Liliana Álvarez-Jaramillo**, investigadora postdoctoral en la *School of Occupational Therapy, University of Western Ontario*, Canadá y *deputy coordinator* del programa de investigación de la *World Federation of Occupational Therapists*, para la obtención de la Mención Internacional del Título de Doctor.



Unidade de Investigación Mixta
en Ciencias da Saúde

A Javi, mi compañero

A Martín, Emilio y Uxía, mis hermanos

AGRADECIMIENTOS

Primeramente quiero agradecer a las Doctoras Lilian Magalhães y María Jesús Movilla Fernández la inestimable labor que han hecho como directoras de esta tesis doctoral.

Mi trabajo con la Dra. Movilla comenzó hace más de siete años, cuando era estudiante de grado, momento desde el cual la Dra. Movilla me ha desafiado a expandir mis horizontes, me ha apoyado en todas mis decisiones, ha generado y cuidado espacios de participación, ha sido generosa hasta los límites y se ha convertido en un referente vital. Gracias por dar soporte a una inconformista.

Un gracias muy, muy especial a la Dra. Magalhães. La Dra Magalhães se incorporó a esta aventura cuando estaba en movimiento con gran generosidad e implicación, cariño, buen humor y una desbordante experiencia. Sin duda este trabajo no hubiese sido lo mismo sin su guía sabia y especial. Você mudou minha vida, me ajudou a ver o mundo tão amplamente, a fazer sentido do que estava acontecendo e a "endurecer sem perder a ternura, jamais." Muito, muito obrigada... As palavras não são suficiente, ¿tal vez ajude um "body map"?

Un millón de gracias a la Dra. Hanneke van Bruggen. Thank you for trusting me, for envisioning the path, for being there, academically and personally, supporting me always thinking in the bigger picture. I feel so lucky and grateful for having you in my life.

Un muito obrigada de corazón a Inés Viana, por creer en mí desde siempre, apoyarme desde mis inicios como estudiante, como profesional y como investigadora, por ser ejemplo de coherencia, inconformismo constructivo, transformación y revolución. Minha flor, gracias por ser compañera en la lucha y amiga mucho antes y mucho después de esta aventura doctoral.

Gracias a la Dra. Carmen Coronado Carvajal, Directora de la Unidad de Investigación Mixta en Ciencias de la Salud, de la que formo parte, por el apoyo y confianza en este trabajo y por ayudarme con la burocracia, trabajo invisibilizado, pero clave para poder llevar a término un proyecto.

Gracias también a las revisoras internacionales, la Dra. Denise Gastaldo y la Dra. Liliana Álvarez-Jaramillo, por sus valiosas aportaciones y su compromiso con este trabajo.

Agradezco enormemente a la Facultad de Enfermería y Podología y al Departamento de Ciencias de la Salud de la Universidad de A Coruña, por abrirme las puertas y hacerme sentir en casa. Especialmente gracias a Emma Rodríguez Maseda, Pedro Gil Manso y Nuria Varela Feal.

Muchas gracias a la Facultad de Ciencias de la Salud y al Grado en Terapia Ocupacional de la Universidad de A Coruña por apoyarme y ser catalizadores de cambio en nuestro país.

Gracias a las Terapeutas Ocupacionales y compañer@s de otras profesiones que me inspiraron, motivaron y dieron fuerzas en algún momento de este camino: Inés Viana Moldes, Adriana Ávila Álvarez, Carmen García Pinto (mis primeras Maestras de profesión); Lorena Añón y Suzanne Huot (gran inspiración transdisciplinar), Nereida Canosa, Sergio Santos, David Luaces, Betania Groba, Laura Nieto, Vanessa Crespo, Bárbara Mansilla, Ana Freijeiro, Raquel Feal, Iván de Rosende, Teresa Andrés Gabete, Thais Pousada, Salvador Simó, Margaret McGrath, Hetty Fransen, Sarah Kantartzis, Dikaios Sakellariou,

Melissa Park, Aideen Gallagher, Margarita Mondaca, Ton Satink, Gaynor Sadlo, Karen la Cour y una larga lista de nombres, quienes, además, con su trabajo hacen posible el avance de nuestra disciplina.

Gracias a Sonsoles Mosteiro y Lucía Barcos, sin su apoyo los últimos pasos de este trabajo no hubiesen sido posibles.

Quiero también agradecer a colegas a lo largo y ancho de este mundo con quienes las discusiones y risas en comidas, cenas, clases o seminarios me ayudaron a desafiar lo conocido y a construir nuevas realidades. Thank you: Bianca, Pia, Sylvie, Cornelia, Diego, Robson, Andrea, Lisette, Mariana, Zara, Ank, Dorien, Lorena, Rosa and Julius. Some of you have become more than colleagues, friends with whom I know I will share lindos momentos.

Asimismo, quiero agradecer a la Dra. Fenna van Ness y el Dr. Eric Asaba por su precioso apoyo para la realización de este trabajo. Thank you, Fenna for being there, with your warm look, understanding beyond words. Thank you very much Eric for your generosity and flexibility in the beginning of this doctoral path. You have been crucial in this accomplishment.

Durante estos años he compartido procesos de enseñanza aprendizaje con alumnado tanto de Terapia Ocupacional como de Enfermería de la Universidad de A Coruña. Estas experiencias han impactado positivamente en mi trabajo, por todo ello gracias, especialmente a mis alumnas de Trabajo de Fin de Grado.

Gracias también a otras personas que han sido claves para que pudiese llegar a este momento: Gracias Chus Bello, Dolores Mosquera y Jorge Chambeaud.

Quiero agradecer a mis amig@s por los momentos compartidos. En especial a Tania y Lúa, gracias por crecer juntas. A Lidia, por su cariño incondicional. A Azahara, por ser ejemplo para mí. A Liliana y Denis, por su amistad y cariño, ciertamente son un regalo de la vida.

Gracias a mi familia, sin vosotros, simplemente no soy. Gracias a la familia que une la sangre y la que une el cariño, a uno y otro lado del Charco. Gracias a mis abuelos, Pepe, quien se pone el mundo por montera, y Maruja, que expresa con la acción. Gracias a mis tías, tíos y primos. En especial a mi tía Graciela, cómplice en lo sanitario, cualitativo y vital en estos años. Gracias a mi padre, de quien he aprendido el valor del trabajo y el sacrificio, quien me ha enseñado con su ejemplo a ser constante, generosa e íntegra, a apreciar y disfrutar lo que la vida te da, simplemente. Gracias a mi madre, quien me ha inculcado un mirada crítica y sensible para con el mundo, la persona con la mayor capacidad de innovación y creatividad que he conocido, con quien he aprendido a cuestionar la vida y a encontrar alternativas, la mujer más valiente y resiliente que conozco. Gracias a ambos, no he podido tener mejores padres. Gracias a mis hermanos Martín, Emilio y Uxía, cómplices y compañeros en la vida, de quienes y con quienes aprendo cada día. Somos un equipazo.

Gracias a Javi, mi compañero, con todas las letras. Gracias por tu complicidad en el camino, tu paciencia, tu apoyo, ánimo, cuidado y sobre todo, por tu mirada... y lo que nos queda... GRACIAS.

Finalmente gracias a todas y cada una de las participantes de este estudio. Sin vuestra generosidad, compromiso, resistencia y resiliencia, esto nunca hubiese sido posible.

AGRADECIMIENTOS INSTITUCIONALES

Agradezco el apoyo brindado por los financiadores de esta tesis doctoral:

- Contrato Predoctoral, Plan I2C 2011, Xunta de Galicia, (2011-2014).
- Beca Posgrado en el Extranjero, Fundación Pedro Barrié de la Maza, 2014.

Asimismo, agradezco a las instituciones que facilitaron el acceso al campo en esta investigación.

Resumen breve

Resumen

Introducción: Las personas inmigrantes son uno de los colectivos más afectados por el empeoramiento de los determinantes sociales de la salud durante la crisis socioeconómica en España. Este estudio se centra en las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad. A pesar del incremento de la producción científica sobre las ocupaciones post-migración, la literatura que aproxima la cotidianeidad de estas mujeres desde una perspectiva ocupacional crítica es escasa. **Objetivos:** entender sus experiencias de participación cotidiana en ocupaciones e identificar mediadores de salud/bienestar para proponer acciones de promoción de salud. **Metodología:** Se realizó una Investigación Participativa en Salud. Seis mujeres procedentes de Latinoamérica participaron en el estudio. Los datos se generaron a través de: grupo de discusión, entrevistas, diarios y Metaplan. Se llevó a cabo un análisis crítico narrativo y un análisis participativo temático. **Resultados:** 1) la historia ocupacional de cada participante; 2) temas transversales: lucha diaria a través de las ocupaciones y; 3) la Agenda de cambio. **Discusión:** los resultados apoyan investigaciones previas y muestran particularidades: 1) el impacto de la violencia estructural en las ocupaciones, 2) contribuyen al análisis crítico del concepto elección ocupacional; y 3) desafían el entendimiento lineal de la transición ocupacional e integración tras la migración.

Resumo

Introdución: As persoas inmigrantes son un dos grupos máis afectados polo empeoramento dos determinantes sociais da saúde durante a crise socioeconómica en España. Este estudo céntrase nas mulleres inmigrantes en situación de vulnerabilidade. A pesar do aumento da produción científica sobre as ocupacións post-migración, a literatura que aborda o cotián destas mulleres dende una perspectiva crítica ocupacional é escasa. **Obxectivos:** comprender as súas experiencias de participación en ocupacións cotiás e identificar mediadores de saúde/benestar para propoñer accións de promoción da saúde. **Metodoloxía:** Realizouse una Investigación Participativa en Saúde. Seis mulleres latinoamericanas participaron no estudo. Os datos foron xerados a través de: grupos de discusión, entrevistas, diarios e Metaplan. Levouse a cabo unha análise crítica narrativa e unha análise temática participativa. **Resultados:** 1) a historia ocupacional de cada participante; 2) temas transversais: a loita diaria a través das ocupacións; e a 3) Axenda de cambio. **Discusión:** Os resultados apoian investigacións previas e amosan particularidades: 1) o impacto da violencia estrutural nas ocupacións, 2) contribúen á análise crítica do concepto elección ocupacional; y 3) desafían a comprensión lineal da transición ocupacional e integración tras a migración.

Abstract

Introduction: Immigrants are one of the groups most affected by the social determinants of health worsening of during the socio-economic crisis in Spain. This study focuses on immigrant women in vulnerable situations. Despite the increase of the scientific production on the post-migration occupations, literature approaching the everyday life of these women from a critical occupational perspective is scarce. **Objectives:** advancing understanding of these women's experiences of daily participation in occupations and identifying health/wellbeing mediators in order to propose actions to promote health. **Methodology:** A Participatory Health Research study was carried out. Six women from Latin America participated in the study. Data were generated through: group discussion, interviews, diaries and Metaplan. A critical narrative analysis and a participatory thematic analysis were performed. **Findings:** 1) the occupational story of each participant; 2) cross-sectional themes: occupational struggles in daily live and; 3) an Agenda for change. **Discussion:** findings support previous studies while showing singular contributions: 1) the impact of structural violence in everyday occupations; 2) contribute to a critical analysis of the concept occupational choice; and 3) challenge the linear understanding of occupational transition and integration after migration.

Resumen

En España, la llamada *crisis* socioeconómica ha empeorado las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen (los determinantes sociales de la salud). Entre los colectivos más afectados se encuentran las personas inmigrantes. Este estudio se centra en las mujeres inmigrantes en España, procedentes de Latinoamérica que durante la crisis (2008 a actualidad) se encontraron en situación de vulnerabilidad. El compromiso de la Terapia Ocupacional (TO) y Ciencia de la Ocupación (CO) con la transformación social y la reducción de las inequidades se ha expandido internacionalmente. Sin embargo, a pesar del incremento de la producción científica sobre las ocupaciones tras migrar, existe escasez de literatura que aproxime la cotidianeidad de estas mujeres desde una perspectiva ocupacional crítica. Por ello, se planteó como objetivo del estudio entender las experiencias de su participación cotidiana en ocupaciones; así como identificar los mediadores de salud/bienestar para proponer acciones colaborativas de promoción de la salud. Se llevó a cabo una Investigación Participativa en Salud informada por la teoría crítica de Boaventura de Sousa Santos (Epistemologías del Sur). Se emplearon distintas estrategias de entrada al campo (sesiones informativas, bola de nieve, porteros, etc.). Finalmente 6 mujeres procedentes de Latinoamérica, de entre 36 y 42 años, participaron en el estudio. Los datos fueron generados a través de: grupo de discusión, entrevistas, diarios y Metaplan. Se empleó el análisis crítico narrativo para analizar los datos del grupo de discusión, las entrevistas y los diarios. Simultáneamente al desarrollo del Metaplan se realizó un análisis participativo temático. Se obtuvo autorización del Comité de Ética de la Universidad de A Coruña. Los resultados son 1) la historia ocupacional de cada participante: *miradas únicas al día a día*; 2) los temas transversales: *la lucha diaria a través de las ocupaciones* y; 3) la Agenda: *retos del día a día a superar y posibles fórmulas para mejorar el diario vivir*. A modo general, los resultados apoyan investigaciones previas a la vez que muestran particularidades. Así, ilustran el impacto de la violencia estructural en las ocupaciones diarias y contribuyen al análisis crítico del concepto *elección ocupacional*. Los resultados también desafían el entendimiento lineal de la transición ocupacional e integración tras la migración, clarificando cómo se genera un espacio periférico de participación en las ocupaciones en la sociedad. Para finalizar se señalan posibles implicaciones para la TO y CO, así como futuras líneas de investigación y acción.

Resumo

En España, a chamada *crise* socioeconómica agravou as circunstancias nas que as persoas nacen, crecen, viven, traballan e envellecen (os determinantes sociais da saúde). Entre os máis afectados atópanse as persoas inmigrantes. Este estudo céntrase nas mulleres inmigrantes procedentes de América Latina que durante a crise (2008 ata o presente) atopáronse en situación de vulnerabilidade. O compromiso da Terapia Ocupacional (TO) e a Ciencia Ocupacional (CO) para a transformación social e a redución das iniquidades expandiuse internacionalmente. Con todo, a pesar do aumento da produción científica sobre as ocupacións trala migración, hai escaseza de literatura que se aproxime ao cotián destas mulleres inmigrantes dende a perspectiva crítica ocupacional. Por isto, o estudo tivo como obxectivo comprender as experiencias da súa participación diaria en ocupacións; así como identificar mediadores de saúde/benestar para propoñer accións colaborativas de promoción da saúde. Realizouse unha Investigación Participativa en Saúde informada pola teoría crítica de Boaventura de Sousa Santos (Epistemoloxías do Sur). Foron usadas diferentes estratexias de entrada ao campo (sesións informativas, bola de neve, porteiro, etc.). Finalmente 6 mulleres de América Latina, de entre 36 e 42 anos, participaron no estudo. Os datos foron xerados a través de: grupo de discusión, entrevistas, diarios e Metaplan. Empregouse a análise crítica narrativa para analizar os datos do grupo de discusión, as entrevistas e os diarios. Simultaneamente ao desenvolvemento do Metaplan realizouse unha análise participativa temática. Obtívose autorización do Comité de Ética da Universidade da Coruña. Os resultados son 1) a historia ocupacional de cada participante: *miradas únicas ao día a día*; 2) os temas transversais: *a loita diaria a través das ocupacións* e; 3) a Axenda: *retos do día a día a superar e posibles fórmulas para mellorar o diario vivir*. De modo xeral, os resultados apoian investigacións previas, á vez que amosan particularidades. Así, ilustran o impacto da violencia estrutural nas ocupacións diarias e contribúen a análise crítica do concepto *elección ocupacional*. Os resultados tamén desafían o entendemento lineal da transición ocupacional e da integración tras a migración, clarificando cómo se xera un espazo periférico de participación nas ocupacións na sociedade. Para finalizar, sinaláanse posibles implicacións para a TO e CO, así como futuras liñas de investigación e acción.

Abstract

In Spain, the so-called socio-economic crisis has worsened the circumstances in which people are born, grow, live, work and age (the social determinants of health). Immigrants are among those most affected. This study focuses on immigrant women from Latin America, living in Spain, that have been in vulnerable situations during the crisis (2008 to present). The commitment to facilitating societal transformation and reducing inequities undertaken by Occupational Therapy (OT) and Occupational Science (OS) has expanded on an international level. However, despite the notable increase in research efforts devoted to the study of occupations post-migration, there is still a paucity of literature that approximates the daily life of these immigrant women, from an occupational critical perspective. In response, this study was aimed at advancing understanding of the women's experiences of daily participation in occupations, and at identifying mediators of health and wellbeing in order to propose collaborative actions intended to promote health. A Participatory Health Research study was carried out, informed by Boaventura de Sousa Santos critical theory (Epistemologies of the South). Different recruitment strategies (briefings, snowball, janitors, etc.) were used. Finally 6 women from Latin America, between 36 and 42 years old participated in the study. Data were generated through: group discussion, interviews, diaries and Metaplan. A critical narrative analysis was used to analyze the data generated by group discussion, interviews and diaries. A thematic analysis was performed for the Metaplan. Approval of the University of A Coruna Ethics Committee was obtained. The results are 1) the occupational story of each participant: *unique perspectives on daily life*; 2) the cross-sectional themes: *occupational struggles in daily life* and; 3) an *Agenda: everyday challenges to overcome and possible ways to improve daily life*. In general, the findings support previous studies while showing singular contributions. They illustrate the impact of structural violence in everyday occupations and contribute to a critical analysis of the concept *occupational choice*. Findings also challenge the linear understanding of occupational transition and integration after migration by clarifying how a peripheral area of participation in occupations can be generated in society. Possible implications for OT and OS as well as future research and actions are identified.

Prólogo

La motivación de la doctoranda para llevar a cabo este estudio se puede articular entorno a tres ejes: las experiencias personales, como miembro de una familia e/inmigrante; la experiencia como terapeuta ocupacional con colectivos en situación de vulnerabilidad (por ejemplo: personas con consumo problemático de drogas o personas inmigrantes) y las oportunidades de un nuevo contexto académico en España: la investigación desde Terapia Ocupacional. Estos tres ejes generaron el interés de la doctoranda por las situaciones de vulnerabilidad de las mujeres inmigrantes en España durante el período de crisis socioeconómica. Asimismo, la articulación de estos tres ejes desembocó en la realización del estudio desde un posicionamiento crítico comprometido con la transformación social desde la Investigación, la Terapia Ocupacional crítica y la Ciencia de la Ocupación para, de forma rigurosa, contribuir a la promoción de la salud (ver capítulo 1 para más detalle).

En España, la mencionada crisis socioeconómica ha empeorado las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, es decir, los determinantes sociales de la salud. Entre los colectivos más afectados se encuentran las personas inmigrantes. Este estudio se centra en mujeres latinoamericanas que trabajan o han trabajado en el servicio doméstico. Desde una perspectiva crítica de la salud, atendiendo al Modelo de los Determinantes Sociales de la Salud de la organización mundial de la Salud, el empleo doméstico representa una posición baja en el gradiente social, lo cual provoca que las vidas diarias de estas mujeres estén amenazadas por una larga lista de circunstancias que generan situaciones de vulnerabilidad sociosanitaria. La literatura recoge muchas de estas circunstancias y provee de explicaciones para su entendimiento. A nivel teórico, la llamada triple discriminación genera un marco que permite entender la posición socioeconómica de estas mujeres en España y vislumbrar el porqué de la vulnerabilidad oculta de este grupo. Esto se corresponde con los determinantes estructurales de las inequidades en salud. Por otro lado, a nivel empírico, existen diversos estudios que ejemplifican estas situaciones, es decir, ilustran cómo son los determinantes sociales de la salud con los que conviven estas mujeres. Asimismo, distintas investigaciones demuestran cómo, comparado con la población nativa, estas mujeres tienen peores resultados sanitarios. Además el contexto de crisis socioeconómica actual, hace que este grupo se encuentre

en una situación todavía más vulnerable, lo que exige premura en la aproximación e intervención.

La Organización Mundial de la Salud hace un llamamiento urgente a las profesiones sociosanitarias para trabajar en pro de la salud de las personas inmigrantes. Este llamamiento incluye a la Terapia Ocupacional. En esta tesis doctoral se propone que, a través del conocimiento generado desde la Ciencia de la Ocupación, la Terapia Ocupacional crítica puede tener un papel relevante a la hora de contribuir a promover la salud de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en Galicia.

El compromiso de la Terapia Ocupacional y la Ciencia de la Ocupación con la transformación social y la reducción de las inequidades, se ha expandido internacionalmente en las últimas décadas. Sin embargo el contexto y el alcance de la producción científica que ha abordado las ocupaciones tras migrar desde la perspectiva ocupacional, no ha profundizado sobre la cotidianidad de este perfil de mujeres desde un posicionamiento crítico.

Por ello, este estudio propone generar conocimiento y propuestas de acción que puedan contribuir a iluminar las lagunas detectadas en la literatura. Además, esta información puede contribuir a fortalecer el cuerpo teórico de la Terapia Ocupacional y la Ciencia de la Ocupación, a la emergencia y fortalecimiento de la Terapia Ocupacional crítica en España y a proponer acciones colaborativas que puedan mejorar la situación de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad.

Por ello se establecieron como objetivos:

Objetivo general:

Entender las experiencias de participación cotidiana en ocupaciones de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad; así como identificar los mediadores de salud y bienestar para vislumbrar una acción colaborativa de promoción de la salud.

Objetivos específicos:

- Entender las experiencias de participación cotidiana en ocupaciones de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en España.
- Identificar los mediadores de salud, bienestar e inclusión.
- Vislumbrar acciones colaborativas de promoción de la salud e inclusión.

RESUMEN BREVE	17
RESUMEN	19
RESUMO	20
ABSTRACT	21
PRÓLOGO	23
LISTA DE ABREVIACIONES	28
LISTA DE TABLAS Y FIGURAS	29
CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN A LA TESIS DOCTORAL	31
1.1.- Punto de partida	33
1.2.- Estructura y contenido	37
CAPÍTULO 2. ESTUDIO PILOTO. “ENGAGING IN COLLECTIVE OCCUPATIONS TO BELONG: PROMOTING WELLBEING AFTER MIGRATION? THE STORIES OF TWO LATIN AMERICAN FEMALE DOMESTIC WORKERS IN SPAIN”	39
2.1.-Estudio piloto	41
2.1.1.-Introduction	41
2.1.2.-Research aim	44
2.1.3.- Methods	44
2.1.3.1.-Design	44
2.1.3.2.-Selection of participants	45
2.1.3.3.-Data collection	46
2.1.3.4.-Data analysis	47
2.1.3.5.-Trustworthiness and credibility	48
2.1.3.6.-Ethics	49
2.1.4.-Findings	49
2.1.4.1.-María’s narrative	49
2.1.4.2.- Daniela’s narrative	53
2.1.5.- Discussion	56
2.1.5.1.-The underlying need: engaging in collective occupations for belonging	57
2.1.5.2.- Occupational engagement: the hidden face	58
2.1.5.3.-Occupational potential and changing as a woman	58
2.1.5.4.-Study limitations and strengths	59
2.1.6.- Conclusion	59
2.1.7.- Further reflections on findings	59
2.2.- Proceso de maduración de la investigación	61
CAPÍTULO 3. INMIGRACIÓN, SALUD Y VULNERABILIDAD: EL CASO DE LAS MUJERES LATINOAMERICANAS TRABAJADORAS DEL SERVICIO DOMÉSTICO EN CONTEXTO DE CRISIS EN ESPAÑA	63
3.1.- Inmigración: el caso de España	65
3.1.1.- Migración: una aproximación a los movimientos internacionales	65
3.1.2.- Migración: el boom en España	65
3.1.3.- Situación actual	67
3.2.- Relación entre migración y salud	70
3.2.1.- Salud	70
3.2.2.- Surgimiento del movimiento de Promoción de la Salud:	72
3.2.2.1.- La salud en el mundo pre-moderno	72
3.2.2.2.- La salud en la modernidad	72
3.2.2.3.- La salud en la posmodernidad	74
3.2.3.- Características del movimiento de Promoción de la Salud	76
3.2.4.- Determinantes de la salud	77
3.2.4.1.- Modelo de determinantes de la salud de Dahlgren & Whitehead,	77
3.2.4.2.- El Modelo de la Comisión de Determinantes Sociales de la salud de la OMS	78
3.2.5.- Migrar: ¿un determinante social de la salud?	81
3.3.- Mujeres latinoamericanas trabajadoras del servicio doméstico en España: la triple discriminación, vulnerabilidad y salud	84
3.3.1.- La triple discriminación como determinantes sociales de las inequidades en salud	84
3.3.2.- Determinantes intermedios y repercusiones en la salud-bienestar	86
3.3.3.- La crisis socioeconómica como catalizadora de la vulnerabilidad	88

CAPÍTULO 4. INMIGRACIÓN, TERAPIA OCUPACIONAL CRÍTICA Y CIENCIA DE LA OCUPACIÓN: HACIA LA CONSTRUCCIÓN DE UNA DISCIPLINA SOCIALMENTE RESPONSABLE	89
4.1.- Terapia Ocupacional y Ciencia de la Ocupación: tándem fundamental para la contribución a la promoción de la salud de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en España	91
4.1.1.- Fundamentos Teóricos y Evolución de la Terapia Ocupacional	91
4.1.1.1.- Paradigma de la Ocupación	92
4.1.1.2.- Paradigma Mecanicista	93
4.1.1.3.- Paradigma Contemporáneo	93
4.1.1.4.- ¿Nuevo paradigma de la Terapia Ocupacional?	96
4.1.2.- Ampliando el foco: la Terapia Ocupacional Crítica o Social	96
4.1.2.1.- Limitaciones y respuestas al paradigma contemporáneo: la TO Crítica	97
4.1.2.2.- Conceptos clave y principio vertebrador: los derechos ocupacionales	99
4.1.2.3.- Terapia Ocupacional Crítica y Promoción de la Salud	101
4.1.2.4.- Derechos Ocupacionales y TO Crítica: Impacto global	103
4.1.3.- La Terapia Ocupacional en España: una realidad ecléctica en un contexto de cambios	105
4.1.3.1.- Los comienzos de la TO en España: positivismo e identidad propia	105
4.1.3.2.- El salto a la Universidad: una realidad ecléctica	106
4.1.3.3.- Espacio Europeo de Educación Superior y la crisis socioeconómica en España: la investigación como oportunidad histórica	109
4.1.4.- El papel de la Ciencia de la Ocupación	111
4.1.4.1.- Surgimiento y ámbito de estudio de la Ciencia de la Ocupación	111
4.1.4.2.- Relación entre la Ciencia de la Ocupación y la Terapia Ocupacional	114
4.1.4.3.- El estudio de la cotidianeidad de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad desde la Ciencia de la Ocupación como un paso hacia el futuro de la Terapia Ocupacional Crítica en España	115
4.1.5.- Formulación tentativa de la pregunta de investigación	116
4.2.- Estado del arte	117
4.2.1.- Revisión realizada	117
4.2.2.- Contexto y alcance de la producción científica sobre las ocupaciones tras migrar	119
4.2.2.1.- Contextualizando la producción científica sobre ocupación e inmigración	119
4.2.2.2.- Diversidad en la aproximación a la "inmigración"	121
4.2.2.3.- Tendencias en los intereses de investigación	123
4.2.2.4.- Metodologías empleadas	125
4.2.2.5.- Ocupaciones tras la migración	125
4.2.3.- Conclusiones y pertinencia del estudio	133
4.2.3.1.- Sobre los contextos	134
4.2.3.2.- Sobre las miradas	134
4.2.3.3.- Sobre el fenómeno de estudio	135
4.2.3.4.- Sobre las metodologías	135
4.2.4.- Objetivos y preguntas de investigación	135
CAPÍTULO 5. MARCO TEÓRICO Y DISEÑO DEL ESTUDIO	139
5.1.- Investigación Cualitativa: una mirada desde el Sur	141
5.1.1.- Idoneidad de la investigación cualitativa	141
5.1.2.- Diversidad dentro de la investigación cualitativa: ¿cuál es la metodología apropiada? Cuestión de paradigmas.	143
5.1.3.- Paradigma de la investigación: Sociocrítico	144
5.1.4.- Orientación teórica: una propuesta desde las Epistemologías del Sur	146
5.1.4.1.- La Teoría Crítica	146
5.1.4.1.- ¿Por qué se emplea la teoría crítica en este estudio?	147
5.1.4.2.- Una nueva mirada: Las Epistemologías del Sur de Boaventura de Sousa Santos	148
5.1.4.3.- Epistemologías del sur y la promoción de la salud de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad	154
5.2.- Diseño del estudio	156
5.2.1.- Investigación Participativa en Salud desde el Sur	156
5.2.1.1.- Concepto y raíces de la IP	156
5.2.1.2.- Características de la IPS	158
5.2.1.3.- IPS y las Epistemologías del Sur	161
5.2.1.4.- Contribución de la IPS al estudio	163
5.2.2.- Selección de participantes	163
5.2.3.- Ámbito de estudio y proceso de entrada al campo	165
5.2.4.- Descripción de las participantes	168
5.2.5.- Proceso de generación de los datos	169

5.2.5.1.- Grupo de discusión	170
5.2.5.2.- Entrevistas y diarios	171
5.2.5.3.- Grupo de discusión a través de Metaplan	172
5.2.5.4.- Tratamiento y Almacenamiento de los datos	176
5.2.5.5.-Consideraciones sobre el proceso de generación de datos	176
5.2.6.- Proceso de análisis de los datos	178
5.2.6.1.- Análisis crítico narrativo	178
5.2.6.2.- Análisis participativo temático	181
5.2.7.-Criterios de calidad	181
5.2.7.1.- Validez participativa	182
5.2.7.2.- Validez intersubjetiva	182
5.2.7.3.- Validez contextual	185
5.2.7.4.- Validez catalítica	185
5.2.7.5.- Validez ética	185
5.2.7.6.- Validez empática	185
5.2.8.-Consideraciones éticas	186
CAPÍTULO 6.- RESULTADOS	187
6.1.- Resultados: Negociaciones cotidianas: ocupación, salud, bienestar e inclusión	189
6.1.1.- Historias ocupacionales: miradas únicas al día a día	189
6.1.1.1.- La historia de Sara: <i>"Sigo yendo, día a día, y bueno, va pasando."</i>	189
6.1.1.2.- La historia de María: <i>"como un robot"</i>	205
6.1.1.3.- La historia de Lucía: <i>"para que la gente entienda"</i>	220
6.1.1.4.- La historia de Elena: <i>"como las hormiguitas"</i>	233
6.1.1.5.- La historia de Ana: <i>"tengo espíritu luchador"</i>	248
6.1.1.6.- La historia de Cristina: <i>"bueno, otra vez a la lucha"</i>	260
6.1.2.- Temas transversales: la lucha diaria a través de las ocupaciones - <i>occupational struggles</i> -	277
6.1.2.1.- Trayectorias y experiencias compartidas: tejiendo situaciones de vulnerabilidad	277
6.1.2.2.- La lucha diaria: conjugando ocupaciones para sobrevivir	282
6.1.2.3.- Mediadores de salud y bienestar: dimensiones intrincadas	291
6.2.- Propuestas de acción (Agenda)	295
6.2.1.- "Retos del día a día a superar"	295
6.2.2.- "Posibles fórmulas para mejorar el diario vivir"	300
CAPÍTULO 7. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	305
7.1.- Discusión	307
7.1.1.- Dialogando con la literatura	307
7.1.1.1.- ¿Participando en ocupaciones en el Sur Global?	308
7.1.1.2.- La participación en ocupaciones en Galicia: tensiones y matices	312
7.1.2.- Implicaciones para la construcción de una TO/CO comprometida con la transformación social	316
7.1.3.- Fortalezas y limitaciones del estudio	318
7.2.- Conclusiones	321
7.2.1.-Conclusiones	321
7.2.2.-Conclusions	322
7.2.3.- Futuras líneas de investigación y acción	323
BIBLIOGRAFÍA	325
ANEXOS	345
Anexo I: Autorización Comité de Ética Universidade da Coruña (I)	347
Anexo II: Artículos seleccionados para la revisión de la literatura	349
Anexo III: Cartel informativo	351
Anexo IV: Estructura y guion Grupo de Discusión 1	353
Anexo V: Estructura y guion entrevista	355
Anexo VI: Modelo Diario	357
Anexo VI: Resúmen gráfico actividad Metaplan	359
Anexo VIII: Autorización Comité de Ética Universidade da Coruña (II)	369

Lista de abreviaciones

Castellano

<i>CNDEUTO</i>	Conferencia Nacional de Directores de Escuelas Universitarias de Terapia Ocupacional
<i>CO</i>	Ciencia de la Ocupación
<i>D</i>	Diario
<i>E</i>	Entrevista
<i>GD</i>	Grupo de Discusión
<i>IPS</i>	Investigación Participativa en Salud
<i>M</i>	Metaplan
<i>NDIT</i>	Nueva División Internacional del Trabajo
<i>OMS</i>	Organización Mundial de la Salud
<i>ONG</i>	Organización No Gubernamental
<i>TO</i>	Terapia Ocupacional

Inglés

<i>ENOTHE</i>	European Network of Occupational Therapy in Higher Education
<i>I</i>	Interview
<i>ICPHR</i>	International Collaboration for Participatory Health Research
<i>LAFDW</i>	Latin American Female Domestic Workers
<i>NGO</i>	Non-Governmental Organization
<i>OS</i>	Occupational Science
<i>OT</i>	Occupational Therapy
<i>PO</i>	Participant Observation
<i>WFOT</i>	World Federation of Occupational Therapists
<i>WHO</i>	World Health Organization

Lista de Tablas y Figuras

Lista de Tablas

Table 2.1.- Participants Description	46
Table 2.2.- Data Collection	47
Table 2.3.-Events description criteria	48
Tabla 4.1.- Fundamentos de una Aproximación centrada en la Ocupación a la promoción de la Salud y el Bienestar	103
Tabla 4.2.- Posicionamiento sobre Derechos Humanos de la WFOT	104
Tabla 5.1.- Monoculturas y ecologías de saberes	152
Tabla 5.2.- Tipos de IPS de acuerdo a la implicación de las y los participantes	159
Tabla 5.3.- Tipos de IPS de acuerdo a la intención de la investigación	159
Tabla 5.4.- Criterios de inclusión y exclusión	164
Tabla 5.5.- Estructura actividad Metaplan	175
Tabla 6.1.- Resultados panel 1: <i>Retos del día a día a superar</i>	296
Tabla 6.2.- Resultados panel 2 Metaplan: <i>Posibles fórmulas para mejorar el diario vivir</i>	301

Lista de Figuras

Figura 3.1.- Modelo de determinantes de la salud de Dahlgren & Whitehead	78
Figura 3.2.- Modelo Comisión de Determinantes Sociales de la salud de la OMS	79
Figura 3.3.- Desafíos para la salud en el proceso migratorio	83
Figura 4.1.- Proceso de selección de los artículos	118
Figura 4.2.- Distribución temporal de los artículos publicados	120
Figura 4.3.- Distribución de los artículos publicados en revistas	120
Figura 4.4.- Distribución por países de realización del estudio y países de autores	121
Figura 5.1.- Resumen gráfico de la actividad Metaplan (2015)	176
Tabla 5.6.- Relación participantes y participación actividades generación datos	177
Figura 6.1.- Resultados panel 1 Metaplan: <i>Retos del día a día a superar</i>	295
Figura 6.2. Fotografía resultado panel 2 Metaplan: <i>Posibles fórmulas para mejorar el diario vivir</i>	300

CAPÍTULO 1. Introducción a la tesis doctoral

Este capítulo contextualiza el punto de partida de la investigación y explica el contenido y estructura de la misma. En el primer apartado se describirán las experiencias personales y profesionales de la doctoranda que detonaron el interés por la temática y guiaron el planteamiento del estudio. Posteriormente, se describirá la lógica y estructuración del documento, con el objetivo de facilitar su lectura.

1.1.- Punto de partida

El rol de la investigadora o el investigador en la metodología cualitativa es central. Según distintos autores, la relación interpersonal con la realidad será el principal instrumento de la investigación (Guba & Lincoln, 2005; Sandín-Esteban, 2003). Por ello es necesario reconocer y explicitar aquellos elementos de la experiencia de la investigadora, profesionales y personales, que pueden contribuir a la generación de conocimiento en el estudio. Además de realizar este ejercicio de reflexividad durante el estudio, se considera necesario contextualizar aquellos aspectos que determinaron en gran medida el interés por la temática, así como el planteamiento del estudio. A continuación se elaborarán aquellos elementos que se consideran los detonantes de esta investigación doctoral.

En el caso de la doctoranda, los catalizadores del estudio se pueden articular entorno a tres ejes: las experiencias personales, la experiencia como terapeuta ocupacional y las oportunidades de un nuevo contexto académico en España. A continuación se elaborarán cada una de ellas y cómo se han ido entrelazando.

La autora de esta tesis doctoral es una mujer de 29 años (al momento de finalizar este documento), nacida en Uruguay, que emigró a España, con su núcleo familiar cuando tenía 2 años. Esta migración fue parte de la historia familiar, que comenzaba con sus abuelos, gallegos, emigrando a Montevideo a mediados del S. XX. Estos abuelos, vivieron, trabajaron y criaron a sus hijos en el país Latinoamericano. Durante los años 80, la familia paterna, de forma escalonada, regresa a España. Esta e/inmigración, aunque amparada por una situación administrativa regular así como por los recursos sociales de volver al lugar de origen de los abuelos, generó diversas experiencias que despertaron su interés por las situaciones injustas que el funcionamiento de las sociedades globales producía. Por ejemplo, durante su infancia y adolescencia, vivió en numerosas ocasiones las dificultades que, como familia, se sortearon para empezar una vida en un nuevo contexto (pocos recursos sociales, dificultades de homologación de títulos, adaptación al nuevo contexto y sus formas de funcionar, situaciones de discriminación, etc.). Pero también, creció con la riqueza de estas experiencias, como por ejemplo, aprender a cuestionar desde una edad temprana elementos que se dan por sentado en una sociedad (las diferencias entre aquí y allá en la vida diaria: al ir al médico, al supermercado, al colegio, etc.). Además, algunos de los viajes realizados a Uruguay como adolescente y adulta, para visitar a la familia que aún vive allí, le

hicieron enfrentarse de primera mano a las diferencias que los contextos generan en la vida de las personas. Por ejemplo, las oportunidades de acceso a la formación (como las becas) a las que ella tenía acceso en España, eran mejores comparadas con las de sus primas y primos, o las perspectivas laborales o la atención pública a la salud. ¿Por qué? No parecía justo. Estas experiencias fueron creando una conciencia crítica que influiría en su formación como profesional y sus subsiguientes trabajos (académicos y profesionales).

La doctoranda realizó su formación como terapeuta ocupacional, en la antigua Diplomatura (2004-2007), en la Universidad de A Coruña. Durante su formación conoció la Terapia Ocupacional (TO) crítica, cuya preocupación se extiende más allá de los escenarios tradicionales de la TO y se compromete a trabajar en pro de la salud de grupo y comunidades, que de forma injusta veían comprometida su participación en las ocupaciones (Kronenberg, Simó-Algado, & Pollard, 2006). Esto casaba con las preocupaciones que se elaboraron en el párrafo anterior. Así, vislumbró el gran potencial de la TO para construir realidades más justas.

Una vez finalizada su formación, esta vocación la llevó a trabajar como TO con colectivos en situación de vulnerabilidad, como por ejemplo personas con consumo problemático de drogas. Sin embargo, durante su experiencia práctica pronto notó que los recursos de la disciplina en España para abordar, desde esta perspectiva crítica, realidades de injusticia ocupacional, eran limitados (por ejemplo: escasa literatura abordando estas realidades). Paralelamente, la adaptación de España al Espacio Europeo de Educación Superior ofrecía, en esta universidad, la oportunidad de adaptarse a las nuevas titulaciones de Grado, realizando un curso puente. La necesidad de dar respuestas a las preguntas surgidas en la práctica alentó a que la doctoranda formase parte de esa primera promoción de graduados en Terapia Ocupacional de España.

Durante este curso, tuvo contacto por primera vez con la investigación en la disciplina de la Terapia Ocupacional. Sin dudarlo, la investigación abrió un nuevo horizonte en las posibilidades contempladas hasta ese momento para cumplir los propósitos planteados. Según las conclusiones de la UNESCO establecidas en la Cumbre de París en 1998:

“Mientras que los científicos del pasado veían la función de la educación superior como la búsqueda del conocimiento para su propio beneficio, los investigadores contemporáneos entienden que su rol va más allá, aplicando dicho conocimiento para incrementar, de forma directa o indirecta, el bienestar material, la felicidad y el confort de la humanidad”. (original en inglés)(UNESCO, 1998, párr.1)

Paralelamente, la doctoranda participó en la organización del XV Encuentro de la Red Europea de Terapia Ocupacional en Educación Superior (European Network of Occupational Therapy in Higher Education-ENOTHE) en A Coruña, lo que permitió conocer de primera mano el desarrollo internacional, las innovaciones y la importancia de la investigación en la Terapia Ocupacional.

Este bagaje, se concretó en la idea de que la investigación es clave para que la Disciplina de la Terapia Ocupacional avance y pueda dar respuesta a las situaciones de injusticia ocupacional que comprometen la salud y el bienestar de distintos grupos y poblaciones. Como adelantaba van Bruggen:

“Uno de los mayores desafíos en España es el elevado número de inmigrantes, con repercusiones para el empleo y el mercado laboral, con un riesgo enorme de injusticia ocupacional y suspensión profesional. (7,8) España se ha impulsado por las grandes cifras de inmigrantes extranjeros, principalmente de América Latina (38,75%) Europa Oriental (16,33%) África Norte (14,99%) y África Subsahariana (4,08%). España presenta una de las proporciones de inmigración más altas en el mundo (1,5% anualmente en 2005) y en 2006 9,27% de la población española eran inmigrantes.(9) Estos grupos vulnerables y marginados no se limitan a trabajadores migratorios y minorías étnicas (incluyendo gitanos), sino que también incluye a las personas con discapacidad, sin hogar, ex prisioneros, drogadictos, personas con problemas alcohólicos, personas mayores aisladas y niños. Los problemas que experimentan estos grupos se traducen a menudo en gente sin hogar, desempleados, con bajo nivel educativo, y como consecuencia, una exclusión adicional magnificada de las ocupaciones, comunidad y de la sociedad”(van Bruggen, 2008, p. 8).

Desde el compromiso por aproximar realidades donde la injusticia ocupacional pone en riesgo la capacidad de las personas para desarrollar al máximo su potencial de salud y bienestar, la doctoranda comenzó a desarrollar labores de voluntariado durante un período de un año, aproximadamente, en una ONG. Esta entidad trabaja con el objetivo de mejorar las condiciones de vida de personas inmigrantes o refugiadas en situación de vulnerabilidad en España. La elección de este centro estuvo relacionada con la experiencia vital de la doctoranda. Ser voluntaria en esta entidad le permitiría conocer mejor las realidades de estas personas que, aunque presentaban algunas similitudes a las vividas a en su proceso vital (proceso de adaptación, diferencias culturales, etc.), parecían también diferir. Por ejemplo, muchas personas estaban en situación administrativa irregular, habían emigrado solas, o su proyecto migratorio era diferente, no volvían al lugar de sus abuelos.

Finalmente, tras el año de voluntariado, la doctoranda trabajó en esta misma entidad como Terapeuta Ocupacional, como parte del equipo interdisciplinar que creaba y llevaba a cabo proyectos para la inclusión social de personas inmigrantes (principalmente hombres procedentes de África y Latinoamérica), o para la atención a mujeres víctimas de la trata con fines de explotación sexual.

Paralelamente, la autora siguió formándose para poder investigar, lo que también sería una forma de contribuir a que la Terapia Ocupacional, como profesión, fuese un actor social más que transforme la realidad. Entre las distintas acciones formativas, asistió a cursos sobre inmigración en España, en el que una realidad le llamó poderosamente la atención: los flujos migratorios de latinoamericanos a España y en concreto, las mujeres que acababan en España trabajando en el servicio doméstico. La teoría explicaba cómo el mundo globalizado y cuestiones de clase, etnicidad y género generaban y limitaban estas oportunidades ocupacionales. Esto se alineaba con los posicionamientos de la TO comprometida con el cambio social (Pollard, Sakellariou, & Kronenberg, 2008), por lo que era una realidad sobre la que indagar para contribuir en la construcción de una profesión útil y comprometida con las transformación social.

Estas mujeres también acudían a la entidad en la que la doctoranda trabajaba, aunque nunca tuvo contacto con ellas. Sin embargo, las situaciones que este grupo vivía, descritas en la literatura (Parella-Rubio, 2002) contrastaba con las acciones realizadas desde la entidad, relacionadas con dar soporte en momentos de extrema

necesidad, puesto que no existía partida presupuestaria para poder trabajar a otros niveles. Además, como mujer, consciente de las desigualdades de género imbuidas en las sociedades contemporáneas, tenía un compromiso con visibilizar situaciones de injusticia que afectasen a este género, precisamente por el hecho de ser mujer, como se recoge en la literatura (Parella-Rubio, 2002).

Así, comenzó el interés por las ocupaciones cotidianas de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad: ¿Cómo es su día a día? ¿Cómo se ve comprometido su bienestar en esta cotidianeidad? ¿Qué puede aportar la terapia ocupacional para mejorar su bienestar físico, mental y social?

1.2.- Estructura y contenido

El apartado anterior finalizaba delineando unas preguntas tentativas con las que se comenzó a diseñar esta investigación. A continuación se describe la estructura y contenido del resto del documento, que guiará al lector/a por el proceso de investigación realizado para esta tesis doctoral. Es necesario clarificar que, con el objetivo de cumplir los criterios necesarios para optar a la Mención Internacional del título de Doctor por la Universidad de A Coruña, además del resumen (*abstract*) parte del segundo capítulo así como las conclusiones se escriben en inglés.

En el capítulo 2 se recoge el estudio piloto de esta tesis doctoral, en el que se aproximó la realidad de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad, buscando comprender la función de una ocupación significativa desempeñada en su día a día. Este piloto (realizado en 2012-2013) constituyó un primer acercamiento en profundidad a la vida diaria de estas mujeres, cuya realidad era desconocida para la doctoranda y en gran medida para la literatura de la TO/CO hasta el momento. Este estudio piloto permitió comprender algunos elementos fundamentales para el desarrollo del resto de la tesis doctoral. Por ello, en una segunda parte del capítulo se elabora la reflexión y aprendizajes de esta experiencia investigadora y cómo éstos darán forma al resto de la investigación (realizada entre 2013 y 2015).

En el capítulo 3 se aborda el fenómeno de la inmigración en España, se posiciona la migración como un determinante social de la salud y se aproxima la situación de

vulnerabilidad de las mujeres inmigrantes trabajadoras en el servicio doméstico en el contexto de crisis socioeconómica en el país.

En el capítulo 4 se articula la contribución de la Terapia Ocupacional y la Ciencia de la Ocupación, desde una mirada crítica, para la promoción de la salud de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en España. Posteriormente se reporta la revisión de la literatura realizada describiendo el estado del arte y sus implicaciones para este estudio. El capítulo finaliza enumerando los objetivos y preguntas de la investigación.

En el capítulo 5 se elabora la posición epistemológica de la doctoranda, el diseño del estudio así como la descripción de cómo se llevó a cabo: la metodología empleada (Investigación Participativa en Salud), la selección de participantes, el ámbito de estudio y la entrada al campo, la descripción de las participantes, los métodos de generación y análisis de los datos, los criterios de calidad y las consideraciones éticas.

En el capítulo 6 se reportan los resultados de la investigación, recogiendo las historias ocupacionales de cada participante, los temas transversales que atraviesan las narrativas de todas las participantes, para cerrar el capítulo reportando la Agenda propositiva de cambios elaborada por las participantes.

En último lugar, el capítulo 7 recoge la discusión y las conclusiones del estudio. En la discusión se dialoga con la literatura de la Terapia Ocupacional y Ciencia de la Ocupación, para posteriormente reflexionar sobre las implicaciones de este estudio en la construcción de una disciplina comprometida con la transformación social. Se finaliza la presentación de este trabajo con las conclusiones (en español e inglés) y propuestas sobre futuras líneas de investigación.

Capítulo 2. Estudio piloto. “Engaging in collective occupations to belong: promoting wellbeing after migration? The stories of two Latin American female domestic workers in Spain”

Este capítulo se divide en dos apartados. En el primero se recoge el estudio piloto de esta tesis doctoral, en el que se aproxima la realidad de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad, buscando comprender la función de una ocupación significativa desempeñada en su día a día. Puesto que este trabajo opta a la Mención internacional del Título de Doctor, este piloto se reporta en inglés. En el segundo apartado se elabora la reflexión y los aprendizajes de esta experiencia investigadora y cómo éstos dan forma al resto de la investigación.

2.1.-Estudio piloto

2.1.1.-Introduction

Occupational Science (OS) and Occupational Therapy (OT) embrace the assumption that occupations are essential for health, survival and wellbeing (Wilcock, 2006; Yerxa, 2000): "there is a 3-way link between occupation, health, and survival, in that occupation provides the mechanism for people to fulfill basic human needs essential for survival and health; to adapt environmental changes, and to develop and exercise genetic capacities in order to maintain health and to experience physical, mental and social well-being" (Wilcock, 2006, p. 51). Occupational engagement is basic for this mechanism as it "offers an ideal channel for the realization and utilization of human potential and poses opportunities through which people can create and transform their lives, pursue aims, overcome barriers, learn new ways of achieving health and happiness and discover meaning and purpose in life"(Watson & Fourie, 2004, p. 21).

Engagement is understood as the experience of involving oneself in undertaking an activity and suggests attention and commitment to what is being done (Creek, 2007). Occupations are defined as "chunks of culturally and personally meaningful activity, within a stream of human experience, named in the lexicon of a culture" (Clark et al., 1991, p. 301). This definition emphasizes the importance of the personal election, subjectivity, and context of the action to differentiate it from activity (Pierce, 2001). Then being committedly involved in a personal and cultural meaningful occupation is basic for survival, health and well-being.

One of the main interests of OS is to better understand how occupational engagement is used by people to adapt to the challenges and experiences of their environments (Townsend & Polatajko, 2007). What is called the function of occupations (Larson, Wood, & Clark, 2005). Concretely focusing on how and why people engage in occupations within the complexity of daily lives has been suggested as a valuable approach to contribute to a better understanding of this function (Krishnagiri et al., 2013; Yerxa, 2000).

Migration has been conceptualized as a challenge for both, occupations (Huot & Rudman, 2010; Nayar, Hocking, & Giddings, 2012) and health (Davies, Basten, & Frattini, 2006), especially for labour migrants.

In 2010, the 9.5 % of Europe's population were international migrants (United Nations, 2011). Spain had one of the highest augment of immigration representing the 12.4% of Spanish population (Farber & Allard, 2012). The quick growth of the economy during the last decades attracted labour migrants to work in the construction sector (men) and domestic services (women) (Farber & Allard, 2012), relegating many of them to low status jobs (Castles, 2010). This fact, intertwined with other challenges, such as poor living and working conditions, little social networks, or changes in the physical, economic, political and sociocultural contexts (Nayar, Hocking, & Wilson, 2007); configure these immigrants as a group likely to face different experiences -e.g. loneliness, poor nutrition, culture change, fear to the legal status, isolation, etc (Achotegui-Loizate, 2008) - that put at risk their mental, physical and social wellbeing (Davies et al., 2006; Fernandes & Pereira-Miguel, 2009).

Immigrant women working in the domestic service (productive work doing the household and/or caring) face specific challenges. 1) Domestic service have among the softest regulation in Spain (e.g. they don't have right to sick leave) or are performed without contract (Papí, 2003; Parella-Rubio, 2005). At work they perceive "unseen hazards": environmental (e.g. cleaning products), ergonomic (e.g. physical efforts of caring and cleaning) and psychosocial hazards (e.g. lack of meaning or control in the activities) that jeopardize their health (e.g. strain on their backs, anxiety, sleep affectations, etc.) (Ahonen et al., 2010). Parallel, working in the private home of the employers hinders establishing social networks (Ahonen et al., 2010; Parella-Rubio, 2005). 2) As women, they have more difficulties for balancing work and family due to the gendered distribution of the domestic workload, both in their origin countries and in Spain (Hidalgo, Peralta, Robles, Vilar, & Pérez, 2009; Parella-Rubio, 2005) And 3) as immigrants they need a legal job to achieve the status of citizen, therefore many of them remain in precarious jobs to have a contract or accept to work illegally for the promise of being hired in the future (Martínez-Buján, 2010; Papí, 2003; Parella-Rubio, 2005).

These three dimensions interact simultaneously in their daily lives. Several of these situations are discussed to be why when compared to native population these workers are: among the group with the highest prevalence of mental health problems (Bones-Rocha, Pérez, Rodríguez-Sanz, Borrell, & Obiols, 2010), at most risk of unfavourable factors for health at work (Font, Moncada, Llorens, & Benavides, 2011), have greater levels of stress (Hidalgo et al., 2009) and a worse self-perceived health (Aerny et al.,

2010). What's more, within the Spanish economic crisis these women have harder living conditions: they are threatened by the layoffs and work demands are harder (Farber & Allard, 2012). Social services and Non-Governmental Organizations (NGO) are, among others, in charge of tackling their needs (Alemán-Bracho, 2011).

In 2011 I worked as an occupational therapist for 3 months in a one of these NGO to promote social inclusion of other immigrant groups (African people and victims of trafficking). While I was working there I conducted a small qualitative research to explore daily participation of immigrants (Rivas-Quarneti, Movilla-Fernández, & van Nes, 2013) where I had contact with Latin American Female Domestic Workers (LAFDW). Latin American women are the most represented in the domestic service (Mujica & Talavera, 2006; Oso-Casas, 2009). From conducting this study I realized that within challenging daily lives they chose specific occupations to be involved in that contributed to their sense of wellbeing. Some of my co-workers agreed on this statement, based on their experience of more than 6 years with LAFDW. This was consistent with the core assumptions of OT/OS: engaging in occupations, influences health and wellbeing (Wilcock, 2006). Then I wondered how this occupational engagement could be related to LAFDW's well-being in the context of a daily life threatened by sociopolitical and cultural situations.

The literature review conducted showed that from an occupational perspective, there is evidence of how occupational engagement is related to well-being after the disruptions migration implies (Bennett, Scornaiencki, Brzozowski, Denis & Magalhães, 2012). South Asian who migrate as the parent of adult children living in the US maintain their health by engaging in different occupations of the intergenerational family, among others (Krishnagiri et al., 2013). Similarly, highly educated immigrant women in Canada experience engaging in leisure activities, such as socializing with family or friends or reading as a way of coping with feelings of stress, anxiety or loneliness (Suto, 2013). Nevertheless the profiles and social situations greatly differ from LAFDW, limiting results transferability.

Fewer studies have focused on the occupational engagement of labour migrants. Perceptions of Muslim Albanian men blue-collar workers daily occupations in Switzerland were approached. However the data generated differs from the role of occupational engagement as wellbeing promoter, since the objective in that study was to better understand the relation of culture and occupation (Heigl, Kinebanian, &

Josephsson, 2011). An ethnographic study found that participation in work can deny the opportunities to expand the potentialities of immigrant live-in domestic workers in South Africa, negatively affecting their well-being (Galvaan, 2007). But this information does not approach what these women do to promote their well-being. Peralta-Catipon (2009) found that Filipina live-in domestic workers gather in the Statue Square as a way of relieving themselves from the hard work conditions and from the conflicted sense of selves they experience due to being a foreign domestic worker (Peralta-Catipon, 2009, 2012). The results highlight the function of this occupation to maintain their well-being, challenged for being immigrants and domestic workers. However the context (Hong Kong) and the occupation studied (a meeting of thousands domestic workers) widely differ from LAFDW in Spain.

2.1.2.-Research aim

Thus the aim is to explore experiences of 1) everyday occupations and 2) engaging in one occupation they choose to feel well, to gain understanding of the function of these latest occupations among LAFDW in Spain.

And the research questions are:

- How do LAFDW experience their daily occupations?
- In what occupations do LAFDW engage to feel well?
- How LAFDW experience occupational engagement in one of these occupations?

2.1.3.- Methods

2.1.3.1.-Design

A narrative approach (Polkinghorne, 1995) was used as a suitable methodology. It uses narrative as mode of cognition and analytic tool (Bruner, 1986; Polkinghorne, 1995), and embrace information of human experiences through a range of media: visual, oral, and enacted (Mattingly & Garro, 2000).

This methodology is suitable since, following Polkinghorne (1995) 1) provides access to the person's subjective experience: essential to understand occupational engagement; 2) respects the interrelation between human action and the sociocultural and personal contexts keeping the complexity of human life: to capture the highly interweaved realities of LAFDW; 3) and allows causally linking the events: important to understand why and how these occupational engagement experiences promote well-being in the specific living conditions of LAFDW.

Therefore stories (Polkinghorne, 1995) are linguistic forms that offers explanatory descriptions of human action. Stories are generated by the so-called emplotment (Polkinghorne, 1995). The emplotment is a process in which happenings or events of the person's situated action in the world are drawn together into a temporally organized whole using a thematic thread (plot). In the unfolding movement of the stories, the contextualized events are ordered thematically with a specific goal that provides a framework for understanding the how and why of a person's action: it makes it understandable. This approach will make understandable how occupational engagement can promote well-being in the context of daily life of LAFDW.

2.1.3.2.-Selection of participants

Participants were selected through purposive sampling. Inclusion criteria included: women, coming from Latin America to improve their quality of life (refugees excluded), working in the domestic service, age between 26 and 48 (to match with the migration flow profile), and to have sufficient communication skills.

The NGO where I used to work was the gatekeeper. This NGO has a specific database with contact information of LAFDW. Following the pertinent legal and ethical procedures, I explained inclusion criteria to the staff that provided a list with contact information of a number of women. I personally invited the participants by phone call. I introduce myself as a University of A Coruña junior researcher who had got their contact through the NGO. Eventually 2 women were voluntarily involved (table 2).

Table 2.1

Participants Description				
Pseudonyms	Age	Years in Spain	Work in Spain	Family composition
María	41	6	House work and elderly care. Different employments around the city.	Husband Two children, age range 7-14
Daniela	48	6	Household activities and child care. Different employments around the city.	Two children, age range 13-25 Former Husband

2.1.3.3.-Data collection

Data was collected through semi-structured interviews and participant observation, aimed to share participant's oral and enacted narratives. Three main areas were explored: the experiences of 1) participant's daily occupations 2) what occupations made them feel better, and 3) the engagement in one of these occupations (chosen by the participant as the most important for feeling well). The order and amount of interviews and participant observation varied depending on participants' availability (table 2).

Interviews: Open-questions (E.g.: Let's say that we are going to write a book about the daily life of a LAFDW. What should it include?), follow-up questions (E.g.: Could you explain to me a little more about ...?), and probing activities (E.g.: I understand you correctly if I say ...) were used during the semi-structured interviews (Kvale, 1996). All the material was type recorded and I transcribed it verbatim.

Participant observation (PO) took place in the activities participants selected when asked to share their daily lives and the chosen occupation (table 3). During the PO I paid attention to their sociocultural context, the relationship with important others or the reaction to what they were living (Polkinghorne. 1995). I followed the natural conversations brought by the participants (Alsaker, Bongaardt, & Josephsson, 2009) that were further explored in the interviews. Immediately after the PO I reflected upon the information I observed and voice recorded it. Later I transcribed it verbatim.

As we had agreed, I asked Daniela to participate in the chosen occupation. She said yes but postponed my participation during the time of the field work. Finally, Daniela told me that she wouldn't feel comfortable with me in that occupation because I was a Spaniard, women and young so she was afraid of what her fellows would think. We did

one more interview where I tried to further explore the elements I paid attention to in the PO.

Phone conversations were frequent since many appointments had to be modified to suit participants' daily life shifting needs (e.g. change in participants' work schedule). These conversations were collected in the field notebook and used as data.

Table 2.2.
Data collection

Pseudonym	Field work	Participant Observation			Interview			
		Number	Place	Time	Number	Place	Time	
María	2 months June/August 2012	4	Daily life: -Being at home having a soft drink together -Asking for food, job and money to pay bills to a NGO	Chosen occupation -Going to Church (2 times)	2 to 3,5 hours	1	At home	1,5 hours
Daniela	3 months September/November 2012	2	Daily life: -Being at home having a soft drink together -Asking for job to a NGO	Chosen occupation: -Peruvian meetings. Cancelled	1,5 to 2,5 hours	4	At former family home Cafeteria	1,5 to 2 hours

2.1.3.4.-Data analysis

Narrative analysis was used to study participant's information separately to keep the uniqueness of their experiences. It was based on Polkinghorne configuration (1995). The following steps were debriefed with the supervisor: 1) I re-read and re-listed the data to become familiar with it. 2) Events (actions that "surprise" the researcher and/or participant therefore provided rich information) were selected as narrative analysis deals with "events and happenings as data" (Polkinghorne, 1995, p. 15) (E.g.: E – Event-1: Daniela stands up and dances with other girls; E2: Daniela left her home, E3: she starts to go to Peruvian meetings). 3) These events were described accordingly to table 4; 4) and ordered chronologically (E.g. E2-E3-E1) 5) in this moment an incipient state of emplotment was performed. (E.g.: Daniela is changing as woman in the meetings). 6) Plausibility of the potential plots was searched following the hermeneutic circle principles: I went back and forth within the data, searching for the coherence between the data elements and the data as a whole 7) and using theory to create

possible interpretations. This would allow offering the stories as academic descriptions. Finally 8) an emplotted narrative was created.

Table 2.3

Events description criteria

Cultural context, values, social rules, meaning systems and conceptual networks.
Embodied nature of the protagonist: bodily and psyche dimensions.
Importance of other significant people and explanation of their relationship.
Protagonist vision of the world, choices and actions of this person.

Note: Polkinghorne, D. E. (1995). Narrative configuration in qualitative analysis. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 8(1), 5-23.

Results are presented using researcher authoritative voice (Chase, 2005). In this strategy the researcher speaks differently but not disrespectfully from narrators' voices because the interest of the researcher is different to the participants' when sharing the information. This strategy puts emphasis in making visible the taken for granted information of the everyday world (Chase, 2005).

Spanish language was used during the whole research process. Final report's quotations were translated into English and checked by a Spanish/English speaker to optimize their accuracy.

2.1.3.5.-Trustworthiness and credibility

To enhance credibility and plausibility the 8 steps of the analysis were performed several times, following the hermeneutic circle principles, questioned by the supervisors, searching for nuances, alternative interpretations, different theories, and deeper understanding. Different interpretations were rejected when they didn't provide an explanation of the whole data. Using different data sources (participant observations, interviews and theory) enhance the study's plausibility (Polkinghorne, 2007).

Reflexivity was performed: I kept a reflective diary, debriefed with the supervisors, where I questioned myself about how research efforts and interactions with participants were shaped by my own life (Guba & Lincoln, 2005). I paid particular attention to maintain my awareness of being an immigrant from Uruguay living in Spain since I was two. This fact facilitated to create empathy with participants (e.g. sharing some stories of her family migration experience). But at the same time I tried to be aware of taken for granted information (for the participant and myself) and asked for clarification when

appropriate. I felt as a cultural insider when participants shared stories of engaging in occupations with peers: they used to be done regularly in my family. I reflected on the differences between my personal experiences and those from participants since the socio-economic, temporal and migration trajectories were significantly different. I am the granddaughter of Spaniards who came back to Spain with the extended family, I was socialized in Spain, and I have Spanish nationality.

2.1.3.6.-Ethics

The Universidade da Coruña Ethical Committee approved this inquiry (Anex I). Participants gave informed consent. I made emphasis to keep participant's anonymity, withdrawal opportunities and managing emotional distress: I made phone calls after highly sensitive meetings to support participants' stability and to offer help if needed. I suggested professional services that could help participants (psychologists, social workers and lawyers). The information I provided when I introduced myself could place me in a higher power position. This could hinder a trustful relationship with participants. Thus, when I met them I emphasized in the confidentiality of our meetings, in the fact that the NGO only provided the contact information and I tried to be as close as possible to participants' world by being careful with the use of language and behaviours. I used some expressions and ways of behaving from Latin America, e.g. greeting with kisses to everyone, that bridged some distance.

2.1.4.-Findings

The stories are composed by the experiences of daily occupations, the engagement in the chosen occupation and possible interpretations.

2.1.4.1.-María's narrative

2.1.4.1.1.- María's experiences of daily life

In my first PO María invited me to her home. She quickly started to explain her story in Spain: she says it's needed that the world knows what happens to them (LAFDW).

María has been working in domestic services since she arrived in Spain. The first 4 years she was alone, her children and husband stayed in Bolivia. Currently she works

for few hours in several homes located in distant parts of the city: she travels by bus all day long. Her jobs are not stable: her bosses vary schedule, salary, work tasks or firing and hiring from one day to another. She is frustrated but resigned: she needs the jobs.

Some weeks after, during the PO she explains that in her free time she looks for support in the different NGO's of the city. She asks for job offers, economic support or food. In the interview she clarifies that the situation is critical: her husband has no job and little options to find it. She feels the full weight of her home and family on her. *"I am suffering as a woman and I'm carrying the full load of the house, all the expenses. Yes, that's why I have to ask for some help, because this is not enough."*

I went with her to ask for help to a NGO. We left with two bags full of food and María vomited some words with her face twisted: *"it's horrible having to ask for help."* María feels abused, humiliated and not treated as an equal person. Later María explains that she and her husband are thinking in returning to Bolivia *"at least there we suffer with our people. Here we are as begging"*. But when the conversation turns deeper she confesses that she doesn't want to go back. He will return anyway. María is deeply worried, he wants to take their children with him: *"how will I be without my kids?!"* Within this context, María strictly goes to Church every Sunday morning.

2.1.4.1.2.-You feel peace, you feel peace there

María invited me to go with her to an Evangelical Church in a summer Sunday morning. Approximately eighty people (locals, immigrants, disabled, elderly, young, and kids) attended this Church. It is located in a working class neighbourhood. A Bolivian woman leads the class after the mass today. María does not stop smiling. She nods and smiles. María voluntarily participates, talking loud but sweet, with serenity *"we have to thank for it ... even when you have problems and trials to overcome, because those are learning opportunities"*. The community agrees. On the way out she greets almost everyone with two kisses, smiling from ear to ear. She stands with other immigrant women in front of the main door and happily tells me *"it is time to gossip!"*.

Some weeks later, in the interview María explained why she started to go to Church some years ago:

"(..) by not having your family during so long, being so so so much time away, isn't it? from your loved ones, from my children, from my husband ... there have been times when a strong

depression came to me! "(...)"I knew as everyone does, that there is a God (...) I was invited. I think a leaflet they gave to me on the street, which I saved. And also some friends went to church .Then I saw the only solution there. "

Both at the PO and the interview she emphasizes how useful the religion is for her to understand what she has been living and to guide her about how to respond to the difficulties of her daily life. In the interview she continues: *"all those words that were there in the Bible helped me a lot. And it was what I was living, what was happening and what was going on. Words of wisdom, yes. And it gave me a lot of support". (...)* *"the priest had much wisdom and some very good advice. And he was always speaking about the Bible, and the Bible was related with daily life, one would say (...) there are solutions there [in the Bible] for one thing, for another, and there [engaging in this occupation] you feel peace, you feel peace there, a calmness there. And you leave full; it's like eating, like eating spiritual food, life bread!"*

The calmness she refers to is linked to the support found in the religion and its resources (e.g. the priest or the Bible), but also in the social relationships she established. *"(...) because [in the Church] there are many people from Latin America (...) Then we relate with each other. We have the same conditions, or we go through the same, then it [engaging in Church occupation] is a way of relating. And that's what I like";* To make her point she rapidly compares these relationships with her contact with Spaniards: *"some Spaniards [think] that we [immigrants] know nothing, that there, because we come from an undeveloped country, they think that we know nothing. Nevertheless, one thing: we have values and other thing, we also have studied".* Now she is angry and frustrated. She continues explaining the importance of others with a powerful statement: *"in a far away country, we have nothing more than friends and God".*

These friends have helped her to cope with her struggles in the past: *"the apartment [where she lives] had nothing, no furniture, nothing. But as I tell you, my faith was so big, that the things appear, about the Church, the brothers [people from the Church] brought me things and this[the apartment] was full of things...and the job also came like this, and the "reagrupacion" papers" [family legalization process].* By "like this" she means with their help. And these friends help her at present. When leaving the Church the happy warning *"it is time to gossip!"* opens a space for María and her friends to

share information about where to go to find a job, where are the best places to ask for food this week, or how are their families doing with the settlement process.

The two plots identified in María's story can be captured in the metaphor of *being in an oasis on Sunday mornings*.

María experiences her daily life as a constant challenge that she needs to overcome to survive. Immersed in multiple threats: the uncertainty of her incomes, the responsibility of being the only breadwinner, the emotional stress of the possible return of her children to Bolivia, and the discrimination from some Spaniards; she has found a source of resources to continue with her life: engaging in this Sunday occupation.

One plot identified is her strategy of connecting with religion when engaging in this occupation. The religion constitutes a tool to give meaning to her daily life as a LAFDW in Spain and to understand why she is suffering and how she can handle it. In this context her contribution out loud in Church becomes more powerful: *"we have to thank for it ... even when you have problems and trials to overcome, because those are learning opportunities"*. María's story can be understood like an experience of what Pargament theorized as *The Psychology of Religion and Coping* (Pargament, 2001). He states that religion, no matter which one, can be a guide for daily living and a meaning making instrument in moments of crisis. Both aspects can promote adjustment, especially in those groups with less power in secular societies, such as poor people, immigrants or women (Pargament, 2001). When she engages in this occupation she connects with this dimension and she demonstrates to herself and to the others that she is handling it. She is surviving.

A second plot emerged intermingled in the unfolding story. In the interview, privately, she expresses that she has to accept her situation, but still reflects upon it as unfair. When she asserts with anger that "we" have values, she emphasizes the gap between immigrants and Spaniards, illuminating how she feels excluded due to being from an "undeveloped" country. This exclusion limits her participation in society as an equal person.

Feeling this situation as unfair is contradictive with the message she gives in Church: *"we have to thank for it"*. The tension between gratefulness and injustice allowed emerging a second plot: in this occupation, she is part of a "we", an equal person. "We" emphasizes similar values (attributed to the culture and to the religion),

experiences, and processes (like migration or struggles as low status workers). Within this framework *"in a faraway country, we have no more than friends and God"* takes on a nuanced meaning: "we", immigrants, are a big source of support. "We" is a source of emotional and material means to cope with her life: e.g. sharing information about jobs or giving her food. When she accepts this help highly contrast to the humiliation in the NGO. It can be understood that she naturally accepts this help due to feeling a peer, by being part of the "we". Thus there are two intermingled elements: feeling herself as a fellow and the redistribution of resources. Fraser states that the continuum justice-injustice is a complex system where redistribution (of resources) and recognition (as a fellow) are interrelated to provide or deny the opportunity of participating in society as a peer (Fraser & Honneth, 2003). Justice only can be achieved when the redistribution and recognition are accomplished: what she denominates participatory parity (Fraser & Honneth, 2003). Within this framework while engaging in this occupation María enjoys a greater level of participatory parity than in other spheres of her life. This seems to help her to continue on Monday.

2.1.4.2.- Daniela's narrative

2.1.4.2.1.-Daniela's daily life experiences

Daniela' invites me to go to her home. There she explains: when she arrived she quickly was working as a domestic service employee. She describes these first years as running from one place to another, working 12 hours/day minimum, always stressed. Later on the interviews she will add that in the majority of these jobs she *"had to endure many things"* as being hungry, being accused of robbing or being taken advantage in terms of money or working hours. Nowadays she works just a few hours but she has to endure even harder smashes because of the crisis: she is sad and resigned.

In the first PO she suddenly stops the conversation and confesses *"well, I have to tell you, this is not my home anymore"*. She explains that she is getting divorced. She started crying. Later in the interviews she explains that she had always known that Pedro, her only partner in her life, cheated on her. She never questioned her marriage despite all: *"I don't know if the Spanish women would endure it, don't you know? But we, immigrants, women above all [pause] my mom raised me and when I had problems by the first time with my husband my mom told me "Daughter, he will change, wait..."* She questions whether the migration has pushed them to this situation:

"If we stayed there [Peru] at least we would be together, we would be the four of us, eating or without eating, but my home wouldn't have torn apart". With the divorce her family ideal fell apart. Now she rents a bedroom in a shared apartment with another 5 immigrant people where she doesn't feel at home. During the interviews she describes how she spends her time: working, asking for support in different NGO (job or food), cooking for her children (she can still take care of them), watching TV alone (because she is tired and sad), and going to Peruvian meetings.

2.1.4.2.2.-I don't like sitting!

During the interviews Daniela explains that one year ago she began to go out with her Peruvian friends: *"I pretended I didn't know anything. One day I said, if he does his life, I can do it as well. And then I told him. Look Pedro, you know what? Let's live together but I don't want to know anything about you...you do your life and I'll do mine (...) you have nothing to reproach me".*

She describes these parties in some friends' flats: the background sound is loud and revelry is taking place, people talking, laughing, and Latin music playing. On the table were some delicious dishes from Peru. She explains that while eating, they talk about what they miss from their country. Later only women stay at the table and the conversation focuses on domestic service. All work in the same field. They share: *"so many things we put up with, so many things. And we share "look the lady [employer] told me this [disrespectfully] and she doesn't want to pay me...I... I'm going to leave the job"(...) And we [LAFDW] are like this. But we endure. There are no more work options"* Later she clarifies *"well, there are also some women that have character [strong personality] and they denounce. But I don't. I mean ... no... I say no ... I do not want problems with anybody (...) I prefer to be good. (...) if they do something wrong it will be on their conscience".*

She continues explaining that they joke about cultural differences: Spaniards eat little compared to Peruvians, or prioritize being slim, rather than having curves in women, which deeply impact on her. She repeats how hungry she has been when working because her employers don't take into account that *"we, Peruvians eat a lot".*

At some moment the *Huayno* [Peruvian folkloric music] dance starts. *"And we drum with our shoes and we make fuss... [Laughs] and then, we like that music, from our land. Of course, if I go to a Spanish bar and I ask them to play this...they kick me out*

of there [laughs] and then, because of that we stay there [Peruvian fellows' apartments]. If the police come [because of the noise] we stop, if not, we stay there. And we dance, we have fun. I really like dancing, very much. And this was born in me here [Spain] I think, because before I was not like this. My husband used to go out "I'll be back soon" and he used to go dancing and I stayed at home with the kids. But since I separated I started to go out. The friends invite me. They tell me "come, it's my Birthday party, come to my apartment". And I go and uh! I don't like sitting! They give me beer and I don't like sitting there. I want to dance! I say so and I start dancing with my girlfriends".

The plots identified in Daniela' story can be captured in the metaphor *a safe place to redefine her*.

Daniela's daily life is experienced as a threat for her wellbeing because of the socioeconomic situation, the disruption caused by the divorce and the disconnection with Spaniards. But she has found a place where she can feel safe and explore new ways of being: the Peruvian meetings.

The first plot identified is the safe place Daniela finds in this occupation, related to the social environment and the doing. Doing with her Peruvian fellows allows Daniela to connect with what she misses from Peru, for example eating Peruvian food or dancing traditional music. It can be understood that she connects with her Peruvian identity threatened in her daily life. These identity threats are illuminated when she emphasizes how she has being hungry at work because their employers do not understand "their" way of doing, in this case, eating. Nevertheless, when engaging in the Peruvian meetings she can do in the Peruvian way. With her fellows she doesn't need to explain how or what to eat or dance, or why the music needs to be loud. Everybody shares these cultural patterns. While doing she shares the Peruvian heritage with the others and connects to the new heritage "they" have created as immigrant workers. She doesn't need to explain what it's like to work in the domestic service when you are immigrant and the consequences it has for their daily life, because her fellows have similar experiences. She is comfortably doing and being.

Huot & Rudman (2010) have theorized that people develop and reinforce their identities by habitually performing through occupation, within particular social contexts. When doing with others there is an exchange of impressions and meaning attached to others, and from others to the self, which configures individual identity. And when the

others are people socialized in the same context, there is no need to search for clues about how to perform; because these clues are embodied. When Daniela engages in other social contexts than her Peruvian community, her identity is threatened. But when doing with her Peruvian fellows she feels safe and redefines her identity, not only as a Peruvian but as a LAFDW in Spain.

The second plot identified can be understood as redefining her identity as a woman. From her relationship with her former husband and her reactions to the conflicts at work it can be understood Daniela's conception of herself is compatible with conservative gender roles. Gender roles are a cultural construction, linked to passiveness, prioritization of family and caring, and relegation of women to a second place compared to men (Cobos, 2000). She has embodied this construction. But during the divorce and with the initiation of engaging in this occupation she is changing. Through the unfolding of the story, she plays with the idea of how being a woman is *there* (Peru) and *here* (Spain) "*I don't know if the Spanish women would endure it, don't you know?*" The Peruvian meetings constitute a safe atmosphere where she explores new possibilities. In the last interview Daniela explains how she doesn't wait anymore for men to take her to dance. Now, she takes her girlfriends to dance without a man. In this context the sentence, "*I don't like sitting!*" it's a powerful assertion of her willingness to change and to be proactive in her new life as a woman, which can be understood as a step towards woman empowerment (Karl, 1995).

2.1.5.- Discussion

The aim of this study was to explore experiences of everyday occupations and occupational engagement among LAFDW in order to gain a deeper understanding of the function of the occupations LAFDW choose to engage in to feel well.

The findings illustrate participants' desperation, resignation or frustration experiences when doing in daily life. This can be identified in María's humiliation of "begging" in an NGO or Daniela's experiences of work. These feelings are related with being "unable to do what is necessary and meaningful in their lives due to external restrictions" (Whiteford, 2000, p. 200), in these cases, mainly linked to the socio-economic circumstances related to the social position female domestic workers occupy in Spain during the so-called economic crisis, as described in the introduction. This

occupational deprivation (Whiteford, 2000; Wilcock, 2006) sets the scenario for better understanding why and how *being in an Oasis on Sundays* and *having a place to redefine her* can contribute to participants' wellbeing.

When answering to how those occupations are used to adapt to participants daily lives' challenges some dimensions notably emerged: the need of connecting with culture and peers in both stories; and occupational potential in Daniela's experience.

2.1.5.1.-The underlying need: engaging in collective occupations for belonging

Engaging in the chosen occupations implies for participants connecting with their embodied culture by sharing customs, beliefs, language and history with a group of similar people (World Federation of Occupational Therapists, 2009); concretely engaging in "going to Church on Sundays" and "Peruvian parties" with people they feel as fellows. This is similar to what Occupational Science literature informs about the relationship of wellbeing and occupations after migration. Indian women living in New Zealand engage in traditional practices at home to keep their cultural heritage (Nayar et al., 2007); and immigrant in Australia (Boerema, Russell, & Aguilar, 2010), Canada (Beagan & D'Sylva, 2011) or US (Adrian, 2013) engage in particular occupations (sewing, cooking or music making) to stick to the origin country's culture. Also doing with others has been a major trait for well-being and occupations after migrations (Krishnagiri et al., 2013; Suto, 2013).

Occupational engagement with people who share the same culture has been theoretically (Huot & Rudman, 2010) and empirically (Peralta-Catipon, 2012) related to identity re/configuration. What's more the plot *a safe place to redefine her*, in Daniela's story, supports the latest studies. Nevertheless when putting the engagement in the chosen occupation in dialogue with the experiences of occupational deprivation stands out a concept: "us" different from "them", "us" as part of a group. Participants' stories bring light to the broader dimension of belonging, rather than strictly bridging identities, to provide wellbeing. This interpretation is supported by the clarifications made by the participants, where being part of the "we" is not just a matter of coming from the same country and sharing the cultural heritage, but going "*through the same*" (examples described are: migration, being low status workers and the difficulties they face). And also are empirical examples of what has been recently conceptualized as

collective occupations, where the engagement of a group of people in an occupation has “intention towards social cohesion” (Ramugondo & Kronenberg, 2013, p. 8). In this case the social cohesion is articulated within a community which is to some extent in a marginalized space of society (see next section).

2.1.5.2.- Occupational engagement: the hidden face

Present findings contribute with knowledge to the possible implications of occupational engagement to promote the wellbeing of LAFDW in Spain. However also inform about the risks of occupational engagement (Creek, 2007). Occupational engagement to belong as used by participants implies at the same time the maintenance of the exclusion of this migrant group from the rest of the society. Establishing relationship with others with similar cultural backgrounds is used to lesser the stress of acculturation, but in the long term isolation within this group can cause, among others, mental health problems (Tempany, 2009) and threatens social cohesion. From an OS/OT perspective it's needed to further investigate how the potentialities of collective occupations can promote social inclusion (Ramugondo & Kronenberg, 2013; Whiteford, 2011).

2.1.5.3.-Occupational potential and changing as a woman

Interesting from the findings are the steps towards women empowerment that are brought to reality when Daniela engages in the chosen occupation. This contrasts to the passiveness she expresses for example at work (e.g. she wouldn't denounce an employer). An explanation can be that Peruvian meetings provide a safe context where she can enact the process of women empowerment. Thus, this can be an example of what Asaba & Wicks (2010) conceptualized as occupational potential: the actual experience of potentiality in the doing within specific social contexts. It might be interesting to further explore how engaging in occupations can promote women empowerment since it is a prerequisite for health (World Health Organization, 2009).

2.1.5.4.-Study limitations and strengths

The co-constructed stories were aimed to let the reader learn about these women experiences, which can be remembered when approaching other realities (Polkinghorne, 1995). It's made to be aware that findings are the experiences of two LAFDW, which can greatly vary from other women's experiences. Future research can be conducted on exploring the commonalities between the experiences of LAFDW, e.g. using analysis of narratives (Polkinghorne, 1995). Also participatory action research (Guba & Lincoln, 2005) could be a valuable contribution to change LAFDW's occupational deprivation and create knowledge.

Data gathering within participants' daily living context and the different data collection methods provided rich contextualized information (Alsaker et al., 2009) which strengthen the study.

Weaknesses are related to 1) the limited time in the field, therefore I was unable to increase the trustful relationship with participants, alongside opportunities to access possible relevant layers of the experiences; and 2) the lack of PO in the Peruvian meetings limiting the access to contextual information. This limitation also informed the findings by illuminating the deep gap separating Daniela's world from Spaniards.

2.1.6.- Conclusion

This study contributes to OS providing empirical material about the occupational deprivation LAFDW live as well as the function of collective occupations to belong. The interplay between both dimensions brings light to the complexities of occupational engagement which can function as wellbeing promoter (by belonging) and hinderer (by keeping exclusion).

2.1.7.- Further reflections on findings

The collective occupations chosen by participants fulfil some needs and relieve some stressors of their daily life. The stories bring elements consistent with the model of life style (Matuska & Christiansen, 2008) which establishes that a promoting health lifestyle is achieved by regularly engaging in different occupational patterns, as both

participants do, that enable satisfaction of 5 needs dimensions: 1) Biological health and physical safety, sense of safety -by belonging to the group-, 2) Rewarding and self-affirming relationship and 3) Create meaning and a positive personal identity-by interacting as fellows-,4) Feel interested, engaged, challenged and competent, -by doing in a comfort zone -and 5) Organize time and energy to meet important personal goals and renewal-by experiencing redistribution of resources or organizing their life to regularly engage in these occupations -. Therefore engaging in collective occupations help to balance their daily life, promoting resilience, well-being and quality of life (Matuska & Christiansen, 2008).

But from an OT perspective someone can wonder if using collective occupations to approach LAFDW needs is the more ethical approach when the occupational deprivation persists. It's been questioned whether engaging in other occupations than work that balance their daily lives prevents domestic workers from challenging an unfair *statu quo* (Galvaan, 2007). I do agree: the occupational deprivation (Whiteford, 2000) lived by the participants needs an urgent approach. But as changing the unfair situations implies many stakeholders from the society (as explained in the introduction, their situations have a root in the globalization itself, national policies, and local community, among others) I understand that both strategies, using occupational engagement and challenging the *status quo*, are complementary, indissoluble, concurrent and should be concern of OT/OS (Kronenberg et al., 2006).

In this line of thought, OT/OS have demanded to promote more inclusive communities (Hammell & Iwama, 2012; Sadlo & van Bruggen, 2003; Whiteford & Hocking, 2012). Present findings provide different "clues" of how collective occupations for LAFDW promote social inclusion (belonging to a group) as for example the participatory parity dimension, or the relevance of social context when doing. These clues elicit further questions: are these elements common for more immigrants? Could collective occupations be a space for bridging local community and immigrant groups? How would be the function of occupations to challenge the *statu quo*? These are triggers for the next steps of this work.

2.2.- Proceso de maduración de la investigación

El estudio piloto, cuyo informe se presentaba en el apartado anterior, permitió ganar entendimiento sobre la realidad de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad así como generó una profunda reflexión sobre esta realidad y el potencial papel de la Terapia Ocupacional (TO) y Ciencia de la Ocupación (CO) en ella. Este proceso de reflexión contribuyó a madurar la investigación y plantear mejoras a la misma. A continuación se describe lo que se ha denominado el proceso de maduración del estudio, es decir, los aprendizajes de esta experiencia, que se incorporaron a la investigación que se reporta a partir del capítulo 3.

El objetivo del estudio piloto fue ganar entendimiento sobre la función de una ocupación significativa para la promoción de la salud de las mujeres trabajadoras del servicio doméstico en España. Aunque los resultados generaron entendimiento sobre el potencial de esta ocupación, también hicieron emerger una preocupación: ¿Es esto suficiente en el contexto de privación ocupacional en el día a día que viven? No.

Para comprender en profundidad esta realidad de privación ocupacional, su vinculación con la promoción de la salud y posibles formas de cambiarla, parecía necesario emplear un posicionamiento onto-epistemológico crítico. En esta realidad, la de las mujeres inmigrantes trabajando en el empleo doméstico, los elementos que constriñen las oportunidades de participación en ocupaciones significativas son sutiles y están naturalizados en las sociedades globales y relacionadas con procesos sociohistóricos. Por ello, comenzaron a emerger otras preguntas que necesitaban respuesta ¿Por qué estas mujeres terminan trabajando en estos empleos? ¿Qué consecuencias tiene esto para el resto de su vida cotidiana? ¿Y para su salud y bienestar? ¿Cómo se relacionan sus ocupaciones con los espacios de generación de salud y bienestar? ¿Qué se puede hacer para cambiar esta situación injusta?

El propio proceso del estudio, así como la reflexión por parte de la doctoranda y las directoras, abrieron una puerta a una alternativa. Para alcanzar el objetivo del estudio piloto (apartado 2.1), la ocupación escogida por las participantes necesitó ser contextualizada en su día a día. Así, el estudio de las ocupaciones cotidianas, que para esta primera investigación sólo habían sido consideradas como el contexto para entender la función, revelaron un espacio de generación de conocimiento en el que se articulaban elementos de los contextos micro, meso y macro e ilustraban aspectos del

bienestar y la salud de las participantes. Es decir, en sí mismas constituían un espacio de generación de conocimiento relevante para la Terapia Ocupacional y Ciencia de la Ocupación.

Este entendimiento de la ocupación como puerta de entrada a una dimensión multifacética de la salud y el bienestar y su relación desde una perspectiva ocupacional, presentaban también desafíos para la doctoranda. El bagaje académico y profesional de la misma, vinculado en gran medida a lo sanitario, desde una concepción focalizada en los diagnósticos, necesitaba ser articulado teóricamente para poder entender esta realidad. Era necesario entonces generar una estructura de conocimiento que permitiese abordar la complejidad de las situaciones que viven mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad para poder generar conocimiento y alternativas de cambio plausibles.

Por ello parecía clave profundizar y contextualizar algunos elementos del estudio piloto. Por un lado, era necesario construir qué se entendía por salud-bienestar de un modo integrador y amplio (Ver capítulo 3). Por otro, era necesario posicionar a la TO y la CO en relación a este entendimiento, así como explicitar sus posibles contribuciones. Esto resultaría clave para fortalecer el proceso de investigación y contextualizar la aportación del estudio a la propia disciplina tanto nacional como internacionalmente. Además, todo ello podría ayudar a señalar espacios en los que la TO/CO podría contribuir, lo que en última instancia apoyaría transformaciones en una realidad injusta, preocupación ya explicitada (Ver capítulo 4). Además, y haciendo eco de esta preocupación, parecía urgente que el estudio no sólo generase conocimiento sino alternativas de cambio. Por todo ello, la posición epistemológica debía refinarse y alinearse con estas preocupaciones (Ver capítulo 5).

Aunque en este apartado la reflexión se presenta de modo lineal, es necesario destacar que fue un proceso interactivo, circular y continuo, en el que la discusión con las directoras, la revisión de la literatura y las experiencias previas se retroalimentaban mutuamente, para dar lugar al estudio que se recoge en los siguientes capítulos.

Capítulo 3. Inmigración, salud y vulnerabilidad: el caso de las mujeres latinoamericanas trabajadoras del servicio doméstico en contexto de crisis en España

En este capítulo se aborda 1) la inmigración en España: sus características, evolución sociohistórica y la situación de las personas inmigrantes en la actualidad. Posteriormente 2) se posiciona la migración como un determinantes social de la salud. Para ello, se describe el entendimiento de salud y bienestar, implícito en el movimiento de Promoción de la Salud, a través de su historia y de los determinantes sociales de la salud. Finalmente 3) se aproxima y construye la situación de vulnerabilidad de las mujeres inmigrantes trabajadoras en el servicio doméstico en el contexto de crisis socioeconómica en el país. Para ello se argumenta por qué este perfil de mujeres ocupan el mencionado nicho laboral, qué determinantes sociales y resultados de salud de las mujeres en esta posición socioeconómica se conocen, y por qué es necesario trabajar para la promoción de la salud. El capítulo se cierra haciéndose eco de la llamada de la Organización Mundial de la Salud a las profesiones sociosanitarias a trabajar en pro de la salud y el bienestar de las personas inmigrantes.

3.1.- Inmigración: el caso de España

3.1.1.- Migración: una aproximación a los movimientos internacionales

En el año 2010 el 3,4% de la población mundial eran migrantes internacionales, y concretamente en Europa representaban el 9,5% de la población (United Nations, 2011). Los movimientos transfronterizos de gente que sale de un país para establecerse en otro, es decir, las emigraciones, se han incrementado durante el pasado siglo. Estos movimientos se caracterizan por ser rápidos y han sido conceptualizados como parte de la llamada Globalización:

“las características de la tendencia de la globalización incluyen la internacionalización de la producción, la nueva división del trabajo, nuevos movimientos migratorios del Sur al Norte, el nuevo entorno competitivo que acelera los procesos y la internacionalización del estado...haciendo a los estados agencias del mundo que se globaliza” (original en inglés)(Cox, 1994, p. 15).

La nueva división internacional del trabajo (NDIT) tiene un papel clave en estos flujos migratorios. La NDIT implica un doble movimiento: 1) las industrias se trasladan a los países "periféricos" para producir más barato, y 2) la mano de obra migra a los países "centrales". Por ello, se entiende que estos flujos migratorios de trabajadores están fuertemente vinculados a la NDIT y la globalización, especialmente en relación a la creciente brecha entre países pobres y ricos (factores de expulsión de los flujos migratorios) y la creación de nuevos nichos de empleo en los países "centrales" (factores de atracción de los flujos migratorios) (Castles, 2010; Parella-Rubio, 2002). Además de los factores de expulsión y atracción en términos económicos, en la teoría de las migraciones se establece que existen otros factores como la proximidad cultural, las redes sociales existentes, o las conexiones transnacionales que juegan un papel importante en los flujos migratorios (Castles & Miller, 2009).

3.1.2.- Migración: el boom en España

A lo largo de la historia han existido países con una larga tradición como receptores de las migraciones. Son los llamados países clásicos de inmigración. Entre ellos se

encuentran Estados Unidos, Canadá, Nueva Zelanda o Argentina (Castles & Miller, 2009). España, nunca había estado en este grupo de países receptores de inmigración sino que se había caracterizado por ser un país emigrante. A lo largo del Siglo XIX España se caracterizó por expulsar emigrantes hacia América Latina, en la primera mitad del Siglo, y hacia Europa (Alemania, Francia, Suiza, entre otros) a partir de los años 60 (Colectivo loé, 2003). Sin embargo, desde la década de los 90 del pasado siglo, España vivió el mayor fenómeno inmigratorio de la época contemporánea, recibiendo 4 millones de personas extranjeras en menos de 10 años (Colectivo loé, 2003; Farber & Allard, 2012).

Este aumento de la población extranjera está vinculado al ciclo de expansión económica que vivió el país entre los años 1994 y 2007, en el que el PIB creció un 70%. En este período las personas extranjeras pasaron de ser 2,5 millones en 2001 a 6,5 millones en 2008 (Colectivo loé, 2013a). Este fenómeno inmigratorio posicionó a España como uno de los países europeos con mayor incremento de la población extranjera, llegando incluso a ser el segundo país con el mayor crecimiento de población inmigrante de la OCDE², después de Estados Unidos (Farber & Allard, 2012; Izquierdo-Escribano & Martínez-Buján, 2014). Este hecho cambió la larga tradición de España como país de emigración configurando una nueva y diversa realidad social.

Según el Colectivo loé (2013a, 2013b) el mencionado ciclo de expansión económica, vinculado al crédito a bajo coste, la especulación financiera, la liberalización del suelo y la construcción de grandes infraestructuras, propició una gran demanda de mano de obra en empleos estables pero también en empleos precarios, con baja remuneración y temporales. Este tipo de empleo precario es al que las personas inmigrantes tenían mayor acceso (Colectivo loé, 2013a; Farber & Allard, 2012). En concreto los nichos laborales para las personas inmigrantes se generaron en el sector de la construcción y en el del empleo doméstico, que a su vez están claramente segregados por género; es decir, en el primer sector trabajaban prioritariamente los hombres y en el segundo, las mujeres (Farber & Allard, 2012; Mujica & Talavera, 2006). Las características de estos empleos harán que la situación de crisis socioeconómica ponga en situaciones de vulnerabilidad a muchas de estas personas, como se elaborará en el siguiente apartado.

² Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos

Con respecto a los lugares de origen, el mayor grupo inmigratorio que llegaba a España en estos momentos fue el colectivo de mujeres y hombres de Latinoamérica, quienes llegaron a representar en el año 2008, el 9,8% de la población en España (Hierro, 2013; Izquierdo-Escribano & Martínez-Buján, 2014). Esta masificación de las migraciones desde Latinoamérica a España, fue la característica principal de esta época así como la clave del aumento tan rápido y acusado en la inmigración (Hierro, 2013; Izquierdo-Escribano & Martínez-Buján, 2014; Rosas & Gay, 2015). Esta llamada “latinoamericanización” de los flujos migratorios estuvo favorecida, no sólo por el ciclo de expansión económica, sino por otros factores como la proximidad lingüística y cultural, la restricción en el acceso a Estados Unidos después del 11S (un país destino de los flujos migratorios desde Latinoamérica) o el trato diferenciado con respecto a otros países en cuanto a la situación administrativa³, beneficiado por los lazos entre los países de Latino América y España (Hierro, 2013; Izquierdo-Escribano & Martínez-Buján, 2014; Rosas & Gay, 2015).

3.1.3.- Situación actual

A partir del año 2008, comienza lo que se ha denominado la crisis económica, comenzando un ciclo de una gran destrucción de empleo, con una clara repercusión para la población inmigrante. Entre los años 2008-2011 se destruyeron 2,2 millones de empleos, de los cuales 11,5% correspondían a población española, el 15% a personas de América Latina y el resto de Europa, y el 21% de los procedentes África (Colectivo loé, 2013a). En la primera mitad de 2013, sumaban 3,7 millones los empleos destruidos y la pérdida continuó siendo mayor para la población inmigrante (-20,9%) que para la nativa (-17,5%)(Colectivo loé, 2013b).

La tasa de ocupación, es decir, la relación entre el número de personas ocupadas y la población activa, indica que las personas autóctonas (91,8 % tasa de ocupación en período crecimiento) han tenido y tienen más posibilidades de empleo que las inmigrantes (88,6% tasa de ocupación en período crecimiento), incrementándose esta

³ Las personas latinoamericanas en España, podrían llegar a adquirir la nacionalidad tras 2 años de residencia legal en el país, un tiempo ampliamente menor que los 10 años necesarios para otras nacionalidades. Sin embargo, esto no siempre es fácil puesto que se puede caer en situación irregular si no se puede renovar el permiso de trabajo, por ejemplo al perder el empleo (Hierro, 2013).

diferencia hasta en 6 puntos porcentuales durante el período de crisis: 85,1% de tasa de ocupación para los primeros y 75,1% para los segundos (Colectivo loé, 2013a).

En cuanto a la tasa de actividad, también existen diferencias entre población autóctona y extranjera, y a su vez entre hombres y mujeres, comparando los datos de 2007 con los del primer semestre de 2013. Los hombres han sufrido un descenso continuo tanto entre las personas autóctonas (de 81,7% a 79,8%) como entre los inmigrados (de 88,4% a 85,9%). Sin embargo, en el caso de las mujeres sus tasas de actividad se incrementa continuamente durante el periodo de crisis, algo más las autóctonas (de 60,7% a 68%) que las inmigrantes (de 70,5% a 74,2%), para quienes el incremento se detiene a partir de 2010 (Colectivo loé, 2013b). Esto es coherente con el contexto que vive el país, ya que el sector de la construcción, generalmente ocupado por hombres, ha sido uno de los más golpeados por la crisis. Así, ante la pérdida de la rentas de los hombres, parece que las mujeres se incorporan al mercado laboral con el objetivo de traer ingresos a la familia. Sin embargo, también para las mujeres inmigrantes, a partir de 2010 las escasas expectativas de empleo existentes hasta el momento, se frenan (Colectivo loé, 2013a, 2013b).

Todo esto conlleva una situación de vulnerabilidad para muchas personas inmigrantes. Más concretamente, algunos de los elementos que se conjugan para dar lugar a las situaciones de vulnerabilidad son: 1) la ausencia de cobertura de Seguridad Social (Sanidad), debido a la pérdida de empleo (Colectivo loé, 2013a; Mahía & de Arce, 2014); 2) el empobrecimiento del colectivo (Mahía & de Arce, 2014), uno de cuyos indicadores puede ser la diferencia entre el salario medio de la población extranjera y no extranjera, que se ha agravado con la crisis: entre 2006 y 2010 el salario medio apenas se incrementó (+ 0,8%) para los autóctonos mientras que para los extranjeros disminuyó bruscamente (-10,8%), siendo las mujeres las que tienen ingresos más bajos (Colectivo loé, 2013a), o el incremento de la tasa de pobreza, que para la población extranjera entre 2009 y 2010 ha subido de un 36,1% a un 43,5% (Colectivo loé, 2013b). También 3) se pueden dar en paralelo situaciones de irregularidad sobrevenida, ya que el permiso de residencia no permanente está vinculado a un contrato laboral; o la dificultad de conseguir las condiciones necesarias para las reagrupaciones familiares (Colectivo loé, 2013a; Mahía & de Arce, 2014).

Como consecuencia de alguno o varios de estos elementos, u otros similares, la situación socioeconómica del país ha generado que algunas de las personas

inmigradas que ya estaban asentadas en la nueva comunidad tengan que recurrir a las entidades de apoyo social, tanto ONG's como asociaciones o servicios sociales, a solicitar ayuda para encontrar empleo, formación, o ayudas de emergencia social (vivienda, comida, ropa, etc.)(Alemán-Bracho & Soriano-Miras, 2013; Alemán-Bracho, 2011; Colectivo loé, 2013a).

Además, el rechazo ante la población inmigrante por parte de la población autóctona ha aumentado. Ejemplo de ello es el aumento en el porcentaje de población, ente el año 2007 y 2011, que prefería priorizar dar empleo a los españoles frente a los extranjeros (de 56% a 66%) o de expulsar a inmigrantes en situación irregular (de 12% a 20%) o parados extranjeros de larga duración (de 39% a 44%)(Colectivo loé, 2013a).

Sin embargo, a pesar de las campañas de retorno, que han incrementado el número de beneficiarios a partir del año 2008 (Parella-Rubio & Petroff, 2014) fomentadas por los distintos gobiernos de España en esta época o los mensajes lanzados por los medios de comunicación, que apuntan a que los inmigrantes vuelven a sus países de origen, y las circunstancias adversas descritas en los informes más recientes, no se puede hablar de un retorno masivo de las personas inmigrantes a sus países de origen. Si bien es cierto que la crisis ha tenido repercusiones en el retorno (entre 100.000 a 120.000 personas retornaron cada año desde 2007 a 2012) la mayoría se quedan (Izquierdo-Escribano & Martínez-Buján, 2014). Aunque sí se puede establecer que, con el comienzo de la crisis, existe un cambio en el patrón de las migraciones: el ciclo de llegada masiva se ha detenido. Entre el año 2007 y 2011, el saldo migratorio se redujo 700.000 a 100.000 por año (Colectivo loé, 2013b). Pero el que se hayan detenido las entradas voluminosas que caracterizaban el flujo migratorio durante el período pre-crisis, o que se hayan producido más retornos, no puede ser argumento que invisibilice la situación de las personas inmigrantes durante la crisis económica, que en el cómputo total, en el año 2013 seguían siendo 6,6 millones de personas en España (Colectivo loé, 2013b).

3.2.- Relación entre migración y salud

En este apartado se elaborará el concepto de salud empleado en esta tesis doctoral, así como se articulará con la migración en el mundo globalizado. Esto servirá para explicitar cómo se comprende la relación entre migrar y la salud en este estudio. Asimismo, esta estructura teórica servirá para contextualizar el porqué de la vulnerabilidad sociosanitaria de las mujeres inmigrantes en España, que será abordada en el apartado 3.3.

3.2.1.- Salud

*“Como todas las cosas en el universo,
la salud es extraordinariamente simple y extraordinariamente compleja”
(original en inglés) (Wilcock, 2006, p. 3).*

El concepto de salud ha cambiado drásticamente en el pasado siglo. La concepción positivista que entendía la salud como la ausencia de enfermedad, fue ampliamente superada para dar lugar a una concepción holística, integral y compleja de la salud. Hoy en día, el concepto más ampliamente difundido y universalmente citado es el propuesto por la Organización Mundial de la Salud (OMS), ya en 1946: “La salud es el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (original en inglés) (OMS, 1946, p.100).

Esta definición, aportó elementos innovadores a la definición clásica de salud que se comprendía, como la ausencia de enfermedades, y que ha abierto un debate rico y extenso en las ciencias sociosanitarias. Gómez-López & Rabanaque-Hernández (2000, p. 7) listan las innovaciones que trajo consigo esta definición como siguen:

- “Por primera vez se definió la salud en términos positivos y no negativos (...)
- Se incluyeron las áreas mental y social como componentes de salud.
- Dio origen en todos los países a un amplio debate conceptual al respecto.

- Ha logrado que, en términos de jerga común y científica, se mencione de forma reiterada y, por lo tanto, sea reconocida más o menos oficialmente como idea puesta en común sobre salud” (2000, p. 7).

Sin embargo, esta definición no está exenta de controversias y matices, que dan lugar a distintas implicaciones a la hora de entender y abordar la salud. Por ello es necesario clarificar qué concepción de salud es la que se utiliza en esta investigación. En concreto, se utilizará la concepción de salud implícita en el movimiento de Promoción de la Salud⁴, de la OMS, que matiza y contribuye al mayor entendimiento de la definición establecida por la OMS en 1946.

La Declaración de Ottawa, primera conferencia internacional para la Promoción de la Salud (OMS, 1986), entiende la salud “no como un estado abstracto, sino como un medio para llegar a un fin, como un recurso que permite a las personas llevar una vida individual, social y económicamente productiva” (OMS,1998, p. 10). Así:

“La promoción de la salud es el proceso de capacitar a las personas para que aumenten el control sobre su salud, y para que la mejoren. **Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o un grupo debe ser capaz de identificar y llevar a cabo sus aspiraciones, satisfacer sus necesidades y cambiar o adaptarse al entorno.** La salud se contempla, pues, como un recurso para la vida cotidiana, no como el objetivo de la vida. La salud es un concepto positivo que enfatiza recursos sociales y personales, junto con capacidades físicas. Por tanto, la promoción de la salud no es simplemente responsabilidad del sector sanitario, sino que va más allá de los estilos de vida saludables hacia el **bienestar.**” (original en inglés) (OMS, 1986 "Health Promotion", párr. 3).

⁴ La Promoción de salud engloba distintas corrientes, con dos extremos. Uno de ellas está focalizada en la enfermedad y cómo evitarla (relacionada con aproximaciones positivistas) y otro, cercano al empleada en esta tesis, en la que la enfermedad es uno de muchos resultados y la prioridad está en la integridad de los sujetos (Chapela-Mendoza, 2007). Ésto se elabora en los siguientes apartados.

3.2.2.- Surgimiento del movimiento de Promoción de la Salud:

Con el objetivo de ahondar en esta aproximación a la salud y el bienestar, se presenta una breve recopilación sociohistórica del origen de este movimiento. Esto ayudará a comprender por qué hoy en día es necesario y útil un movimiento de Promoción de la Salud, especialmente en las situación de las personas inmigrantes, y a conocer con mayor detalle las implicaciones y potencialidades de este abordaje.

Bell (2003), agrupa en tres grandes momentos históricos, los elementos que llevan al origen del movimiento de Promoción de la Salud: el mundo pre-moderno, el moderno, y el posmoderno o actual.

3.2.2.1.- La salud en el mundo pre-moderno

La salud en este momento histórico, previo a la Ilustración, era un asunto relativamente sencillo, su presencia o ausencia eran objeto de la voluntad divina (Bell, 2003). Sin embargo, en algunos abordajes médicos de la época, se entrevé una concepción holística de la salud. Por ejemplo, en el siglo XVI, algunos médicos prescribían distintas medidas antes de llegar a la intervención (prevención): dónde ubicar una casa, cómo organizar el trabajo doméstico, qué ejercicio realizar o que (o no) comer y beber (Bell, 2003). Otro ejemplo es la concepción holística en las propias intervenciones médicas: en algunos contextos se entendía la morbilidad como el resultado de la pérdida del equilibrio de los humores vitales, de tal modo que, la intervención, se centraba en recomponer ese equilibrio a través de la dieta, el ejercicio o el descanso (Bell, 2003).

3.2.2.2.- La salud en la modernidad

Sin embargo estas concepciones holísticas en la medicina caen en el olvido en la modernidad. La modernidad se corresponde al período que comienza con la Ilustración (S.XVIII) y se caracteriza por un movimiento filosófico que cuestionaba y criticaba las ideas existentes e instituciones sociales, a la luz de la razón. En este período nace la ciencia y una creencia incuestionable en el progreso. Este es el primer momento en el que la medicina se disocia de la concepción holística de la salud (Bell,

2003). Debido al empleo del método científico, la medicina se centra en la investigación sobre las enfermedades, moviéndose a un claro modelo biomédico y reduccionista (Bell, 2003; Carvalho & Buss, 2008; Restrepo, 2001a).

En esta época los adelantos en medicina son incuestionables: tanto en microbiología, fisiología, patología como en medicina preventiva. Algunas de las personas responsables de los hitos en los avances en esta rama son Bernard, Pasteur, Jenner, Finaly o Snow (Restrepo, 2001a).

Esta medicina, parecía ser la panacea, incuestionable. Sin embargo, paralelamente se mantuvo un movimiento que se interesaba por la interrelación de las condiciones de vida de las personas y/o grupos y su salud. Estos movimientos eran impulsados por otros sectores de la sociedad, alejados de las instituciones médicas. En esta línea destacan los trabajos de Edwin Chadwick y Engels en Inglaterra, René Villamaré en Francia o Rudolf Virchow en Alemania. (Bell, 2003; Carvalho & Buss, 2008; Restrepo, 2001a). Chadwick, jugó un papel principal en la revisión de las *Leyes de los Pobres* y se colocó entre los pioneros de la salud pública inglesa. Su trabajo más conocido es el informe sobre las condiciones Sanitarias de la Clase Trabajadora ("Report on the sanitary conditions of Labouring Class"). De forma similar, Villamaré también denuncia los deterioros en la salud de los trabajadores de la industria textil en Francia, relacionados con las condiciones de vida y trabajo. Engels, escribió varias obras sobre las enfermedades y sufrimientos de los obreros, recogiendo las enfermedades ocupacionales, infecciosas, los efectos de las toxinas ambientales, el alcoholismo, etc., lo que se ha venido a llamar las "raíces de la enfermedad prematura de los trabajadores en Inglaterra" (Restrepo, 2001a, p. 21). Virchow, patólogo alemán, se convirtió en uno de los más célebres salubristas-políticos de la historia. Virchow fue elegido por el gobierno de Prusia para estudiar una gran epidemia de tifus en la provincia de Silesia. Virchow afirmó que las enfermedades estaban directamente determinadas por las condiciones de vida de la gente. Comienza así una "toma de conciencia sobre las relaciones entre el estado de salud de una población y sus condiciones de vida" (Restrepo, 2001a, p. 20).

Algunas de las acciones para mejorar la salud se centraban en la mejora de las condiciones de vida en los guetos de las ciudades europeas, en donde se consiguió reducir y/o eliminar las fuentes de muerte o enfermedades (p.ej. cólera, difteria, etc.) (Bell, 2003). Otras medidas, por ejemplo en Inglaterra, fueron las mejoras de las

condiciones de habitabilidad, el saneamiento, los llamados pulmones verdes (los parques victorianos) y los suministros de agua limpia (Bell, 2003; Carvalho & Buss, 2008). Sin embargo, en aquel momento, ante el crecimiento de la medicina y su efectividad, estas aproximaciones holísticas, comenzaron a enlentecerse y disminuir, quedando casi paralizadas durante un siglo (Carvalho & Buss, 2008).

3.2.2.3.- La salud en la posmodernidad

La posmodernidad, como período sociohistórico, comienza en el siglo XX, continúa hasta la actualidad, y engloba multitud de corrientes y movimientos artístico-filosóficos que superan aquellos de la modernidad. En el mundo sanitario, a partir de los años 60 del siglo pasado, y como consecuencia de las limitaciones de la biomedicina (al servicio de la industria médica y responsable de avances, pero también de daños) o de las limitaciones de la aplicación del modelo patogénico a enfermedades distintas a las causadas por un germen (Carvalho & Buss, 2008; Colomer-Revuelta & Álvarez-Dardet, 2000); surge un pensamiento crítico que responde a estas limitaciones revalorizando las dimensiones sociales y culturales del proceso salud-enfermedad (Carvalho & Buss, 2008), que ya habían sido estudiadas (apartado 3.2.2.2). De tal modo, que en este momento de cuestionamiento y búsqueda de nuevas respuestas, ya existía una amplia literatura sobre cómo las condiciones de vida y trabajo están relacionadas con la salud-enfermedad. Además, Mckeown & Lowe (1986) demostraron cómo la disminución de la mortalidad en Inglaterra durante el S. XIX y principios del XX, debía ser atribuida a las mejoras de las condiciones de vida (Carvalho & Buss, 2008) y en una menor proporción a las actuaciones médicas como vacunas y antibióticos, cuestionando las creencias existentes hasta el momento.

Todos estos saberes, tanto los más positivistas centrados en la persona y en la biología como causantes de la enfermedad-salud, como aquellos más holísticos, se fueron conjugando para proponer distintos modelos que permitiesen superar las limitaciones de la medicina como se entendía hasta el momento, y que promoviesen una comprensión más completa y ecológica del funcionamiento salud-enfermedad. Para ello, fue clave el "Informe Lalonde": "A new perspective on the health of Canadians" (Lalonde, 1974). Este documento supuso un hito en la aproximación a la salud, y diversos autores apuntan a este informe como el germen de las corrientes de

pensamiento de la Promoción de la Salud moderna (Bell, 2003). Lalonde, Ministro de Salud de Canadá en la década de los 70, cuestionó las políticas sanitarias de su país ya que dedicaban la mayor parte de los recursos a la actividad asistencial, a la cura de la enfermedad; mientras que se destinaban pocos recursos a lo que él consideraba los principales condicionantes o determinantes de las enfermedades: los ambientes y los comportamientos o estilos de vida (Bell, 2003; Carvalho & Buss, 2008; Restrepo, 2001a).

El Modelo del Campo de la Salud propuesto por Lalonde (1974), entiende que las condiciones de salud dependen de: a) el patrimonio biológico, b) las condiciones sociales, económicas y ambientales en las que las personas crecen y viven, c) el estilo de vida y d) los resultados de las acciones médico-sanitarias (Carvalho & Buss, 2008). Además, propone que los gastos sanitarios pueden reducirse a través del empoderamiento de las personas en su comunidad. Este empoderamiento es necesario para identificar y actuar sobre sus necesidades de salud (Bell, 2003). Estos dos elementos, su modelo ecológico y la noción de empoderamiento, son clave para el desarrollo de la Promoción de la Salud.

Por otro lado, es necesario referirse a la teoría del sociólogo médico Aaron Antonovsky, si se hace mención a los pensamientos que nutren el origen del movimiento de Promoción de la Salud. Antonovsky, intrigado por las experiencias de supervivencia al Holocausto Nazi, desarrolló un modelo salutogénico, en lugar de patogénico, de la salud. Estaba interesado en aquello que hacía a las personas sobrevivir de una forma saludable. En su modelo, cuestiona las corrientes anteriores al plantear que no existe una dicotomía entre salud-enfermedad, sino que conviven en el día a día de una persona, y al entender que es necesario cambiar el foco de atención, de aquello que produce enfermedad a aquello que genera salud (salutogénesis). En este modelo de generación de la salud se interrelacionan de forma compleja, los elementos del entorno (físicos, sociales, culturales) y las características de la persona,

"Yo llamo modelo salutogénico. No es, sin embargo, una teoría que se centra en "mantener a la gente bien". Sino que deriva de estudiar las fortalezas y debilidades de las prácticas e ideas promotoras, preventivas, curativas y rehabilitadoras, es una teoría de la salud de un sistema complejo, el ser humano" (original en inglés)(Antonovsky, 1996, p. 13).

Estos nuevos entendimientos sobre la concepción de la salud, nutren el nacimiento del movimiento de promoción de la salud. Es, por tanto, en este período histórico, en el que por primera vez desde antes de la Ilustración, se acompasa, integra y explota el potencial de los conocimientos y corrientes más positivistas y los más holísticos, generando una nueva forma de entender la complejidad del fenómeno salud-bienestar.

“Si la modernidad podría ser caracterizada como la era de la ciencia y la medicina, la posmodernidad es la era de la promoción de la salud” (Bell, 2003, p. 22).

3.2.3.- Características del movimiento de Promoción de la Salud

La evolución sociohistórica y sus ciclos de reflexión, han logrado la generación de:

“(…)un nuevo paradigma que considera a la salud como un concepto holístico positivo que integra todas las características del bienestar humano, y que además concilia dos aspectos fundamentales: la satisfacción de las llamadas “necesidades básicas” y el derecho a otras “aspiraciones” que todo ser humano y grupo desea poseer (...) necesita acceder a otros componentes de la salud como; los derechos humanos, la paz, la justicia; las opciones de vida digna, la calidad de esa vida; la posibilidad de crear, de innovar, de sentir placer (...)”.(Restrepo, 2001b, p. 24)

Chapela-Mendoza (2007) propone el concepto *Promoción de la salud emancipatoria*, en el que, desde los documentos de la OMS, construye una alternativa crítica a la promoción de la salud. Esta autora subraya que la propia OMS, en la Carta de Ottawa, dibuja un concepto de salud que no es un estado o condición, sino una capacidad humana. De este modo, la enfermedad es sólo uno de los múltiples resultados o factores que pueden influir en lo que denomina la capacidad humana saludable. De este modo, según la misma autora, la OMS intenta interconectar los aspectos objetivos y subjetivos tanto de la persona o comunidad como de su entorno, para poder comprender la salud y el bienestar, así como para poder actuar en favor de ésta (Chapela-Mendoza, 2007).

En este contexto es en el que se entiende la proliferación y apoyo de la OMS de modelos teóricos que describen y explican los elementos de la vida cotidiana que

influyen en la salud, incluyendo lo micro, meso y macro, así como lo objetivo y subjetivo. A continuación se elaborarán dos de ellos.

3.2.4.- Determinantes de la salud

Como se ha visto, la salud ha sido conceptualizada y abordada de multitud de maneras a lo largo de la historia. Del mismo modo, también han cambiado y evolucionado las ideas y creencias sobre los factores o determinantes que influyen sobre la salud.

En la actualidad, existen dos modelos de gran relevancia, que proveen de una aproximación organizativa a los determinantes de la salud, altamente coherentes con la aproximación utilizada en el presente estudio. Ambos modelos surgen relacionados y nutriendo el movimiento de Promoción de la Salud. Además, serán el marco en el que se explicita la relación entre migrar y salud.

3.2.4.1.- Modelo de determinantes de la salud de Dahlgren & Whitehead,

El primer modelo es el propuesto por Dahlgren & Whitehead (1991). En este modelo, se identifican como determinantes de la salud 5 niveles o capas (Figura 3.1): La primera, se corresponde con entorno estructural. Para abordar la salud desde este nivel habría que intervenir en el nivel político 1: la búsqueda de cambios estructurales (estrategias económicas, políticas fiscales, acuerdos entre países, etc.). La segunda capa se corresponde con las condiciones sociales y materiales en las que viven y trabajan las personas, determinadas por distintos sectores como la vivienda, la educación, el sistema sanitario, etc. Este sería el nivel político 2 de intervención: su objetivo sería mejorar las condiciones de trabajo y vida a través del sector sanitario público o estrategias comerciales (servicios del sistema sanitario, políticas de nutrición, políticas laborales, etc.) La siguiente capa, se corresponde con el apoyo de la familia, amigos y la comunidad local. Este nivel político 3 se encaminaría a fortalecer el apoyo social y comunitario (p.ej. con la organización de personas para dar apoyo mutuo y así defenderse de las amenazas para la salud). Finalmente, en la última capa, engloba algunas acciones elegidas por las propias personas, como la comida que se escoge

comer. Este sería el nivel político 4: su función sería influir en las actitudes y estilos de vida de las personas.

Este modelo, engloba también los factores personales, como por ejemplo la edad o el sexo, en lo que se correspondería a las características de los individuos.



Figura 3.1. Modelo de determinantes de la salud de Dahlgren & Whitehead
Fuente: Dahlgren, G., & Whitehead, M. (1991). *Policies and strategies to promote social equity in health* (p.11). Stockholm: Institute of Future Studies.

3.2.4.2.- El Modelo de la Comisión de Determinantes Sociales de la salud de la OMS

Décadas más tarde, diversos organismos y profesionales, fueron convocados por la OMS para reunir evidencia sobre los determinantes sociales de la salud (las circunstancias en las que las personas crecen y viven) y proponer estrategias para solventar las inequidades en salud, es decir, las diferencias injustas y evitables entre el estado de salud o en la distribución de los recursos entre los distintos grupos de población, que se derivan de las condiciones sociales en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen (Solar & Irwin, 2010; OMS, 2011). Es la llamada Comisión Sobre los Determinantes Sociales de la Salud de la OMS.

Esta comisión desarrolla en profundidad el marco conceptual sobre los determinantes sociales de la salud y los mecanismos que producen las inequidades sanitarias, con el objetivo de contribuir y avanzar la práctica y las acciones políticas en materia sanitaria (Solar & Irwin, 2010). Este marco está basado en distintas explicaciones teóricas de la producción de la salud y la enfermedad (aproximaciones psicosociales, producción social de la enfermedad/ economía política de la salud y marco eco-sociales) (Solar &

Irwin, 2010); así como en resultados de investigaciones realizadas en todo el mundo (Commission on Social Determinants of Health, 2008; Solar & Irwin, 2010).

En la figura 3.2, se observa la organización de este modelo.

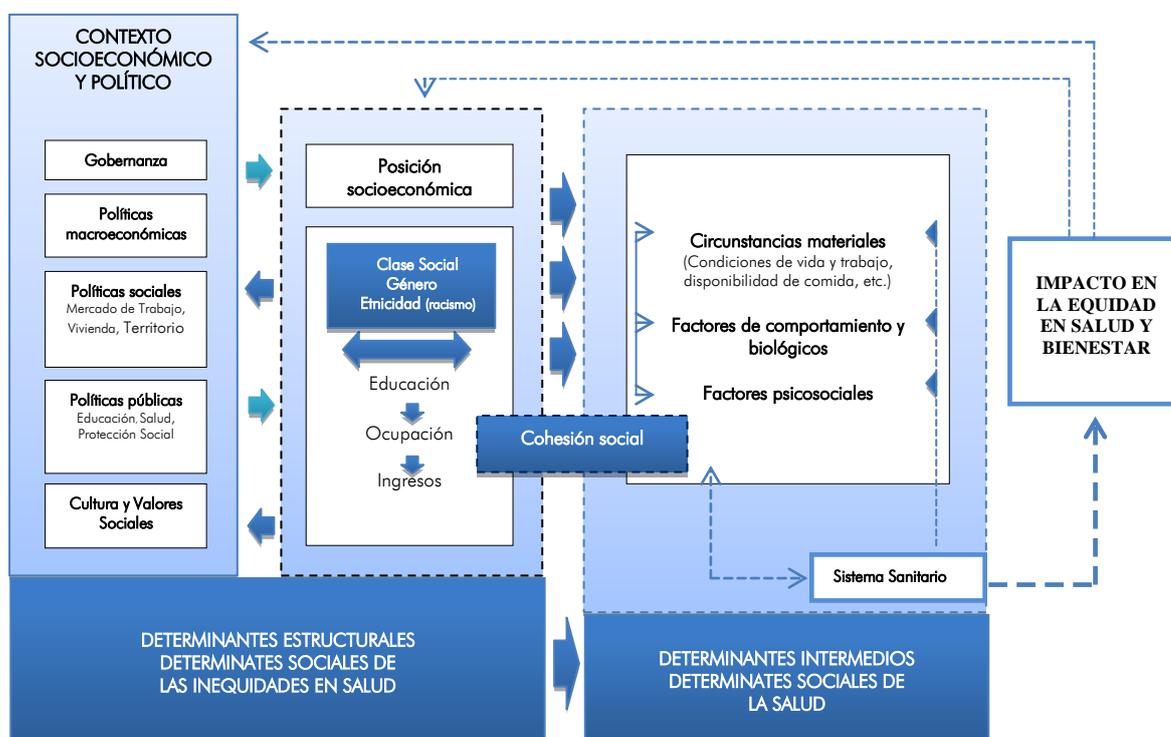


Figura 3.2. Modelo de la Comisión de Determinantes Sociales de la Salud de la OMS
Fuente: Solar, O., & Irwin, A. (2010). *A Conceptual Framework for Action on the Social Determinants of Health. Social Determinants of health Discussion Paper 2 (Policy and Practice)*(p.2). Geneva: World Health Organization.

Uno de los elementos claves de este modelo es el desglose de lo que hasta ese momento se denominaban los “determinantes sociales de la salud”. Éstos se componían de lo que ahora se consideran dos elementos diferentes pero interrelacionados: por un lado, los factores sociales que promueven o limitan la salud de las personas y poblaciones (“determinantes intermedios” o “determinantes sociales de la salud”) y, por otro, a los procesos que subyacen la distribución desigual e injusta de estos factores entre distintos grupos de la sociedad (“determinantes estructurales” o “determinantes sociales de las inequidades en salud”(Solar & Irwin, 2010). A continuación se detallarán ambos con mayor detenimiento.

a) Determinantes estructurales

Los determinantes estructurales de la salud tienen su origen en la interacción dinámica entre el contexto político, social y económico (columna izquierda en figura 3.2), y los mecanismos estructurales que generan la estratificación social. El resultado de esto es una posición socioeconómica concreta de personas o grupos, (columna central). Es decir, "son aquellos que generan o refuerzan la estratificación social en la sociedad y definen la posición socioeconómica"(original en inglés) (Solar & Irwin, 2010, p. 30). Estos mecanismos generan o limitan oportunidades de salud basadas en la posición de las personas o grupos en las jerarquías de poder, prestigio y acceso a los recursos de las personas y/o grupos.

El modelo utiliza distintas variables para operativizar la posición socioeconómica: los ingresos y la educación: como resultados de la estratificación social; la ocupación (entendida como trabajo): como representación de la estratificación social; y la clase social, el género y la etnicidad: operan como determinantes estructurales.

b) Determinantes intermedios

Según este modelo, los determinantes estructurales son los antecedentes causales de lo que el modelo llama los *factores sociales intermediarios* o *determinantes sociales de la salud*. Así, los determinantes estructurales (o determinantes de las inequidades sanitarias) operan a través de estos determinantes sociales (o determinantes intermedios).

Los principales determinantes intermedios son: las circunstancias materiales (entorno físico, vivienda, medios económicos, etc.); las circunstancias socio-ambientales o psicosociales (estresores psicosociales como circunstancias vitales estresantes, -falta de- apoyo social, etc.); factores del comportamiento o biológicos (como fumar, beber, la dieta, -falta de- ejercicio físico y/o factores genéticos, edad y sexo); y el sistema sanitario.

El Modelo de la Comisión de Determinantes Sociales de la salud de la OMS (Commission on Social Determinants of Health, 2008; Solar & Irwin, 2010), es esencial para comprender el peso que tiene la posición socioeconómica de las

personas y grupos en la sociedad en relación con su salud, ya que es esta posición en el gradiente social la que, en gran medida, determinará las oportunidades de salud de las personas: "(...) basándose en su respectivo estatus social, las personas experimentan diferencias en la exposición y vulnerabilidad a las condiciones que comprometen la salud" (original en inglés) (Solar & Irwin, 2010, p. 46).

3.2.5.- Migrar: ¿un determinante social de la salud?

"Las desigualdades sociales que existen en todas las sociedades
y entre diferentes sociedades,
significan que la libertad para llevar una vida floreciente y disfrutar de una buena salud,
se distribuye de forma desigual entre los diferentes grupos de población.
Los migrantes se encuentran a menudo entre los afectados más negativamente por estos
desequilibrios"
(original en inglés) (Davies et al., 2006, p. 7)

Desde esta concepción de salud y bienestar, así como de los factores que influyen en ella, se vislumbra cómo ser una persona inmigrante en el mundo globalizado, donde la NDIT juega un papel muy importante en la posición social de las personas, puede generar situaciones de vulnerabilidad.

Migrar puede suponer una amenaza para la salud en distintos momentos. De modo general, se han establecido cuatro fases en el proceso migratorio que pueden tener repercusión en la salud y el bienestar (físico, psíquico y social) de las personas migrantes que se recogen en la figura 3.3.

Como resultado de la combinación de todos estos factores, la International Organization for Migration, la OMS & United Nations Human Rights (2013), resumen en este párrafo, basado en resultados de investigaciones recientes, la vulnerabilidad que viven las personas migrantes a nivel internacional:

"El riesgo de enfermedad o de resultados de salud adversos es mayor en ciertos grupos de migrantes. Migrantes con origen en áreas de pobreza, aquellos desplazados por un conflicto o desastre natural, grupos vulnerables (p.ej. personas con condiciones de salud previas, migrantes no acompañados, los mayores los jóvenes y las familias monoparentales) y aquellos con habilidades educativas, laborales y lingüísticas limitadas,

tienen mayor riesgo de resultados de salud adversos. Además, las personas migrantes que son sujetos de exclusión legal, económica y/o social (especialmente migrantes en situaciones irregulares) pueden ser desproporcionadamente vulnerables a contraer enfermedades y desarrollar problemas de salud mental, como resultado de las malas condiciones de vida, las condiciones abusivas de trabajo y la falta de acceso a los servicios sociales y sanitarios”(original en inglés)(International Organization for Migration, Organization, & United Nations Human Rights, 2013, p. 30).

Por todo ello, cada vez más, se urge a entender considerar la migración como un determinante social de la salud (Castañeda et al., 2015; Davies et al., 2006).

La situación de las personas **migrantes laborales** que, como se ha visto, es el perfil predominante en la migración hacia España, tiene una gran relevancia para la OMS ya que 120 millones de los 175 millones de personas migrantes en el mundo, son migrantes laborales y sus familias (OMS, 2008). Este perfil es señalado como uno de los más vulnerables (OMS, 2008) ya que suelen ser personas relegadas a los trabajos de menor status y peor pagados en el país de destino (Castles, 2010). Esta afirmación para la situación de las personas migrantes en general, se corresponde con la realidad de España (como se ha descrito en apartados anteriores). Asimismo, esta posición socioeconómica repercute en el resto de áreas de su vida cotidiana. Entre ellas, unas pobres condiciones laborales y de vida, que interrelacionados con otros factores como las escasas redes sociales, hacen que estas personas sean un grupo con alta probabilidad de vivir distintas experiencias que ponen en riesgo su bienestar físico, psíquico y social (Davies et al., 2006; Fernandes & Pereira-Miguel, 2009).

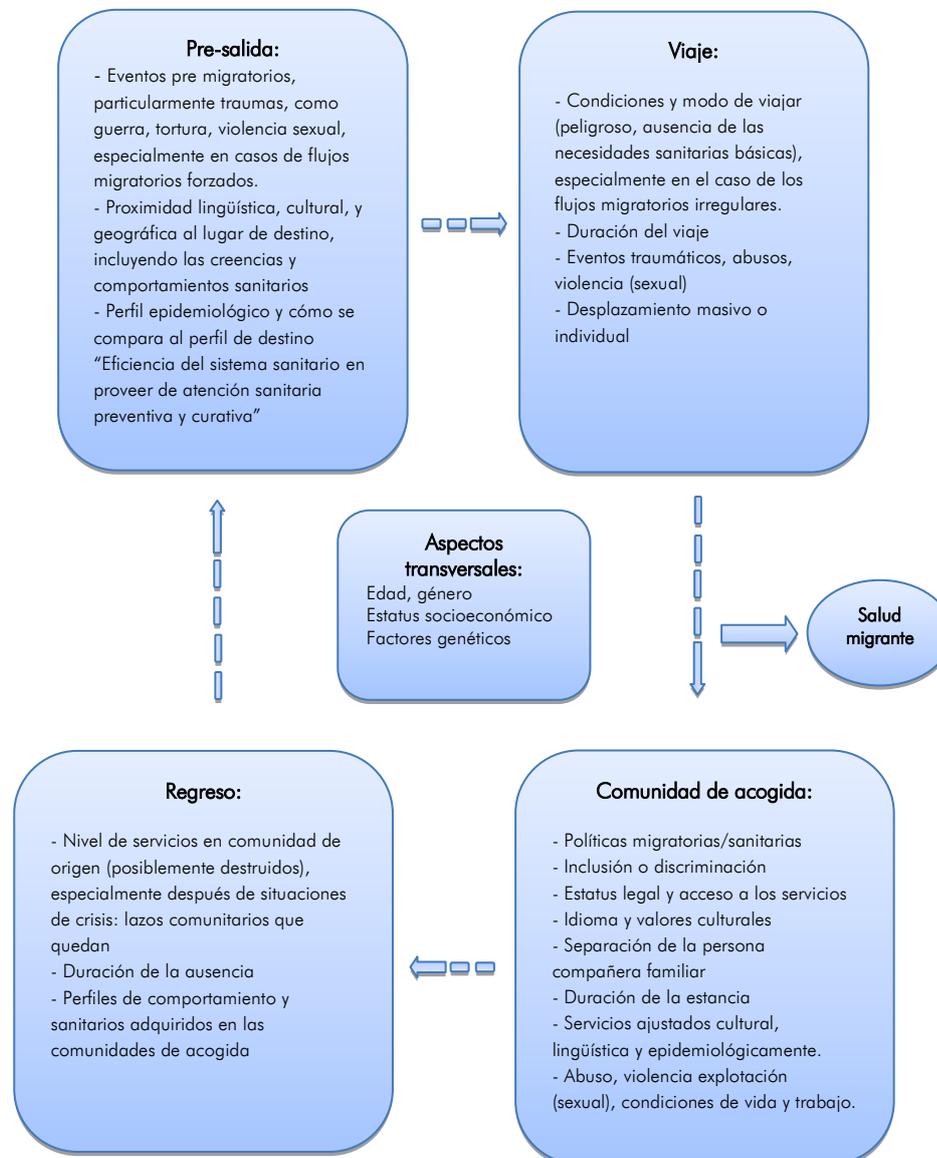


Figura 3.3. Desafíos para la salud en el proceso migratorio
Fuente: International Organization for Migration, World Health Organization & United Nations Human Rights (2013). *International migration, health and human rights* (p.29). Geneva: International Organization for Migration (Original en inglés).

3.3.- Mujeres latinoamericanas trabajadoras del servicio doméstico en España: la triple discriminación, vulnerabilidad y salud

Las experiencias previas de la doctoranda, personal, como terapeuta ocupacional (Capítulo 1) y como investigadora (Capítulo 2), despertaron una gran curiosidad sobre la promoción de la salud y el papel de la TO con las mujeres latinoamericanas trabajando en el servicio doméstico desde una perspectiva crítica, ya que sus vidas diarias estaban fuertemente amenazadas por una larga lista de circunstancias, directamente relacionada con la posición social que ocupan.

Así, la literatura teórica y científica recoge muchos de ellos. A nivel teórico, la llamada triple discriminación, provee de un marco que permite entender la posición socioeconómica de estas mujeres en España, y así vislumbrar el porqué de la vulnerabilidad oculta de este grupo. Esto se corresponde con los determinantes estructurales de las inequidades en salud.

A nivel empírico, existen diversos estudios que ilustran los determinantes sociales de la salud de este grupo. Finalmente, comparado con la población autóctona, investigaciones recientes muestran cómo este grupo presenta peores resultados sanitarios. Además el contexto de crisis socioeconómica actual, hace que se encuentre en una situación todavía más vulnerable, lo que exige urgencia en la aproximación e intervención.

A lo largo de este apartado se desgranar cada uno de estos aspectos para visibilizar la necesidad urgente de abordar y trabajar en esta realidad.

3.3.1.- La triple discriminación como determinantes sociales de las inequidades en salud

No es casualidad que las mujeres inmigrantes sean el colectivo más representado en empleos de baja cualificación, especialmente en aquellos servicios que se relacionan con lo doméstico. En 2012 más de la mitad de las personas trabajando en el servicio doméstico (54,3%) eran extranjeras (Briones-Vozmediano et al., 2013).

Parella-Rubio (2005) propone entender la segregación laboral y la consecuente vulnerabilidad social, de las mujeres inmigrantes en España, desde tres grandes ejes teóricos, la raza, el género y la clase social, que a su vez son ejes principales de generación de desigualdad en salud (apartado 3.2.4.2). Las consecuencias de esta combinación, llamada triple discriminación, genera un contexto en el que los nichos laborales en los que estas mujeres tienen mayores posibilidades de inserción son, generalmente, el servicio doméstico y la prostitución (Parella-Rubio, 2005). Es decir, coherentemente con el modelo de Determinantes Sociales de la Salud, configuran en gran medida la posición socioeconómica.

La creación de nichos laborales en el empleo doméstico en España, está relacionada con el crecimiento de la economía ya mencionado, y con la incorporación de la mujer autóctona en el mercado de trabajo. Esta incorporación provoca que, ante la dificultad y carga que supone gestionar y compatibilizar las responsabilidades familiares y la carrera profesional, las mujeres autóctonas y sus familias, decidan contratar a otras mujeres para el trabajo invisible que se realiza en el hogar. Además, a esta situación contribuye el envejecimiento de la población, con el consecuente incremento de situaciones de dependencia de los mayores, cuyo cuidado cae generalmente sobre las mujeres (Martínez-Buján, 2010; Oso-Casas, 2009; Parella-Rubio, 2005; Parella-Rubio & Samper, 2007; Perazzolo, 2013; Vidal-Coso & Vilhena, 2015). Además, en España, se ve a las mujeres inmigrantes como las candidatas idóneas para este tipo de empleo, por ser un trabajo ligado a la condición femenina, pero también por los estereotipos de la población, que atribuye ciertas características preconcebidas a las mujeres inmigrantes, no sólo por el hecho de ser mujer, sino también por su lugar de procedencia. Por ejemplo, a las mujeres latinas, se les suele atribuir atributos como ser cariñosa, ser dócil o paciente, que son altamente valorados para el desempeño de actividades laborales como el cuidado de personas (Martínez-Buján, 2010; Parella-Rubio & Samper, 2007; Rodríguez, 2013).

Las mujeres inmigrantes que son contratadas para desarrollar estas actividades, que se entienden en el presente estudio como servicio doméstico, o “aquella actividades remuneradas destinadas a satisfacer las necesidades de las personas y de las familias que surgen en el desarrollo de la vida cotidiana” (Parella-Rubio, 2005, p. 98), como por ejemplo la limpieza o el cuidado de niños, mayores y/o personas con discapacidad; suelen dejar en origen a sus propias familias y su cuidado. Suelen emigrar como cabeza de familia, con el objetivo de prosperar o, la mayoría de las

veces, simplemente subsistir. Además, suelen ser las encargadas de mantener la familia en origen, enviando remesas (Parella-Rubio & Samper, 2007).

Así, aunque el conjunto de la población inmigrante suele ocupar los puestos laborales de menor estatus y con peores condiciones (Farber & Allard, 2012), “son las mujeres las que ocupan el último escalafón: el servicio doméstico y la prostitución” (Parella-Rubio, 2005, p. 118).

3.3.2.- Determinantes intermedios y repercusiones en la salud-bienestar

La triple discriminación descrita genera el contexto propicio para que estas mujeres se inserten en el mercado laboral en el último escalafón lo que también repercute en el resto de facetas de sus vidas cotidianas, su salud y su bienestar. Estas tres dimensiones interactúan simultáneamente, ilustrando cómo las diferentes capas del modelo de determinantes sociales de la salud de Dahlgren & Whitehead (1991), y coherentemente con el marco conceptual elaborado por la Comisión de Determinantes Sociales de la Salud (Solar & Irwin, 2010), tienen una repercusión directa en su salud y bienestar.

La literatura científica ha ilustrado las repercusiones de este tipo de trabajo en el bienestar de las mujeres inmigrantes. Por ejemplo, en un estudio fenomenológico, se evidencia que estas mujeres perciben su trabajo como “duro” y como aquellas actividades que las/los españolas/es no quieren hacer o no aceptarían (Ahonen et al., 2009). También experimentan “peligros ocultos” en estos trabajos (Ahonen et al., 2010). Algunos de estos peligros para su salud se encuentran en el entorno (por ejemplo los productos de limpieza), otros son ergonómicos (por ejemplo: los esfuerzos físicos de cuidar y limpiar) o psicosociales (por ejemplo la falta de sentido o de control en las actividades). Según informa esta investigación, todo ello repercute negativamente en su salud con, por ejemplo, quemaduras en la piel, irritaciones, dolor de espalda, fatiga, ansiedad, problemas de sueño y descanso, entre otros.

Paralelamente, trabajar en la casa de los empleadores promueve la invisibilidad de esta realidad y dificulta establecer redes sociales (Ahonen et al., 2010; Parella-Rubio, 2005).

También se presentan dificultades para conciliar la vida laboral y familiar, debido a la distribución segregada por géneros de las tareas, tanto en la vida familiar como en la profesional. Esta división ocurre tanto en el país de origen como en España (Parella-Rubio, 2005). Así, son las mujeres las que están a cargo de la mayoría de la carga familiar: cuidando a los niños o encargándose del peso de la casa, además de su trabajo habitual (Hidalgo et al., 2009; Parella-Rubio, 2005). Esto genera dificultades específicas para manejar la vida diaria, ya que los servicios públicos para cuidar a los niños, como guarderías, no son suficientes, tienen redes sociales muy pequeñas y priorizan roles familiares tradicionales como estrategia para conciliar (Parella-Rubio & Samper, 2007).

En España, el estatus legal de ciudadana/o está vinculado a tener un contrato de trabajo. Esto promueve que muchas de estas mujeres permanezcan en trabajos precarios o que incluso trabajen sin contrato, con la promesa por parte de los empleadores de que las van a contratar en el futuro (Martínez-Buján, 2010; Papí, 2003; Parella-Rubio, 2005). Esto contribuye a su percepción de estar explotadas, ya que su estatus legal depende de la voluntad de los empleadores de contratarlas, lo que promueve que puedan llegar a aprovecharse de la situación: exigiendo más por menos (Aguilar-Idáñez, 2010).

Además, en el resto de las esferas de su día a día, perciben discriminación cuando por ejemplo, van a buscar trabajo, en los espacios públicos o cuando reciben asistencia sanitaria y como inmigrantes trabajadoras en empleos de baja cualificación se ha evidenciado que son el grupo con el nivel más alto de discriminación percibida entre la población española (Gil-González et al., 2013).

Además, muchos de estos factores han sido discutidos en investigaciones recientes como probables causas por las cuales, estas mujeres inmigrantes, cuando se compara con el resto de la población, tienen mayor riesgo de vivir factores desfavorables para la salud en el trabajo (por ejemplo baja autoestima, mayores demandas laborales, o menor apoyo social) (Font et al., 2011), mayores niveles de estrés (Hidalgo et al., 2009), una peor salud autopercibida (Aerny et al., 2010), informen de mayores niveles de discriminación percibida, (Gil-González et al., 2013) y estén en el grupo con mayor prevalencia de problemas de salud mental (Bones-Rocha et al., 2010).

3.3.3.- La crisis socioeconómica como catalizadora de la vulnerabilidad

A pesar de que, como se ha visto anteriormente, durante la crisis socioeconómica española se han incrementado el número de retornos, éstos no han afectado con fuerza a las mujeres latinoamericanas. En el período 2009-2012, sólo ha disminuido el 6% el stock de mujeres latinoamericanas en edad laboral (Vidal-Coso & Vilhena, 2015).

Sin embargo, esta crisis sí ha repercutido negativamente en las condiciones de vida de las mujeres inmigrantes (Sanchón-Macias et al., 2015) dibujando una situación de mayor vulnerabilidad para ellas: son uno de los colectivos más amenazados por los despidos (Farber & Allard, 2012) y/o las condiciones de trabajo son más duras (Alemán-Bracho, 2011) lo que conlleva un mayor riesgo de empobrecimiento, exclusión social y menos oportunidades para participar en la sociedad (Farber & Allard, 2012; Parella-Rubio, 2005) y disfrutar del máximo potencial de salud.

Es por todo ello, que se considera urgente que como profesionales sociosanitarios, se ponga el foco en esta realidad, y se busquen alternativas para mejorarla, coherentemente con el llamamiento de la Organización Mundial de la Salud (Peiro & Benedict, 2009; OMS, 2010).

Este estudio se centrará en mujeres inmigrantes procedentes de Latinoamérica, ya que éste ha sido el grupo migratorio más amplio y el más representado en el servicio doméstico (Farber & Allard, 2012; Mujica & Talavera, 2006; Oso-Casas, 2009) y cuyas situaciones sociolaborales han demostrado tener un impacto negativo en su salud y bienestar (Bover et al., 2015).

Capítulo 4. Inmigración, Terapia Ocupacional Crítica y Ciencia de la Ocupación: hacia la construcción de una disciplina socialmente responsable

La llamada de la Organización Mundial de la Salud a las profesiones sociosanitarias para trabajar en pro de la salud de las personas migrantes (Peiro & Benedict, 2009; OMS, 2010) se hace extensible a la Terapia Ocupacional. En esta tesis doctoral se propone que, a través del conocimiento generado desde la Ciencia de la Ocupación (CO), la Terapia Ocupacional (TO) crítica puede tener un papel relevante a la hora de contribuir a promover la salud de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en Galicia. A continuación se elabora la relación de TO crítica y CO en España como eje desde el que aproximar la cotidianidad de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad. Posteriormente se describe el estado actual de la cuestión, revisando la literatura científica de TO y CO que aproxima la realidad de personas inmigrantes. Desde esta armazón teórica y estado actual de la cuestión, se propone que el estudio de las ocupaciones cotidianas de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en Galicia puede contribuir a iluminar el papel de la TO crítica en este ámbito, así como al fortalecimiento de la TO en España y la CO. Para finalizar el capítulo se enumeran los objetivos de este estudio.

4.1.- Terapia Ocupacional y Ciencia de la Ocupación: tándem fundamental para la contribución a la promoción de la salud de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en España

En este apartado se elabora la aparición y características de la TO crítica y de la Ciencia de la Ocupación, así como el rol de ambas para la promoción de la salud en la España actual. Para ello se realiza un recorrido socio-histórico que contextualiza y da sentido a la propuesta teórica a través de la comparación intercalada de la realidad internacional y nacional de la TO y la CO. Para finalizar el apartado, se argumenta que este posicionamiento teórico no sólo contribuye al estudio para la promoción de la salud de estas mujeres sino que también puede ser una estrategia de empoderamiento de la propia TO en España, quien debe asumir su responsabilidad de convertirse en una disciplina actualizada y comprometida con el cambio social.

4.1.1.- Fundamentos Teóricos y Evolución de la Terapia Ocupacional

La Federación Mundial de Terapeutas Ocupacionales, WFOT, por sus siglas en inglés (World Federation of Occupational Therapists) define la TO como:

“una profesión de la salud centrada en el cliente⁵ que se ocupa de promover la salud y el bienestar. El objetivo principal de la Terapia Ocupacional es capacitar a la gente para participar en las actividades de la vida diaria. Las y los terapeutas ocupacionales alcanzan este objetivo trabajando con las personas y las comunidades para mejorar su habilidad para comprometerse en las ocupaciones que quieren, necesitan o se espera que hagan, o modificando la ocupación o el

⁵ En este contexto la palabra cliente no se utiliza por su connotación comercial, sino por el significado atribuido en la teoría desarrollada desde la década de los 50 por el psicólogo Carl (Rogers, 2003) conocida como terapia centrada en el cliente (renombrada como terapia centrada en la persona). Ésta se basa en la potencialidad de la relación terapéutica, caracterizada por la empatía, aceptación positiva incondicional y autenticidad o congruencia, para lograr que la propia persona encuentre su forma disminuir la ansiedad y manejar las situaciones que la generan. En el contexto de la TO, nutrido de esta corriente de pensamiento, la práctica centrada en el cliente hace referencia a la necesidad de trabajar colaborativamente con la persona, en busca de su empoderamiento, para lograr optimizar el desempeño ocupacional.

entorno para apoyar su compromiso ocupacional”(original en inglés)
(WFOT, 2012, párr. 1).

A pesar de que la TO surgió con una visión humanista ha pasado por distintas etapas en las se priorizaban diferentes elementos de las ocupaciones (por ejemplo tareas, o actividades versus ocupación) y de la salud (por ejemplo componentes o disfunción versus bienestar) sobre otros, resultado de los distintos contextos socio-históricos⁶. Estas etapas están íntimamente relacionadas con el desarrollo de la disciplina en particular, y de las ciencias en general (Kielhofner, 2006; Morrison, Olivares, & Vidal, 2011). Dado que los múltiples entendimientos de la TO, vinculados a los diferentes momentos históricos, conviven en la actualidad, muy especialmente en España, resulta útil describirlos, para poder comprender desde qué lugar se construye esta investigación, a saber: la TO Crítica o Social (Barros, Ghirardi, & Lopes, 1999; Hammell & Iwama, 2012; Malfitano, Lopes, Magalhães, & Townsend, 2014).

4.1.1.1.- Paradigma de la Ocupación

La TO surge a principios del S. XX, desde una concepción holística y pragmática de la ocupación y la salud, lo que se ha denominado Paradigma de la Ocupación o Pre-paradigma⁷ (Kielhofner, 2006; Morrison et al., 2011). Como recoge Kielhofner (2006) durante esta etapa las ocupaciones, entendidas como los oficios, deportes, la recreación o el trabajo, entre otros, tenían un valor fundamental para la vida de las personas a la vez que influían en la salud. Esta salud era concebida de un modo integral: la salud mental y física se consideraban inextricables, la motivación y el entorno eran esenciales y las ocupaciones eran las que conectaban a la persona con su medio. Además se entendía que las personas “logra[n] su dignidad en el desempeño de sus ocupaciones cotidianas” (Kielhofner, 2006, p. 43).

⁶ La evolución de la TO es coincidente con el desarrollo del concepto salud recogido en el capítulo 3.

⁷ El término "paradigma" para referirse a los distintos momentos de la evolución de la TO es controvertido. Algunos autores lo denominan fases o etapas. En este trabajo se emplea la palabra paradigma, coherentemente con la terminología empleada por los autores referenciados.

4.1.1.2.- Paradigma Mecanicista

Durante las décadas de 1940 y 1950, la TO ve cuestionadas sus intervenciones desde el enfoque neopositivista de las ciencias biomédicas. En especial, desde la medicina, se presionó a la TO “para que estableciera unas bases racionales y empíricas para la práctica” (Kielhofner, 2006, p. 44). Para lograr este objetivo la disciplina se apartó de sus orígenes, buscando en conceptos derivados de la medicina fundamentos teóricos y evidencia científica que validase su función (Christiansen & Haertl, 2013; Kielhofner, 2006; Morrison et al., 2011). Desde la medicina de la época y el neopositivismo imperante la “autorreparación por medio de la acción activa del sujeto no tiene sentido” (Kielhofner, 2006, p. 45). Así, La TO pasaba a ser considerada una profesión ligada y secundaria a la medicina, cuyo foco es la intervención y actuación mecanicista, centrada recuperar las funciones, tratar las patologías y reducir la discapacidad. Como consecuencia la TO se focalizó en buscar la mejora de la función, no del desempeño ocupacional, trabajando con el sistema nervioso, musculoesquelético o el intrapsíquico a través de actividades o tareas. De este modo, la ocupación, como se entendía en los orígenes de la disciplina, quedó relegada a un segundo plano.

4.1.1.3.- Paradigma Contemporáneo

El cambio de la Modernidad a la Posmodernidad, con el subsiguiente paso de una mirada positivista a otra interpretativista en las ciencias, repercute también en la TO. A partir de los años 60, las y los profesionales reconocen las limitaciones del enfoque reduccionista (principalmente el fracaso en el abordaje del espectro de problemas que tenían las personas con diversidad funcional) y se nutrieron de las corrientes holísticas de pensamiento de tal forma que se volvió a considerar la ocupación como el eje de la disciplina (Christiansen & Haertl, 2013; Morrison et al., 2011). Durante este paradigma se actualizó la manera de entender la ocupación (Kielhofner, 2006) con conocimientos contemporáneos e interdisciplinarios de la ocupación y, a diferencia del primer paradigma, optimiza e integra todos los saberes acumulados (aquellos resultados de la aproximación positivista como de la holista).

En este momento la ocupación y el desempeño ocupacional se convierten nuevamente en el objeto de la disciplina (Kielhofner, 2006; Morrison et al., 2011). Los avances en

el estudio y la práctica de la TO en este paradigma, siguiendo a Kielhofner (2006) se pueden articular en tres grandes temas que caracterizan a la profesión en la actualidad:

1) La concepción del ser humano como ser ocupacional: Las y los terapeutas ocupacionales se basan en la premisa de que los seres humanos son seres ocupacionales (Wilcock, 2006), para quienes las ocupaciones o "actividad[es] con sentido en la[s] que la persona participa cotidianamente y que puede[n] ser nombrada[s] por la cultura⁸" (Álvarez et al., 2007, p. 4) son fundamentales para su salud y bienestar. Así, el desempeño de ocupaciones significativas es básico para la salud. Wilcock sintetiza esta idea como sigue:

"Existe una relación de tres vías entre la ocupación, la salud y la supervivencia, en la que la ocupación proporciona el mecanismo para que la gente pueda cumplir con las necesidades humanas básicas esenciales para la supervivencia y la salud; adaptarse a los cambios ambientales, y para desarrollar y ejercer las capacidades genéticas con el fin de mantener la salud y para experimentar bienestar físico, mental y social" (original en inglés) (Wilcock, 2006, p. 51).

2) Los problemas o desafíos ocupacionales como centro de interés de la TO: Si las personas son seres ocupacionales, cualquier restricción, privación o alienación en el compromiso en las ocupaciones puede repercutir negativamente en su salud, bienestar y/o calidad de vida (Hammell & Iwama, 2012; Townsend & Polatajko, 2007; Whiteford, 2000; Wilcock, 2006; Wilcock & Townsend, 2013).

3) La práctica basada en la ocupación: se retorna al presupuesto fundamental de que el compromiso en la ocupación es el elemento central de la intervención en TO. Para ello las y los terapeutas ocupacionales deben capacitar a las personas para el

⁸ Existen multitud de definiciones de ocupación. Algunas de las más utilizadas son las "cosas ordinarias y familiares que las personas hacen en su día a día" (Borell et al 2006, p76.) o "grupo de actividades y tareas de la vida diaria, nominadas, organizadas y a las que se les da un valor y significado por los individuos y las cultura" (Simó-Algado & Urbanowski, 2006, p. 12). Para el esta investigación se escoge la definición de Álvarez et al. (2007) ya que ha sido elaborada tras un estudio y discusión sobre las definiciones de ocupación en la literatura internacional de la Terapia Ocupacional y la Ciencia de la Ocupación (mayoritariamente anglosajona) así como la evolución de las mismas en Chile. Dado que tanto el contexto sociocultural chileno así como el idioma resultan más cercanos a la realidad en España, se considera que esta definición captura matices importantes a tener en cuenta cuando se estudia la ocupación en el contexto iberoamericano.

compromiso en las ocupaciones. Capacitar⁹ para las ocupaciones (*"enabling occupation"*) "se define como capacitar a las personas para elegir, organizar y desempeñar aquellas ocupaciones que encuentran útiles y significativas en su entorno" (original en inglés) (Canadian Association Occupational Therapy, 1997, p. 180). Por tanto, en este Paradigma se recupera y actualiza la centralidad de la ocupación para la salud y bienestar de los seres humanos.

De este esfuerzo por retornar a la ocupación como eje de la disciplina, surgen los denominados modelos para la práctica de la TO. Estos modelos articulan la teoría y la práctica de la TO para explicar y desarrollar el proceso de la misma, con el foco en la ocupación (Duncan, 2012). A modo ilustrativo se pueden mencionar el Modelo de Ocupación Humana (Kielhofner, 2008) o el Modelo Canadiense del Desempeño y la Participación Ocupacional (Canadian Association Occupational Therapy, 2002), que han sido y son de gran utilidad para la TO, ya que fomentan la práctica, docencia e investigación desde los tres grandes temas que caracterizan el paradigma contemporáneo (naturaleza ocupacional del ser humano, desafíos ocupacionales como centro de interés y práctica basada en la ocupación).

Es también en el Paradigma Contemporáneo, y desde el mismo interés por tener una base sólida para la TO, cuando emerge la CO, que será abordada en el apartado 4.1.4.

Las definiciones de la TO en el paradigma contemporáneo se refinan e incorporan estas tres dimensiones. Un ejemplo de ello es la definición de Townsend & Polatajko (2007, p. 372) : "La Terapia Ocupacional es el arte y la ciencia de capacitar para el compromiso¹⁰ en la vida diaria a través de la ocupación, de capacitar a las personas para desempeñar las ocupaciones que incrementen su salud y bienestar, y capacitar una sociedad justa e inclusiva de modo que todas las personas puedan participar en su potencial en las ocupaciones cotidianas de la vida" (original en inglés).

⁹ En este estudio se traduce el término "enabling" como "capacitar". Sin embargo, existe un debate abierto sobre cuál es el término que captura con mayor precisión el significado que se le da en el contexto anglosajón. Algunos autores defienden términos como habilitar, como otra traducción posible. Es importante señalar, que estos matices en la traducción son una constante en la profesión, puesto que la mayoría de la literatura existente es producida en el contexto anglosajón (ver nota al pie número 13)

¹⁰ En este trabajo se traduce el término "engagement" como compromiso. Al igual que en el caso anterior, parece necesario resaltar las posibles pérdidas de matiz y contexto en la traducción.

4.1.1.4.- ¿Nuevo paradigma de la Terapia Ocupacional?

En la actualidad, algunos autores sostienen que la TO se encuentra en un momento de transición hacia un cuarto Paradigma Social o Comunitario (Morrison et al., 2011), donde el foco de la TO es más amplio, ya que la ocupación es concebida como un “fenómeno sistémico, complejo, económico, político, sanitario, cultural, social y coherente con la justicia y el bienestar de las comunidades” (Morrison et al., 2011, p. 9). Este “cuarto paradigma” estaría caracterizado por desarrollar una conceptualización positiva de la salud: “[haciendo] emerger en las personas, grupos y comunidades sus capacidades, competencias, habilidades, recursos y potencialidades (...) fortaleciendo [así] su calidad de vida” (Morrison et al., 2011, p. 112), altamente consistente con el movimiento de Promoción de la Salud emancipadora que asume esta tesis doctoral (capítulo 3). De este modo la TO estaría “enfocada en la persona, la ocupación y la inclusión social, [yendo] al encuentro de las necesidades individuales y colectivas en salud” (Morrison et al., 2011, p. 112).

Aunque sólo el tiempo y consenso por parte de la comunidad académica y profesional establecerán la existencia de este “cuarto paradigma”, es indudable que las características del mismo descritas por Morrison et al. (2011), aunque no nuevas (Francisco, 1988), sí son cada vez más sobresalientes en la disciplina (Fransen, Kantartzis, Pollard, & Viana-Moldes, 2013; Fransen, Pollard, Kantartzis, & Viana-Moldes, 2015; Galheigo, 2011b; Galheigo & Simó-Algado, 2012; Guajardo & Simó-Algado, 2010; Kinébanian & Stomph, 2009; Kronenberg, Pollard, & Sakellariou, 2011; Kronenberg et al., 2006; Paganizzi, 2007; Pollard et al., 2008; Townsend & Polatajko, 2007; van Bruggen, Rivas-Quarneti, Viana-Moldes, Kapanadze, & Simó-Algado, 2012).

4.1.2.- Ampliando el foco: la Terapia Ocupacional Crítica o Social

La TO denominada Social o Crítica, se situaría en el epicentro del mencionado “cuarto paradigma”. Puesto que esta mirada social o crítica de la TO es la empleada en este estudio, a continuación se elaborarán con mayor detalle 1) su surgimiento, características principales y relación con la promoción de la salud y 2) su situación en España.

4.1.2.1.- Limitaciones y respuestas al paradigma contemporáneo: la TO Crítica

Como se ha descrito, el paradigma contemporáneo de la TO se caracteriza por la concepción del ser humano como ser ocupacional, la práctica basada en la ocupación y el compromiso de abordar los problemas o desafíos ocupacionales como ámbito propio de la profesión. Sin embargo, diferentes autores han criticado la propensión de la profesión (teoría y práctica) a focalizarse en la disfunción, lo individual y en una concepción *naïf* de la relación ocupación-salud, lo que limitaría alcanzar el potencial que posee la TO.

Por un lado, los valores centrales de la disciplina proclaman la necesidad de trabajar en busca de la salud y el bienestar de las personas. De hecho, este consenso disciplinar es clave en la definición de la TO por parte de la WFOT (2012). Sin embargo, en las últimas décadas han proliferado las críticas sobre la tendencia de la disciplina en centrar la mayor parte de su atención en la disfunción (Hammell & Iwama, 2012; Kronenberg et al., 2011, 2006).

Del mismo modo, a pesar del amplio consenso sobre la centralidad de lo contextual para la participación en ocupaciones significativas y la salud, recogidos en la mayoría de los modelos y teorías propias de TO (Christiansen, Baum, & Bass, 2004; Kielhofner, 2008; Townsend & Polatajko, 2007) cuando se examina el desarrollo de las mismas, gran parte de la literatura se centra en lo individual (Fransen et al., 2013; Hammell & Iwama, 2012; Hammell, 2008, 2015). Esto se refleja tanto en conceptos que guían la práctica, como por ejemplo *volición, causalidad personal, habilidades de procesamiento y motoras*, entre otras (Hammell & Iwama, 2012); como en la predominancia de la intervención con la persona para abordar desafíos ocupacionales, dejando en segundo plano el trabajo en/con los contextos para generar oportunidades de participación (Fransen et al., 2013; Galheigo & Simó-Algado, 2012; Kronenberg et al., 2011, 2006; Pollard et al., 2015).

Estas voces críticas enfatizan la necesidad imperiosa de prestar atención, entender y abordar los elementos sociales, políticos, estructurales (Durocher, Gibson, & Rappolt, 2014; Hammell & Iwama, 2012; Hammell, 2008; Kronenberg et al., 2011, 2006; Wilcock & Townsend, 2013), culturales (Iwama, 2004; Iwama & Simó-Algado, 2008; Kinébanian & Stomph, 2009); de etnia, clase social y género (Pollard et al., 2008), entre otros, que juegan un papel fundamental en el acceso a la participación y

compromiso en ocupaciones, la salud y el bienestar. Estos autores señalan que, si no se presta atención y se abordan estos elementos, existe el riesgo de responsabilizar y culpabilizar a la persona por no "ser capaz" de comprometerse en ocupaciones (Galheigo, 2011b; Malfitano et al., 2014; Fransen et al., 2015). Además, esta visión limitada de la complejidad ocupación-salud puede llegar a simplificar problemáticas sociales, éticas y políticas en asuntos técnicos como recuerdan, entre otros, Fransen et al. (2015) Galheigo (2011b) o Malfitano et al. (2014).

Del mismo modo, se llama a reflexionar sobre el sesgo en el elemento vertebrador de la disciplina: la participación en ocupaciones y su relación con la salud. Señalan que, igual que se ha priorizado el trabajo centrado en la disfunción y lo individual, también se han priorizado las aproximaciones que asumen, con escaso cuestionamiento, que la participación en ocupaciones promueve la salud y el bienestar. Se hace crítica de esta concepción *naïf* en la que se obvia o se presenta en segundo plano las posibilidades de que la participación en ocupaciones comprometan la salud y el bienestar (Hammell & Iwama, 2012; Kiepek, Phelan, & Magalhães, 2014; Wilcock & Hocking, 2015).

La descripción y reflexión sobre estas limitaciones ha permitido que profesionales y académicos, desde distintas localizaciones, urjan a superarlas abordando, de un modo más amplio y crítico, la complejidad de la interrelación ocupación y salud.

Este posicionamiento y cambio de foco en la disciplina ha sido denominado como TO crítica o social y que se sitúa en este trabajo como epicentro del propuesto cuarto Paradigma. Hammell & Iwama (2012, p. 386) entienden la TO crítica como "una forma comprometida de práctica que reconoce el impacto de las inequidades como la clase, el género, la raza, la etnicidad, lo económico, la edad, la habilidad y la sexualidad, [y que] el bienestar no puede ser conseguido centrándose únicamente en mejorar las habilidades individuales, [por lo que] se esfuerza en facilitar cambios en ambos niveles, individual y de entorno" (original en inglés). De forma similar Barros et al. (2005) definen, la TO social como el "conocimiento específico utilizado en TO para [trabajar] con personas a las que les faltan los recursos sociales y económicos para vivir" (original en inglés) tal y como recogen Malfitano et al. (2014, p. 2).

Ambas definiciones amplían la mirada disciplinar al entender que la participación en ocupaciones y la salud, elementos indisolubles, se ven influenciados no sólo por

aspectos individuales sino por el medio social, cultural, político y económico en el que tiene lugar, de facto, la vida diaria de las personas, mirada compartida y respaldada por diversos autores (Kronenberg, Pollard, & Ramugondo, 2010; Kronenberg et al., 2011, 2006; Navarrete-Salas, Cantero-Garlito, Guajardo, Sepúlveda-Prado, & Moruno-Miralles, 2015; V. dos Santos & Donatti-Gallasi, 2014; Simó-Algado & Townsend, 2015; Townsend & Polatajko, 2007; Townsend, Wicks, van Bruggen, & Wright-St Clair, 2012; Wilcock & Hocking, 2015; Wilcock & Townsend, 2013). Así, el lugar, las realidades y los roles de la TO se amplían y no se circunscriben a contextos sanitarios (por ejemplo: hospitales, centro de rehabilitación, residencias de mayores, etc.). De esta forma grupos/poblaciones o territorios en los que la participación en ocupaciones significativas que promuevan la salud y el bienestar están comprometidas, por realidades como la pobreza, la exclusión social, y/u otros determinantes sociales de la salud son campos a los que la TO debe prestar atención y acción. Entre estas realidades cada vez de forma más notoria se describe la cotidianeidad de las personas viviendo en situaciones de pobreza, inmigrantes, mujeres, personas con trastornos mentales, minorías étnicas o personas en prisión, entre otros (Galheigo, 2011b; Hocking, Jones, & Reed, 2015; Pollard et al., 2008).

4.1.2.2.- Conceptos clave y principio vertebrador: los derechos ocupacionales

Para poder entender, operativizar, y actuar en estas realidades, durante las últimas décadas, han surgido y se han expandido notoriamente algunos conceptos desarrollados desde la TO. Estos conceptos intentan articular cómo y cuándo la participación en ocupaciones que promueven la salud y el bienestar puede verse comprometida por elementos que se escapan a una concepción biomédica de la salud.

El concepto con mayor peso es el de justicia ocupacional (Wilcock & Townsend, 2013) que, siguiendo los hallazgos de Durocher et al. (2014, p. 420), implica el reconocimiento de que las personas “tienen el derecho de tener igualdad de oportunidades para comprometerse en ocupaciones variadas y significativas para cubrir sus necesidades básicas y maximizar su potencial”.

Desde esta idea vertebradora surgen más conceptos que describen situaciones que suponen la limitación de alguna manera de la justicia ocupacional (Wilcock &

Townsend, 2013): alienación ocupacional, marginación ocupacional, desequilibrio ocupacional (Townsend & Wilcock, 2004), deprivación ocupacional (Townsend & Wilcock, 2004; Whiteford, 2011), o apartheid ocupacional (Kronenberg & Pollard, 2007). De modo sucinto, tal y como recogen Durocher et al. (2014) a) la *alienación ocupacional* hace referencia a situaciones en las que la participación en ocupaciones no es significativa para la persona; b) la *marginación ocupacional* a aquellas en que las personas no tienen el poder para poder tomar decisiones en la vida cotidiana, cuando participan en ocupaciones; b) el *desequilibrio ocupacional*, a nivel individual, hace referencia al empleo de tiempo excesivo en un área de la vida en detrimento de las otras, y por otro lado, a nivel poblacional, a la desigualdad de oportunidades de participación en ocupaciones laborales, cuyo resultado es el sobre empleo, infra-empleo o el desempleo; c) la *deprivación ocupacional* hace referencia a situaciones en las que las personas tienen limitado el acceso a la participación en ocupaciones necesarias y/o significativas debido a factores externos; y el d) *apartheid ocupacional* a aquellas en las que las oportunidades de participación en las ocupaciones están garantizadas o denegadas debido a las características personales como el género, la religión, la etnia, la discapacidad, o la sexualidad, entre otras .

Todos estos conceptos y las subsiguientes aproximaciones comparten como valor central los derechos ocupacionales. Es decir, los derechos ocupacionales definidos como “el derecho de toda persona a comprometerse en ocupaciones significativas que contribuyen positivamente a su propio bienestar y al bienestar de sus comunidades” (original en inglés)(Hammell, 2008) son el principio vertebrador de la justicia ocupacional y de la TO Crítica.

De este modo, si se entiende que las personas son seres ocupacionales, que necesitan las ocupaciones significativas contribuir a su salud y bienestar, cualquier situación que las comprometa viola los derechos ocupacionales siendo una injusticia ocupacional (Townsend & Wilcock, 2004). La TO entonces tiene el potencial de contribuir para cambiar estas situaciones. Por tanto, la capacitación para el compromiso en ocupaciones significativas toma otro cariz y genera espacios de actuación alejados del eje salud-enfermedad para abordar la salud y bienestar de las personas. Así, en el

ámbito social o desde la mirada crítica, se abordan situaciones de exclusión/inclusión social, o vulnerabilidad¹¹, entre otros (Galheigo, 2011a).

Como describen Fransen, Pollard, Kantartzis, & Viana-Moldes (2015, p. 6) esta concepción “conlleva una aproximación a la intervención basada en los derechos, con el foco en los conceptos de poder, participación y un paradigma redistributivo que guíe la práctica”(original en inglés).

4.1.2.3.- Terapia Ocupacional Crítica y Promoción de la Salud

Desde los planteamientos descritos en el apartado anterior, la profesión se reconoce y asume su papel como contribuidora a la Promoción de la Salud¹² de la OMS. Así, cada vez son más los autores que entienden que esta profesión puede ser un actor más y fundamental en la Promoción de la Salud. En este sentido destaca el trabajo de Wilcock, quien ya en el año 1998, en su obra, *Una perspectiva ocupacional de la salud* (Wilcock, 1998) elaboraba las resonancias y posibilidades de la ocupación para la salud. En las siguientes ediciones, con la colaboración de otras líderes de la TO, la perspectiva crítica cobra más peso en su teoría de modo que conceptos como la justicia ocupacional, se consideran pre-requisitos para la salud y el bienestar de las personas, comunidades y sociedades (Wilcock, 2006; Wilcock & Hocking, 2015).

Esta autora propone como definición de la *Aproximación ocupacional a la promoción de la salud y el bienestar*, la misma definición de promoción de la salud de la OMS (1986). Desde su teoría, una aproximación basada en la ocupación a la promoción de la salud es:

“el proceso de capacitar a las personas para que aumenten el control sobre su salud, y para que la mejoren. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o un grupo debe ser capaz de identificar y llevar a cabo sus aspiraciones, satisfacer

¹¹ En este estudio se emplea el concepto de vulnerabilidad surgido en Salud Pública, ya que, como señala Galheigo (2011a) engloba una perspectiva comprehensiva con gran potencial para abordar lo social ya que “se centra en la necesidad de reconocer la influencia de varios contextos en el incremento de la propensión del sufrimiento humano. También provee de conocimiento sobre las estrategias de afrontamiento de las personas, permitiéndoles (...) crear alternativas apropiadas” (original en Inglés)(Galheigo, 2011a, p. 53).

¹² Promoción de la Salud, entendida como se ha descrito en el capítulo 3.

sus necesidades y cambiar o adaptarse al entorno. La salud se contempla, pues, como un recurso para la vida cotidiana, no como el objetivo de la vida. La salud es un concepto positivo que enfatiza recursos sociales y personales, junto con capacidades físicas. Por tanto, la promoción de la salud no es simplemente responsabilidad del sector sanitario, sino que va más allá de los estilos de vida saludables hacia el bienestar” (original en inglés) (OMS, 1986 "Health Promotion", párr. 3).

Wilcock propone que el hacer cotidiano, es decir, las ocupaciones articulan este proceso de capacitación, las oportunidades o las barreras para la misma, en un complejo entramado de los contextos macro, meso y micro, así como de la persona (ver tabla 4.1).

En su *teoría ocupacional de la salud* propone que la promoción de la salud y el bienestar basados en la ocupación:

“abrazo la creencia de que el rango potencial de lo que la gente hace, es, y se esfuerzan por ser es la principal preocupación y que la salud es un subproducto de ello. Un estilo de vida ocupacionalmente variado y completo coincidentemente mantendrá y mejorará la salud y el bienestar, si permite a la gente a ser creativa y aventurera física, mental y socialmente; si sin interrupción excesiva las necesidades de la vida están cubiertas y la exploración de las necesidades individuales y la adaptación ambiental es alcanzable; si la experiencia de todas las emociones humanas es posible; si las relaciones significativas y de apoyo permiten a un sentido de pertenencia; y si los suficientes desafíos físicos, intelectuales, espirituales y sociales para estimular la fisiología neuronal se equilibran con la relajación oportuna” (original en inglés)(Wilcock, 2006, p. 315).

Paralelamente, las similitudes entre la TO social o crítica y la Promoción de la Salud también han sido recogidas recientemente en los trabajos de Filiatrault, Parisien, Sullivan, Richard, & Pinard (2015); Holmberg & Ringsberg (2014) y Tucker, Vanderloo, Irwin, Mandich, & Bossers (2014).

Además, se ha señalado la Promoción de la Salud como una aproximación apropiada para abordar el cambio social necesario en el compromiso de alcanzar los derechos

ocupacionales, a diferencia de otras como la práctica centrada en el cliente (Fransen et al., 2015).

Tabla 4.1

Fundamentos de una Aproximación centrada en la Ocupación a la promoción de la Salud y el Bienestar (Original en Inglés).

Fundamentos de una Aproximación centrada en la Ocupación a la promoción de la Salud y el Bienestar		
Bases de la Aproximación	Creencias subyacentes	Principios Subyacentes
Aplicable a poblaciones, comunidades e individuos	Las personas son seres ocupacionales y la ocupación debe ser una fuente de salud	Las salud natural puede ser obtenida, mantenida y mejorada a través del hacer
Búsqueda de la promoción de la salud y el bienestar físico, social y ocupacional	La salud y el bienestar físico, mental, social y ocupacional pueden ser mejorados para todas las personas	La promoción de la salud es el proceso de capacitar a la gente para el incremento del control sobre, y la mejora de, su salud
Método integrado de funcionamiento basado en ciencia del comportamiento, social, ambiental y de la ocupación	La investigación e información sobre la promoción de la salud y el bienestar físico, mental, social y ocupacional deben ser inclusivas y holísticas	Las decisiones socioeconómicas y políticas afectan a la promoción de la salud y el bienestar a través de lo que la gente hace
Las personas pueden mejorar el estado de su salud a través de lo que hacen cuando está orientado a maximizar el potencial dentro de muchos entornos	La salud es un concepto positivo que enfatiza los recursos sociales y personales, así como las capacidades físicas	Los individuos o grupos deben ser capaces de identificar y realizar sus aspiraciones, satisfacer sus necesidades y cambiar o lidiar con el entorno
La salud es un recurso de la vida diaria, no el objetivo de vivir	Las personas necesitan información y asistencia sobre lo que deberían hacer para alcanzar un estado de bienestar físico, mental y social	Una amplia extensión de las directivas de la OMS apoyará la consecución de la salud para todos en el siglo XXI
Holística y diversa, abordando de muchas formas diferentes e interactivas la promoción de la salud y el bienestar	La promoción de la salud va más allá de los estilos de vida saludables hacia el bienestar físico, mental, social y ocupacional en todo el globo y debería ser un foco prioritario de los gobiernos, las profesiones sanitarias y otros	La promoción de la salud y el bienestar no es sólo responsabilidad del sector sanitario. Acciones desde varios campos contribuirán a las políticas y acción para la promoción de la salud y el bienestar

Fuente: Wilcock, A. (2006). *Occupational Perspective of Health* (p.314). Thorofare (New Jersey): Slack, Inc.

4.1.2.4.- Derechos Ocupacionales y TO Crítica: Impacto global

Los principios de la descrita TO Crítica no son recientes. En distintos países como por ejemplo Brasil, este entendimiento y la subsiguiente acción de la profesión, es una realidad desde los años 70 (Francisco, 1988; Galheigo, 2011a, 2011b; Paganizzi, 2007). Sin embargo, en las últimas décadas ha tenido mayor acogimiento y repercusión a nivel mundial. Esto puede tener que ver con la incorporación y auge de esta discusión, producida por autores principalmente de países “periféricos”, en los

textos anglosajones, los cuales han imperado tradicionalmente como fuente de conocimiento en la TO¹³.

Asimismo, la práctica centrada en los derechos ocupacionales, no sólo es reclamada por profesionales y académicos de todo el mundo, sino también por la WFOT, hace ya casi una década, en su documento de posicionamiento sobre los derechos humanos (tabla 4.2):

Tabla 4.2

Posicionamiento sobre Derechos Humanos de la WFOT

Principios recogidos en el documento de posicionamiento sobre los derechos humanos, WFOT 2006	
–	Las personas tienen el derecho de participar en una gama de ocupaciones que les permitan prosperar, desarrollar su potencial y experimentar satisfacción en forma consistente con su cultura y creencias.
–	Las personas tienen derecho a recibir apoyo para participar en la ocupación y, a través de esa participación, ser incluidas y valoradas como miembros de su familia, comunidad y sociedad.
–	Las personas tienen el derecho de elegir por sí mismas: de estar libres de presión, fuerza o coacción; de no participar en ocupaciones que amenazan su seguridad, su supervivencia o su salud, o en aquellas ocupaciones que son deshumanizantes, degradantes o ilegales.
–	El derecho a la ocupación comprende ocupaciones cívicas, educativas, productivas, sociales, creativas, espirituales y restauradoras. La expresión del derecho humano a la ocupación tomará diferentes formas en lugares distintos, porque las ocupaciones están influenciadas por su contexto cultural, social y geográfico.
–	A nivel social, el derecho humano a la ocupación es sustentado por la valoración de la contribución propia de cada persona a las ocupaciones valoradas y significativas de la sociedad y es asegurado a través del acceso equitativo a la participación en la ocupación, sin tomar en cuenta diferencias
–	Los abusos del derecho a la ocupación pueden tomar la forma de exclusión económica, social o física, por medio de barreras actitudinales o físicas, o por el control del acceso a los conocimientos, habilidades y recursos necesarios y a los lugares donde tiene lugar la ocupación.
–	Las condiciones globales que amenazan el derecho a la ocupación incluyen la pobreza, la enfermedad (y pandemias), la discriminación social, los desplazamientos, los desastres naturales y causados por el hombre y los conflictos armados. Además, el derecho a la ocupación está sujeto a creencias y costumbres culturales, a circunstancias locales y al poder institucional y sus prácticas

Fuente Federación Mundial de Terapeutas Ocupacionales –WFOT– (2006) *Declaración de posicionamiento acerca de los derechos humanos* (Carmen Forn de Zita, trad.) (p.1)

Este hecho es de gran trascendencia ya que la misión de esta institución es “promover la TO como arte y ciencia a nivel internacional (...) [así como] apoyar el desarrollo, uso y práctica de la Terapia Ocupacional a nivel mundial, demostrando su relevancia y contribución a la sociedad” (original en inglés), (WFOT, 2012, WFOT Mission,

¹³ Precisamente este hecho ha sido criticado, reclamando la necesidad de explorar, adaptar o crear teoría y evidencia en los contextos específicos en que la TO tiene lugar, y no consumir sin cuestionar textos producidos en contextos socioeconómicos y culturales totalmente diferentes (Galheigo, 2011a; Iwama & Simó-Algado, 2008).

párr.2), siendo referente mundial de las y los terapeutas ocupacionales, asociaciones e instituciones educativas de TO.

4.1.3- La Terapia Ocupacional en España: una realidad ecléctica en un contexto de cambios

Como se adelantaba en el apartado 4.1.1, en España conviven en la actualidad las “distintas terapias ocupacionales” correspondientes a distintos paradigmas de su historia. Es decir, los tránsitos de un paradigma a otro no han sido completos y en la actualidad se pueden distinguir tanto en la teoría como en la práctica de la TO, características similares al paradigma mecanicista, al contemporáneo, y de forma mucho menos frecuente, TO crítica.

Viana-Moldes (2008, 2009) organiza la historia de la TO en España en 4 etapas, según su desarrollo formativo. A continuación se describirán brevemente estas 4 etapas, aglutinando la primera y la segunda en un único subapartado, desarrollando la tercera y vinculando la 4 con la realidad actual de España para, con ello, contextualizar la TO Crítica en la actualidad.

Para finalizar este apartado, y de acuerdo con el escenario planteado, se describirán las oportunidades y desafíos de la TO en este país en la actualidad. Se propone la TO crítica y la investigación (en especial desde la CO) como elementos fundamentales en el desarrollo de una disciplina útil para la transformación social.

4.1.3.1.- Los comienzos de la TO en España: positivismo e identidad propia

Los inicios de la disciplina en España durante los años 60, están fuertemente vinculados con el modelo médico imperante, centrado en una visión positivista de la salud, de carácter paternalista. Esta realidad contrasta con la de otros países europeos donde se comenzaba a implantar un modelo biopsicosocial de la salud (Romero-Ayuso, 2007). En este contexto y con el surgimiento de la Rehabilitación Física y consecuentes dispositivos de actuación en este ámbito, el Ministerio de Gobernación solicita a la OMS la figura de terapeuta ocupacional para comenzar el programa de formación de TO en España (Conferencia Nacional de Directores de Escuelas

Universitarias de Terapia Ocupacional-CNDEUTO-, 2004; Romero-Ayuso, 2007). En 1961 llega a España Mercedes Abella, TO formada en EEUU y Suiza. Ella se encargaría de comenzar el programa de TO, en la que sería la Escuela Nacional de Terapia Ocupacional, única en todo el territorio nacional. Estos años configuran la primera etapa de la TO en España (Viana-Moldes, 2008, 2009).

La segunda etapa de la TO en España comienza con la marcha de Mercedes Abella en 1963 (Viana-Moldes, 2009), cuando las primeras terapeutas ocupacionales pasarían a ser docentes de la nueva formación. Algunas de ellas actualizadas y especializadas en otros países europeos como Inglaterra y Francia (CNDEUTO, 2004; Romero-Ayuso, 2007; Viana-Moldes, 2008). Pronto, en el año 1970, los planes de estudios, que se constituían como una formación diferenciada (no una especialidad de otras disciplinas sanitarias) pasarían a estar reconocidos por la WFOT. Tres años más tarde, en 1973, la Asociación Española de Terapia Ocupacional, creada en el año 1963, también sería reconocida por la WFOT (CNDEUTO, 2004; Romero-Ayuso, 2007).

Tal y como se describe en los planes de estudio y otros documentos de la época, tanto la práctica como la formación correspondían con un paradigma mecanicista de la TO: coherente y genuino en este período (Viana-Moldes, 2008). Además, la formación impartida por terapeutas ocupacionales y el reconocimiento de la WFOT proporcionaba las bases para una formación identitaria propia de la TO (Viana-Moldes, 2008). De este modo se consolidan los estudios y la profesión en el país (Viana-Moldes, 2009). Estos datos son importantes para reconocer que en este momento de la historia de la disciplina en España la TO estaba articulada con el escenario internacional (Viana-Moldes, 2009).

4.1.3.2.- El salto a la Universidad: una realidad ecléctica

La segunda gran etapa de la historia de la TO en España comenzaría en el año 1990 con la aprobación de los planes de estudio como Diplomatura en la Universidad española (CNDEUTO, 2004; Viana-Moldes, 2008). Este hecho supone un reconocimiento académico a la disciplina a la vez que fomenta la expansión de la

misma. Desde su reconocimiento como Diplomatura¹⁴, 18 universidades españolas implantaron los estudios de TO, generando un promedio de 960 plazas¹⁵ para estudiar TO por año (CNDEUTO, 2004). Sin embargo, a diferencia de la etapa anterior, sólo una tenía el reconocimiento de la WFOT para sus planes de estudios en el año 2004 (CNDEUTO, 2004).

El aumento exponencial de egresados tiene su repercusión en la práctica y los movimientos asociativos: de una única asociación nacional, la Asociación Profesional Española de Terapeutas Ocupacionales, APETO (antigua AETO), se crean 18 asociaciones más, así como soportes para la publicación y difusión de artículos de TO, como son la Revista de la APETO. O la Revista de la Asociación Gallega de TO (Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación -ANECA-, 2005; CNDEUTO, 2004; Viana-Moldes, 2008). Sin embargo, algunos hechos concretos hacen que la TO en España no avance a la par que lo hace la disciplina a nivel internacional (como se veía en el apartado 4.1.1.1): parece que no se hace un tránsito completo al paradigma contemporáneo.

Por un lado, a pesar de que la TO es una formación universitaria, en esta época no existe área de conocimiento de TO, lo que impide la incorporación de terapeutas ocupacionales como docentes en igualdad de condiciones en la universidad española (Santos-del-Riego, 2005), generando situaciones perversas en las que generaciones enteras de terapeutas ocupacionales se formaron con la presencia anecdótica de terapeutas ocupacionales como docentes. Esto tuvo gran relevancia ya que son profesionales de otras áreas de conocimiento, como la Medicina, Psicología o Enfermería, entre otros, las que solían abordar los contenidos propios de la TO (Viana-Moldes, 2008).

A pesar de la recurrente petición al Ministerio de Educación por parte de las instituciones representantes de TO, como la CNDEUTO, éste reconocimiento nunca llegó (Ávila-Álvarez, Viana-Moldes, & García-Pinto, 2005). Muchas/os terapeutas ocupacionales insistieron en lo fundamental de la creación de esta área, ya que permitiría que terapeutas ocupacionales fuesen docentes en las materias propias, lo

¹⁴ El sistema universitario de la época reconocía dos tipos de carreras universitarias: las diplomaturas, de tres años de duración y orientación al mercado de trabajo, y las licenciaturas, que permitían el acceso, no sólo al mercado laboral, sino también al tercer ciclo, es decir, a la investigación.

¹⁵ Los datos oficiales más recientes se corresponden al curso académico 2003/2004 (CNDEUTO, 2004).

cual es fundamental para la coherencia de las titulaciones y la cuestión identitaria de los estudiantes de TO (Ávila-Álvarez et al., 2005; Viana-Moldes, 2008).

Paralelamente, el acceso a la investigación desde la TO estaba restringido, ya que sólo las Licenciaturas tenían este derecho. Algunas/os terapeutas ocupacionales consiguieron acceder a la investigación, pero lo hicieron mediante el acceso a otra disciplina (Psicología, Traducción e Interpretación, Documentación, etc.) y en programas de doctorado ajenos a la TO (o la CO) (Viana-Moldes, 2008).

Además, el colectivo de terapeutas ocupacionales encontraba dificultades en acceder a literatura actualizada no sólo por la falta de formación en competencias investigadoras superficialmente incorporadas en los planes de estudio de la Diplomatura, o de académicos en TO, sino por la barrera idiomática (Ortega-Valdivieso, 2007): la mayoría de literatura de TO está escrita en inglés. Durante esta época, tomando como ejemplo datos del año 2004, las y los terapeutas ocupacionales trabajan prioritariamente en contextos de atención a la salud (eje salud-enfermedad) como dispositivos para personas mayores (37,7%), para personas con problemas de salud mental (14,2%) o rehabilitación física (12.6%) (ANECA, 2005) y, entre los años 1988-2003, publican principalmente en el área de "incapacidades físicas", y sin emplear bibliografía en casi un 60% de los artículos (Ortega-Valdivieso, 2007).

Si bien es cierto que terapeutas ocupacionales, tanto en la docencia como en la práctica, urgen a realizar el tránsito del paradigma mecanicista al contemporáneo (Ortega-Valdivieso, 2007; Romero-Ayuso, 2007; Simó-Algado, 2007; Viana-Moldes, 2008) la falta de actualización (Ortega-Valdivieso, 2007), de docentes terapeutas ocupacionales (Santos-del-Riego, 2005) y de acceso a la investigación desde planteamientos disciplinares propios parece haber dificultado el cambio real y completo en todos los niveles (Viana-Moldes, 2008).

Paralelamente, en este escenario heterogéneo, emergen debates sobre el rol de la TO en relación con las distintas realidades contextuales de las personas. En especial se cuestiona el rol rehabilitador tradicional de la disciplina otorgándole mayor importancia a los factores sociales y culturales (Sanz-Victoria, 2005). Estos discursos se enmarcan dentro de la llamada a la TO crítica descrita en el apartado 4.1.2.1.

Entre los hitos de la incipiente discusión sobre la TO crítica en España destacan dos: a) por un lado, un monográfico publicado por la Revista de la Asociación Española de Terapeutas Ocupacionales llamado "Trascendiendo Fronteras" (Kronenberg, Fransen, Pollard, Sanz-Victoria, & García-Recio, 2005), liderado por terapeutas ocupacionales españolas con aportaciones de terapeutas ocupacionales internacionales, líderes en la expansión de la TO crítica en el mundo anglosajón. En este monográfico se resalta la necesidad de relacionar los factores contextuales, como los socioeconómicos y geopolíticos, con la experiencia de la discapacidad, emplear estrategias como la Rehabilitación Basada en la Comunidad (RBC), buscar el empoderamiento, la capacitación, o la promoción de la justicia social, para desarrollar el máximo el potencial de la TO (Pollard & Kronenberg, 2005; Sanz-Victoria, 2005; Sanz-Victoria & García-Recio, 2005; Simó-Algado et al., 2005). Y b) la publicación, en 2006, de la versión española del libro *Occupational Therapy without Borders* (Kronenberg, Simó-Algado, & Pollard, 2001): *Terapia Ocupacional sin Fronteras. Aprendiendo del espíritu de supervivientes* (Kronenberg et al., 2006), uno de los documentos clave en la consolidación y propagación de la TO Crítica en el ámbito internacional de la TO.

4.1.3.3.- Espacio Europeo de Educación Superior y la crisis socioeconómica en España: la investigación como oportunidad histórica

Según Viana-Moldes (2009), la cuarta etapa del desarrollo de la TO en España se corresponde con la adaptación del Espacio Europeo de Educación Superior de la Universidad española con la entrada en vigor del Real Decreto 1393/2007. Esta adaptación conllevó la homogenización de todas las titulaciones de la universidad española, que pasan a ser Grados (*Bachelor*), en lugar de las antiguas Licenciaturas o Diplomaturas. De este modo "se articula el pleno derecho de participación de las/os terapeutas ocupacionales en la actividad académica y científica" (original en inglés) (Viana-Moldes, 2009, p. 24). En concreto, uno de los cambios que conlleva esta nueva situación es el acceso directo a la etapa de formación de postgrado desde el ahora Grado en Terapia Ocupacional. Así, se genera una oportunidad de participación anteriormente limitada a las Licenciaturas (Viana-Moldes, 2008).

Acceder a la investigación para terapeutas ocupacionales supone una gran oportunidad de actualización para el colectivo, señalada con anterioridad como una

necesidad clave en el desarrollo de la disciplina (ver 4.1.3.2). En concreto, se señala aquí la potencial contribución de la CO al avance de la TO en España. Este argumento será desarrollado con mayor profundidad en el apartado 4.1.4.

Paralelamente a este proceso de cambio vivido por la universidad, España vive con intensidad los efectos de la crisis económica mundial (ver capítulo 3). Esta crisis empeora los determinantes sociales de la salud y exacerba las inequidades sanitarias de la población en general y de los colectivos en situación de vulnerabilidad en particular (Agudelo-Suárez et al., 2013; Córdoba-Doña, San Sebastián, Escolar-Pujolar, Martínez-Faure, & Gustafsson, 2014; Dávila-Quintana & Lopez-Valcarcel, 2014; Gili, García Campayo, & Roca, 2014; Miret et al., 2014). Así, los desafíos ocupacionales y de salud de la población deben ser entendidos inexorablemente desde una mirada más amplia, ya que, más si cabe en estos momentos, el contexto compromete la justicia ocupacional, la salud y el bienestar de la población.

No es de extrañar, por tanto, que cada vez más terapeutas ocupacionales líderes en la profesión urjan a la disciplina a aproximar la realidad en España desde una perspectiva crítica (Galheigo & Simó-Algado, 2012; Guajardo & Simó-Algado, 2010; Iwama & Simó-Algado, 2008; Simó-Algado, 2007; van Bruggen, 2008, 2013; van Bruggen et al., 2012). En concreto, algunas situaciones han sido señaladas como de especial urgencia y en las que la TO podría contribuir como promotora de la salud, a saber: migrantes y minorías étnicas, personas con diversidad funcional, personas con consumo problemático de drogas, personas sin hogar o la infancia, entre otros (Émeric-Méaulle, 2010; Iwama & Simó-Algado, 2008; van Bruggen, 2008, 2013).

Como se ha elaborado en la sección 4.1.2.1, la TO crítica puede contribuir a estas situaciones. En concreto, en esta tesis doctoral se propone que, para ello, y ante su incipiente trayectoria en España, es necesario profundizar de forma rigurosa sobre la posible contribución de la TO crítica en el contexto específico de la crisis socioeconómica en España y para un colectivo “diferente” a aquellos que tradicionalmente se asocian con la TO, como el de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad. Para ello, se considera fundamental la investigación desde planteamientos disciplinares propios, que permitan actualizar y contribuir al desarrollo de la TO en España, por lo que se propone la CO como disciplina central desde la que abordar este planteamiento.

4.1.4.- El papel de la Ciencia de la Ocupación

4.1.4.1.- Surgimiento y ámbito de estudio de la Ciencia de la Ocupación

La Ciencia de la Ocupación (o Ciencia Ocupacional) surge en EEUU a finales de la década de los 80 (Clark et al., 1991) como resultado de un lento pero sólido movimiento mundial de las y los profesionales y académica/os de la TO.

Hasta ese momento, con el objetivo de obtener soporte y ganar legitimidad, la TO se había apoyado primordialmente en evidencia científica generada en otras disciplinas (Polatajko et al., 2007). Sin embargo, al igual que pasara con el surgimiento de los modelos para la práctica, se llega a la conclusión que la TO debía nutrirse de estudios específicos que abordasen la ocupación tal y como la concibe la propia disciplina. Se constataba así la necesidad de una ciencia que estudiase la interrelación dinámica y compleja entre ocupación y salud (Larson et al., 2005; Molineux & Whiteford, 2012; Polatajko et al., 2007; Whiteford & Hocking, 2012; Wright-St Claire & Hocking, 2013) para poder sustentar con evidencia creada desde los planteamientos disciplinares propios, la práctica, investigación y docencia de la TO. Este movimiento se concreta en la creación del primer Programa de Doctorado en Ciencia de la Ocupación, en la Universidad del Sur de California, EEUU, en 1989 y con él se establece oficialmente esta ciencia (Clark et al., 1991).

A lo largo de sus más de dos décadas de existencia formal, la CO ha experimentado distintos grados de desarrollo y aceptación alrededor del mundo, llegando a cambiar la TO en algunos países, y a contribuir a la discusión global sobre los cuidados de la salud (Magalhães, 2012). Una de las primeras conceptualizaciones de la CO, disciplina en evolución y emergente, se resumía como sigue: “estudio del humano como ser ocupacional incluyendo la necesidad de y la capacidad de comprometerse en y orquestar ocupaciones diarias en el entorno a lo largo de la vida (Yerxa 1986)” (original en inglés) (Molineux & Whiteford, 2012, p. 244). De este modo la CO se aproxima a “la centralidad del compromiso en las ocupaciones y la vida humana, especialmente en su relación con la salud y bienestar y la participación social” (original en inglés) (Clark & Lawlor, 2007, p. 3).

Más recientemente, se ha afirmado que “[l]a Ciencia de la Ocupación abre nuevos caminos para explorar las complejidades del compromiso humano en las

ocupaciones¹⁶. Como ámbito de estudio distintivo, la ciencia ocupacional hunde sus raíces como ciencia básica con el objetivo de construir conocimiento sobre los sustratos, forma, función y significado de lo que la gente hace (Zemke-Clark ,1996) y la naturaleza ocupacional del ser humano (Wilcock 2006)” (original en inglés) (Wright-St Claire & Hocking, 2013, p. 83).

Por tanto, de forma sucinta, la CO estudia los aspectos observables de las ocupaciones (*forma*); las maneras en que la/s ocupación/es influyen en la salud o bienestar de las personas (*función*) -influyendo por ejemplo en el desarrollo, la adaptación, calidad de vida, salud o inclusión, entre otros-; los aspectos subjetivos construidos por la persona al comprometerse o participar en la/s ocupación/es (*significado*) (Larson et al., 2005); así como la necesidad intrínseca del ser humano de ocuparse para sobrevivir y alcanzar niveles óptimos de salud y bienestar (Wilcock, 2006; Wilcock & Hocking, 2015).

Además, ya que tanto la ocupación como la salud son constructos multidimensionales y complejos, la CO no se centra exclusivamente en el estudio de la ocupación/actividad per se, sino que, tal y como señalan Clark & Lawlor (2007) indaga sobre:

“los actores sociales que se comprometen en ocupaciones en las particularidades sociales, culturales e históricas de sus mundos vividos- en esencia, [estudia] cómo se vive y aprende en la vida diaria, las relaciones entre actividad, participación y salud, o cómo las estructuras sociales permiten o constriñen la salud, participación, calidad de vida y la experiencia humana” (original en inglés) (Clark & Lawlor, 2007, p. 3).

De este modo se entiende que la:

“Ciencia de la Ocupación (...) aglutina todos los aspectos de lo que las personas necesitan o están obligadas a hacer para sobrevivir y tener experiencias de salud y bienestar; lo que sienten acerca de ésta; cómo es el mecanismo de pertenencia a sociedades y culturas; y cómo es malinterpretado porque se ha fragmentado en muchas partes, para su

¹⁶ Original “*Human engagement in occupations*” (Wilcock 2006)

estudio por parte de muchas disciplinas" (original en inglés) (Wilcock, 2007, p. 3).

Uno de los aspectos centrales del debate actual de gran parte de las/os académicos de la CO es la responsabilidad social. Al igual que ocurriera con la TO crítica, la CO demanda a las/os científicas/os ocupacionales asumir la responsabilidad abordar el papel de la ocupación para con las inequidades globales, desarrollando así una agenda emancipadora de la disciplina (Whiteford & Hocking, 2012).

Como recuerdan Farias & Rudman, (2014), en la actualidad, la CO, se encuentra en un momento de reflexión profunda en la que se demanda una disciplina más crítica y socialmente responsable. En su estudio, describen algunas de las características del trabajo crítico realizado en la CO a lo largo de su historia. Entre ellas se destacan aquí el cuestionamiento de los presupuestos epistemológicos de la TO, la crítica al etnocentrismo occidental de los constructos tanto en la TO como en la CO (por ejemplo la asunción de algunas ocupaciones como saludables o "buenas" de forma descontextualizada), el análisis de la ocupación como un fenómeno situado social y políticamente, el cambio de foco cuestionando la voluntariedad individual de la participación en las ocupaciones y apuntando a las fuerzas socioeconómicas, culturales y políticas como generadoras de oportunidades de participación, así como de injusticias ocupacionales, el cuestionamiento de las prácticas, creencias y normas dadas por sentado que perpetúan el *statu quo*, la ocupación como lugar de resistencia y acción política en pro de la justicia, o la ocupación como elemento transformador de la sociedad (Farias & Rudman, 2014).

Estas características son los fundamentos de la perspectiva adoptada desde la CO en este estudio, altamente coherente con la TO crítica presentada en párrafos anteriores.

4.1.4.2.- Relación entre la Ciencia de la Ocupación y la Terapia Ocupacional

A lo largo de del desarrollo de la Ciencia Ocupacional o Ciencia de la Ocupación, han existido debates y controversias, especialmente en lo que a la relación de la CO y la TO se refiere: ¿son dos entes diferentes? ¿Cuáles son los límites de una y otra? ¿Cómo se retroalimentan?

La literatura más actualizada encuentra consenso en el argumento de que la CO es independiente pero está vinculada a la TO de tal forma que informa la práctica de ésta, pero no necesariamente provee de herramientas o métodos específicos para que sean utilizados por los profesionales (Molineux & Whiteford, 2012), ya que el objetivo primario de la CO no es la aplicación inmediata de la intervención terapéutica (Clark et al., 1991), sino la comprensión de los fundamentos y principios esenciales de los elementos anteriormente descritos (4.1.4.1). Molineux & Whiteford (2012, p. 246) (original en inglés) agrupan la importancia de la CO como sigue:

- “Provee de sustrato a la práctica profesional de las y los terapeutas ocupacionales.
- Contribuye a la mejora de los servicios y al desarrollo de nuevas aproximaciones.
- Fomenta el entendimiento de los seres humanos como seres ocupacionales.
- Contribuye a explicar la relación entre ocupación y salud.
- Favorece la diferenciación entre la TO y otras profesiones.
- Promueve servicios fuera de las fronteras tradicionales del cuidado de la salud y lo social”

Además, recientemente Hocking et al.(2015) organizan en tres grandes áreas las contribuciones de la CO a la TO. Por un lado la CO contribuye a la vuelta a la práctica centrada en la ocupación ya que, en su producción científica, destacan las investigaciones que buscan comprender las experiencias, preocupaciones y objetivos ocupacionales de las personas a lo largo del ciclo vital (Hocking et al., 2015). Estos resultados de investigación contribuyen a comprender la complejidad y matices de entender a las personas como seres ocupacionales. Por otro lado, el trabajo desde la

CO genera nuevas estrategias de intervención, desde el enfoque centrado en la ocupación, que han demostrado ser eficaces (Hocking et al., 2015). Finalmente, la CO “desafía y equipa”(original en inglés) (Hocking et al., 2015, p. 131) a la TO para asumir nuevos roles en ámbitos que van más allá del eje salud-enfermedad, como por ejemplo la promoción de la salud y la justicia social u ocupacional. Siguiendo a estas autoras, la CO contribuye a abrir nuevos escenarios en los que la TO puede trabajar para promover la salud de poblaciones o grupos en situaciones de vulnerabilidad (Hocking et al., 2015). Entre estas nuevas áreas de trabajo destacan: inmigración, pobreza, solicitantes de asilo internacional, transporte, habitabilidad o los sectores social y sanitario.

4.1.4.3.-El estudio de la cotidianidad de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad desde la Ciencia de la Ocupación como un paso hacia el futuro de la Terapia Ocupacional Crítica en España

Como se adelantaba en apartados anteriores, la presente tesis doctoral propone la CO como disciplina central desde la que abordar la situación de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en Galicia, España.

Este posicionamiento tiene pertinencia desde dos miradas interrelacionadas. Por un lado, de modo específico, emplear la CO en el estudio de la cotidianidad que viven mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en Galicia, en relación con los elementos que median su salud y bienestar, podría iluminar desde una óptica compleja y diferenciada de otras disciplinas, alternativas para la promoción de la salud para estas mujeres. Asimismo fundamentaría actuaciones desde la TO crítica para con este colectivo. Además, con ello se contribuirá también a la propia CO ya que ayudará a mejorar el entendimiento de los seres humanos como seres ocupacionales, iluminando elementos concretos del contexto español, ahondando en la relación ocupación-salud y trascendiendo fronteras de la práctica profesional contemporánea.

Potro otro lado, de modo general, y en un segundo plano interrelacionado, nutrirse de y contribuir a la CO se presenta como una propuesta estratégica para la TO en España en este momento histórico. Más arriba se describía la necesidad de actualización disciplinar de la TO, en especial a lo que se refiere la TO crítica en el

contexto actual del país, así como la oportunidad que la investigación representa para ello. Se entiende que la CO representa una herramienta clave para poder contribuir en España a este avance colectivo. Desde la experiencia internacional ya descrita, esta estrategia colectiva en España contribuiría, en última instancia, a que se consolide la práctica centrada en la ocupación, se exploren nuevos caminos de actualización disciplinar, así como se fomente la comprensión y el equipamiento para una TO crítica relevante en la sociedad actual española.

4.1.5.- Formulación tentativa de la pregunta de investigación

Desde la armazón teórica construida hasta el momento, así como de la experiencia investigadora en el estudio piloto (capítulo 2) se plantea que la experiencia de participación en ocupaciones cotidianas puede ser la puerta de entrada a comprender en profundidad cómo los elementos sociales, culturales, económicos, políticos, personales, etc. imbuídos en la vida diaria de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad configuran las oportunidades de salud y bienestar en su día a día.

Las ocupaciones se presentan pues, como el espacio en el que se negocian aquellos elementos/situaciones que constriñen así como los que promueven la salud (elementos macro, meso y micro-determinantes estructurales y sociales de la salud). Es decir, los mediadores de la salud¹⁷. Por ello, este estudio plantea conocer cuáles son las experiencias de participación cotidiana de estas mujeres y cómo negocian sus ocupaciones en una situación de vulnerabilidad como el descrito (capítulo 3) así como cuáles son sus fortalezas y necesidades para promover su salud y bienestar.

Construir este conocimiento con las protagonistas permitiría: 1) visibilizar una realidad invisibilizada 2) proponer alternativas de cambio desde sus necesidades y sus propias fortalezas, 3) construir redes de colaboración con distintos actores sociales, 4) co-construir nuevos espacios en los que la TO puede contribuir, así como 4) avanzar en el estudio de las personas como seres ocupacionales en situaciones en las que la salud está comprometida pero el eje-salud enfermedad no es suficiente.

¹⁷ En este estudio se entiende como "mediadores" de la salud y el bienestar, tanto los elementos (personales o contextuales) que actúan como facilitadores o barreras de esta salud y bienestar, así como cuándo y cómo lo hacen.

4.2.- Estado del arte

En este apartado se recoge el contexto y el alcance de la producción científica que ha abordado las ocupaciones tras migrar en el ámbito de la CO así como su contribución a este estudio. Para ello, esta sección comienza explicando la revisión de la literatura realizada, posteriormente se describe este contexto y alcance, se abordan las conclusiones de esta revisión y la pertinencia de este estudio en relación a ello, para finalizar matizando los objetivos tentativos que se han abordado hasta el momento.

4.2.1.- Revisión realizada

Con el objetivo de conocer el alcance de la producción científica que estudia las ocupaciones de las personas después de migrar desde la TO y/o la CO, se llevó a cabo una revisión de literatura entre los meses de febrero y marzo de 2015. Esta revisión fue llevada a cabo adaptando la propuesta metodológica de Arskey & O'Malley (2005) "socping review" o revisión de alcance. Así, con el objetivo de recuperar artículos que reportasen resultados de investigación, se combinaron variaciones de los términos a) inmigrantes (por ejemplo: migrante, extranjero, etc.), b) ocupación (por ejemplo: participación ocupacional, compromiso ocupacional, actividades) con c) "Terapia Ocupacional" o "Ciencia de la Ocupación"; en inglés, español y portugués, con campo de búsqueda título, resumen y palabras clave. Esta búsqueda se realizó en las 10 bases de datos que indexan producción científica sociosanitaria: Scopus, Web of Science, Scielo, Amed, SocIndex, Psycinfo, Redalyc, Embase, Cinhal y Dialnet.

Para la selección de los artículos se empleó el siguiente criterio de inclusión: que los objetivos de las investigaciones se centrasen en el estudio de las ocupaciones después de migrar desde la CO y/o la TO. Asimismo se excluyeron aquellos artículos en los que las personas migrantes tuviesen el estatus de solicitante de asilo internacional (personas refugiadas), ya que el proceso y la realidad de estas personas es muy distinta a la de aquellas que migran por motivos "personales".

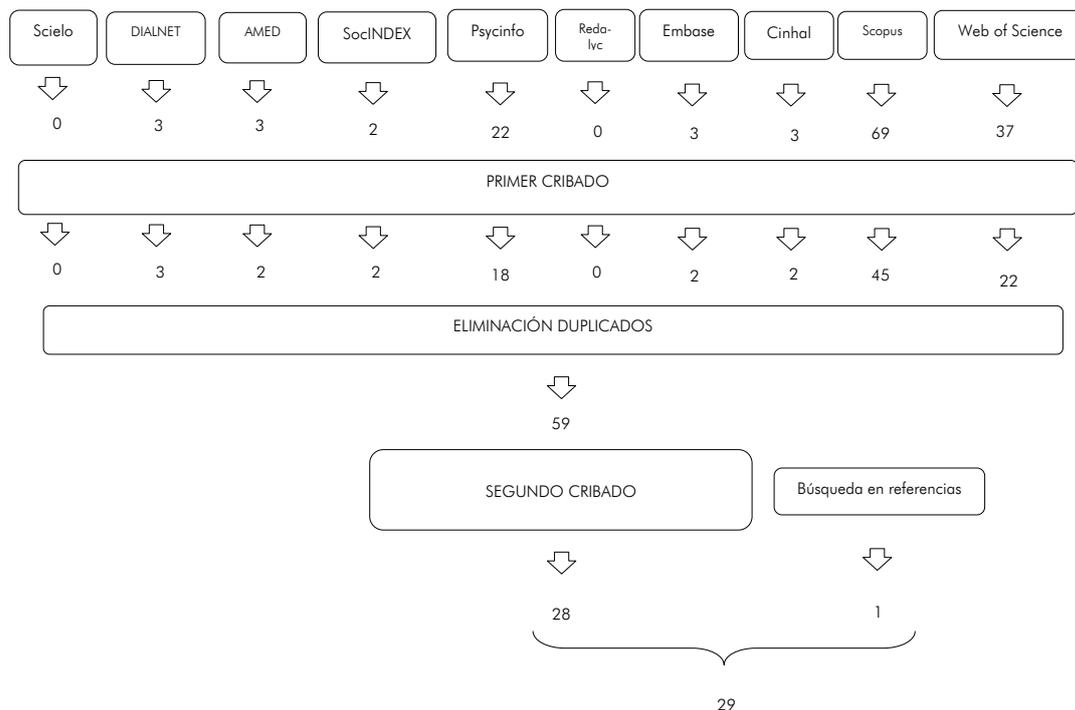


Figura 4.1. Proceso de selección de los artículos
Fuente: Elaboración propia

La búsqueda devolvió 148 artículos. Tras a) eliminar los duplicados y b) una primera lectura de los resúmenes aplicando los criterios de inclusión/exclusión, esta cantidad se redujo a 59 artículos. Una vez recuperados los textos completos, se procedió a realizar una lectura en profundidad de los mismos. Se aplicaron nuevamente los criterios de inclusión/exclusión así como, paralelamente se revisaron las referencias de los mismos para recuperar material relevante. En la Figura 4.1 se resume el proceso de selección de los artículos. Finalmente los artículos incluidos en la revisión fueron 29 (ver Anexo II).

Para analizar los datos con el fin de conocer el alcance de la producción científica que estudia las ocupaciones de las personas después de migrar desde la TO y/o la CO, se siguió el siguiente procedimiento. Primero se leyeron en profundidad los 29 textos completos. Posteriormente se resumió la información en una tabla de Excel, organizándola en los siguientes apartados: a) Información contextual: nombre del estudio, autoría, fecha de publicación, revista, país de procedencia de los autores, país en donde se realizó el estudio y b) contenido: objetivo, descripción de las personas participantes, conceptos teóricos empleados, metodología y resultados.

El bloque *a* fue analizado realizando un resumen numérico descriptivo (empleando estadística descriptiva) buscando comprender el contexto en el que se ha realizado este tipo de investigación, lo que permitiría situar de forma más específica esta tesis doctoral. El bloque *b* se analizó usando como guía el análisis temático (Vaismoradi, Turunen, & Bondas, 2013). Así se buscaron similitudes y diferencias en cuanto las características de las personas participantes, conceptos teóricos empleados, metodología y resultados, para comprender cómo se han estudiado las ocupaciones tras la migración y qué se sabe hasta la fecha. Para ello se utilizó el Software Atlas-Ti v.7 como soporte. Se codificaron las distintas columnas del bloque *b* de la tabla de Excel y mediante un proceso interactivo, en el que se buscó la coherencia entre los códigos que se iban agrupando, los códigos y los textos completos, y los grupos de códigos y los textos completos, se fueron agrupando hasta conseguir construir las categorías.

Los resultados del bloque *a* se recogen en el apartado 4.2.2.1 y los del bloque *b* en los apartados 4.2.2.2 a 4.2.2.5.

4.2.2.- Contexto y alcance de la producción científica sobre las ocupaciones tras migrar

Esta revisión tenía por objetivo conocer el alcance de la producción científica que estudia las ocupaciones de las personas después de migrar desde la TO y/o la CO. El análisis reveló el contexto de la investigación sobre la ocupación tras la migración, la diversidad en la aproximación a la inmigración, las tendencias en los intereses de investigación, las metodologías empleadas y las características de la participación en las ocupaciones tras migrar.

4.2.2.1.- Contextualizando la producción científica sobre ocupación e inmigración

En la Figura 4.2 se puede observar como la producción científica que aproxima la ocupación y la migración se ha incrementado exponencialmente en los últimos 5 años. Destaca el año 2013 con 15 artículos publicados, constatando el interés de la disciplina por la realidad de las personas inmigrantes.

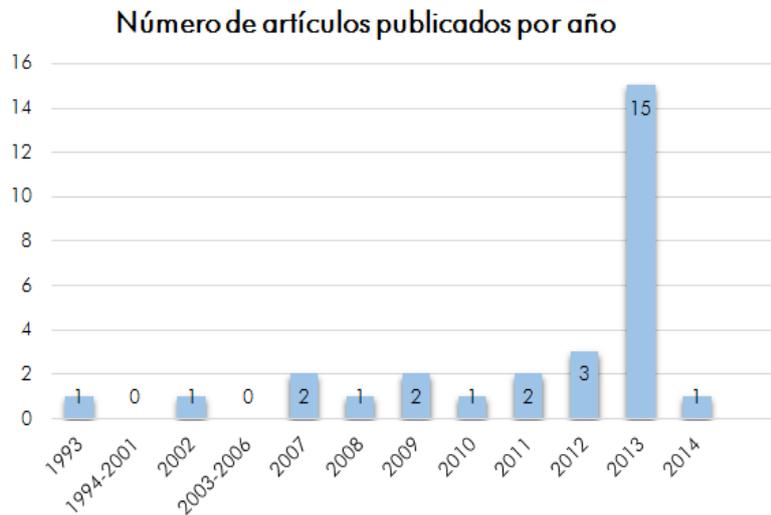


Figura 4.2. Distribución temporal de los artículos publicados
Fuente: Elaboración propia

En cuanto a revistas en las que se publica (ver Figura 4.3), destaca la *Journal of Occupational Science* (59% de la producción). De entre todas ellas solamente una revista (WORK) no hace referencia explícita a la TO y la Ciencia de la Ocupación.

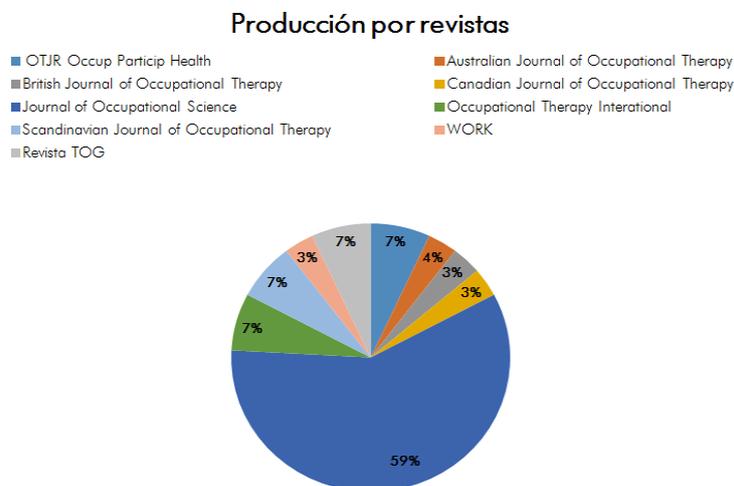


Figura 4.3. Distribución de los artículos publicados en revistas
Fuente: Elaboración propia

La figura 4.4 muestra los países donde se llevaron a cabo los estudios así como aquellos desde los que trabajan las y los investigadores. Las instituciones de origen de las y los investigadores se ubican principalmente en países desarrollados: Australia,

Canadá, Nueva Zelanda, Estados Unidos y Suecia suman el 86% de la producción científica en esta área. Asimismo, éstos son los países en los que más se ha estudiado las ocupaciones de personas inmigrantes, pero en este caso sumarían el 75%, lo que significa que en el 11% de las ocasiones se han estudiado realidades de países diferentes a los de las instituciones.

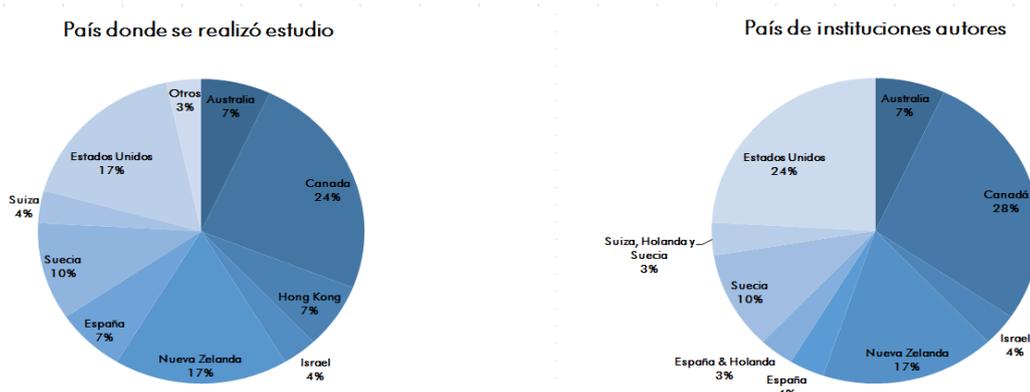


Figura 4.4. Distribución por países de realización del estudio y países de autores
Fuente: Elaboración propia

4.2.2.2.- Diversidad en la aproximación a la "inmigración"

El concepto *inmigrante* en estos estudios hace referencia a personas procedentes de un país diferente al de residencia. Sin embargo, dentro de esta característica común, existen perfiles y maneras diferentes de aproximarlos. En ocasiones se estudia la realidad de personas inmigrantes que provienen del mismo país (Heigl et al., 2011; Peralta-Catipon, 2009, 2012; Pereira & Stagnitti, 2008), por ejemplo personas que todas ellas proceden de India y residen en Nueva Zelanda (Nayar et al., 2007). En otras se agrupan como personas inmigrantes a aquellas que proceden de países diferentes. Así, algunos estudios engloban en el mismo grupo de inmigrantes a mujeres procedentes de lugares dispares como por ejemplo Filipinas, México, Guatemala, la antigua Yugoslavia, Irán, Taiwán, Ucrania, India o Panamá, que viven en Canadá (Suto, 2009). Otro ejemplo de esto es el estudio de Boerema et al.(2010).

Paralelamente, algunos estudios se centraron en características o experiencias concretas de las personas inmigrantes. Adrian (2013) focaliza su estudio en personas inmigrantes que pertenecen a un mismo grupo religioso, independientemente de que los países de origen fuesen diferentes. Otro ejemplo es el estudio de Mondaca &

Josephsson (2013) quienes estudiaron las experiencias de personas inmigrantes que hubiesen sufrido la violación de los derechos humanos en Chile y que en el momento del estudio residiesen en Suecia. De forma similar otros estudios se focalizan en situaciones concretas, como por ejemplo la realidad de personas inmigrantes con consecuencias tardías de poliomielitis (Santos-Tavares & Thorén-Jönsson, 2013), o la realidad de madres inmigrantes cuyas hijas/o tienen necesidades especiales (Hon, Sun, Suto, & Forwell, 2011).

Existe también diversidad en la modalidad de aproximación a la realidad de las personas inmigrantes y las ocupaciones. En la mayoría de las ocasiones se estudia el fenómeno de forma individual (Heigl et al., 2011; Nayar et al., 2007) y en otras, se estudia desde la perspectiva familiar (Farias & Asaba, 2013; Hon et al., 2011) o comunitaria (Peralta-Catipon, 2009, 2012).

En cuanto al género, la mayoría de los estudios aproximan la realidad de mujeres (Dyck, 1993; Gupta & Sullivan, 2013; Hon et al., 2011; Nayar et al., 2012, 2007; Peralta-Catipon, 2012; Santiago-Lista, Rivas-Quarneti, Añón-Loureiro, & Movilla-Fernández, 2014; Suto, 2009), en menor proporción en la de hombres (Heigl et al., 2011; Nayar & Sterling, 2013), y en ocasiones se estudia conjuntamente la realidad de hombres y mujeres (Bailliard, 2013a, 2013b; Huot, Rudman, Dodson, & Magalhães, 2013; Katz, Kizony, & Parush, 2002; Rivas-Quarneti et al., 2013).

Las personas participantes de la mayoría de los estudios se encuentran en edad laboral como por ejemplo en los estudios de Heigl et al. (2001) o Peralta-Catipon (2009). En menor medida, en esta muestra, se identificaron estudios con personas mayores (Krishnagiri et al., 2013; Pereira & Stagnitti, 2008) y de forma todavía menos frecuente estudios con infancia (Katz et al., 2002).

Sorprendentemente la situación socioeconómica de las personas participantes no está directamente descrita en los perfiles de informantes. Sólo algunas investigaciones recogen estas situaciones, como por ejemplo los artículos de Peralta-Catipon (2009, 2012) en los que describe a las participantes como empleadas de hogar internas¹⁸, asociando a este estatus unas duras condiciones de vida; o el estudio de Heigl et al. (2011) en el que los hombres que participan en el estudio son trabajadores de bajo

¹⁸ El término "interna" describe las condiciones laborales de mujeres que trabajan en el servicio doméstico y viven en la casa de las personas empleadoras.

estatus ("*blue-collar*") en Suiza, o el estudio de Santiago-Lista et al. (2014), en el que se aproxima la realidad de mujeres inmigrantes en situaciones de vulnerabilidad socioeconómica. Estos dos últimos estudios relacionan estas situaciones con la salud y el bienestar de las poblaciones.

Otra característica común es que la lengua materna de las personas inmigrantes es diferente al de la comunidad en la que residen. Existe una excepción, el estudio de Santiago-Lista et al. (2014), que al igual que esta tesis, se centra en las ocupaciones de las mujeres latinoamericanas que viven en España y por tanto, su lengua materna es la misma que la del país de destino: castellano.

4.2.2.3.- Tendencias en los intereses de investigación

El interés de las y los investigadores en este ámbito de estudio puede organizarse en 4 grandes grupos, atendiendo a los objetivos de investigación planteados:

1) El primero se centra en el proceso de asentamiento (*settlement*) hace referencia al interés de esta comunidad científica en conocer y/o explorar el papel de las ocupaciones tras el cambio de país. El grupo con más peso cuantitativo se corresponde a aquel que busca explorar y/o mejorar el entendimiento de las ocupaciones en el proceso de asentamiento de las personas inmigrantes en el país de destino. De modo general se puede decir que estos estudios se centran en comprender mejor cómo cambian las ocupaciones al migrar, y cómo las personas inmigrantes negocian este cambio. De forma más específica, algunos estudios focalizan esta pregunta de investigación en, por ejemplo, cómo impacta la migración en las ocupaciones cotidianas (Bennett et al., 2012) o qué estrategias se utilizan para comprometerse en ocupaciones y cómo éstas facilitan el proceso de asentamiento (Nayar & Sterling, 2013), el rol de las sensaciones durante las ocupaciones y su relación con el proceso de integración (Bailliard, 2013b) o el rol de las ocupaciones en el ajuste transcultural después de la disrupción producida por la migración (Gupta & Sullivan, 2013), entre otros. Asimismo, estos intereses, se pueden centrar en todas las actividades del día a día (Nayar et al., 2012) o en un grupo de actividades /ocupaciones concretas, como por ejemplo en el ocio (Suto, 2013) o el trabajo (Suto, 2009).

2) Un segundo grupo se corresponde con las investigaciones que aproximan la relación entre ocupación y bienestar, desde la concepción de la TO/CO.

En estos estudios se busca comprender, de un modo más o menos directo, la función de las ocupaciones. Así, Krishnagiri et al., (2013) buscaron comprender cómo las personas inmigrantes mayores participan en las actividades cotidianas para mantener su salud y bienestar. Otro ejemplo se encuentra en la investigación de Peralta-Catipon (2012), quien buscó comprender la función de una ocupación colectiva, la reunión semanal de las trabajadoras domésticas filipinas en Hong Kong. Otro ejemplo sería el estudio, coautoría de la doctoranda, que propuso explorar las experiencias de participación cotidiana en ocupaciones para entender su relación con el bienestar (Rivas-Quarneti et al., 2013).

3) El tercer grupo engloba aquellas investigaciones que se centran en comprender la relación entre migración, cultura y/o identidad y ocupación.

El cambio del contexto sociocultural tras la migración y la relación entre ocupación, identidad y cultura recogida en la literatura de la TO/CO parece fomentar el interés por entender mejor este fenómeno. De este modo algunos artículos informan sobre investigaciones cuyo objetivo se centra, por ejemplo, en entender cómo a través de ocupaciones realizadas en la familia, se negocian múltiples identidades y culturas (Farias & Asaba, 2013), cómo la identidad es influenciada por distintos entornos socioculturales (Peralta-Catipon, 2012), la relación entre cultura y ocupación tras la migración (Heigl et al., 2011) o cómo se entrecruzan identidad, ocupación y lugar tras la migración al participar en una ocupación específica como es la música en el contexto religioso (Adrian, 2013); entre otros.

4) Finalmente, el cuarto grupo englobaría aquellos estudios que utilizan la ocupación como puerta de entrada a fenómenos específicos y/o complejos.

Ejemplo de esto es la investigación desarrollada por Mondaca & Josephsson (2013), quienes buscaron de forma concreta entender las experiencias de inmigrantes chilenos que sufrieron violación de los derechos humanos a través de sus experiencias de compromiso ocupacional.

Por otro lado Huot et al. (2013) buscaron desafiar los supuestos que se recogen en documentos políticos sobre un fenómeno complejo, como es la integración exitosa de

las personas inmigrantes en Canadá, a través de las experiencias de participación en las ocupaciones cotidianas. De modo similar, Mpofu & Hocking (2013) buscaron entender cómo profesionales de la salud, inmigrantes en Nueva Zelanda, viven y gestionan sus intentos por cumplir los requisitos para la acreditación que les permita ejercer en su nuevo país, así como proponer soluciones con las personas participantes.

4.2.2.4.- Metodologías empleadas

Para poder contestar a las preguntas de investigación planteadas, casi todas las investigaciones emplearon metodología cualitativa: de los 29 artículos examinados, 28 emplean metodología cualitativa y 1 cuantitativa. Las y los investigadores escogieron distintas tradiciones para dar respuesta a los objetivos ya descritos. Entre ellas: scoping review (1), etnografía (8), teoría fundamentada (8), cualitativa genérica (5), narrativa (2); metodología participativa (1), fenomenología hermenéutica (1).

4.2.2.5.- Ocupaciones tras la migración

En el análisis emergieron tres grandes características del conocimiento generado en TO/CO de las ocupaciones tras migrar: a) participar en ocupaciones cotidianas en el día a día se caracteriza por una gran complejidad, b) parece existir una relación inextricable entre ocupación, identidad, cultura y las otras personas y c) se ilustra la relación entre la salud, el bienestar y las ocupaciones.

4.2.5.1.-Complejidad en del día a día

La complejidad de la participación en ocupaciones en el día a día tras la migración, es una de las características emergentes en los resultados de los artículos revisados. En esta complejidad conviven elementos negativos, relacionados con situaciones, así como elementos positivos, aunque menos frecuentes. Todo ello será descrito en las siguientes líneas.

En el día a día de las personas inmigrantes parecen ser comunes las experiencias de alienación, injusticia, sufrimiento y estrés. Con frecuencia, estas experiencias aparecen relacionadas con el ámbito laboral. En este ámbito, y coherentemente con los resultados del estudio de Bennett et al.(2012), el impacto de la migración en el trabajo, es amplio y se relaciona con una movilidad laboral descendente, desempeño de trabajos de bajo estatus o infra empleo. Algunos ejemplos son los estudios que se centran en las trabajadoras filipinas del sector doméstico en Hong Kong (Peralta-Catipon, 2009, 2012), las mujeres latinoamericanas que trabajan en el mismo sector en España (Rivas-Quarneti et al., 2013; Santiago-Lista et al., 2014), o los trabajadores de Albania en Suiza (Heigl et al., 2011). Estos empleos, o su situación en estos países, se caracterizan por tener condiciones laborales duras, como trabajar muchas horas (Heigl et al., 2011) o vivir en la casa de los empleadores con un día de descanso a la semana (Peralta-Catipon, 2009). En los estudios mencionados las personas participantes experimentan grandes niveles de estrés, situaciones problemáticas, falta de apreciación, sentimientos de injusticia y aislamiento o soledad en el trabajo (Heigl et al., 2011; Peralta-Catipon, 2009, 2012; Rivas-Quarneti et al., 2013).

Asimismo, en el estudio de Dyck (1993), mujeres de India en Canadá, muchas de ellas con estudios superiores, trabajan en empleos de baja cualificación (como ayudantes de cocina o en granjas, entre otros) y en trabajos por turnos, parcial o por temporadas, que generalmente no están bien remunerados y no permiten avance profesional. De forma similar, el estudio de Mpofu & Hocking (2013) informa de que la legislación existente en Nueva Zelanda se traduce en dificultades para la acreditación de los títulos como profesionales sanitarios de las personas inmigrantes, por lo que los participantes de este estudio acaban en otros trabajos por debajo de su cualificación (por ejemplo conducir un taxi) y/o con condiciones más duras, lo que, al igual que en los estudios anteriores, genera sentimientos de frustración, decepción o infravaloración, entre otros (Mpofu & Hocking, 2013).

Igualmente, algunos inmigrantes latinoamericanos en EEUU, trabajan en este tipo de empleos, a los que califican de "esclavitud psicológica" (Bailliard, 2013a, p. 350), ya que llegan a trabajar 80 horas semanales, sin cobrar lo correspondiente y/o cobrando tarde. El estudio de Suto (2009), también describe estas situaciones, y añade que las dificultades y experiencias negativas en el trabajo van más allá del disfrute y el salario. A diferencia de experiencias de trabajo en el país de origen, donde muchas de las

participantes eran profesionales con un rol valorado socialmente y personalmente, desempeñarse en este nuevo tipo de empleos hace que las mujeres inmigrantes en Canadá se sientan como si “fuesen nada” (original en inglés)(Suto, 2009, p. 423).

Más allá del ámbito laboral, aunque siempre interrelacionado, existen otros elementos que hacen complejo y dificultoso el desempeño de las ocupaciones en el día a día y que genera experiencias estresantes y/o negativas. Las investigaciones informan de que en numerosas ocasiones esta complejidad se relaciona con “orquestrar ocupaciones” entendido como coordinar y manejar multitud de ocupaciones en paralelo (ver por ejemplo Gupta & Sullivan, 2013). Muchas de las participantes, especialmente las mujeres y madres, que además se hacen cargo de las responsabilidades asociadas a una distribución tradicional de los roles de género (ver por ejemplo: Dyck, 1993; Gupta & Sullivan, 2013; Hon et al., 2011; Suto, 2009, 2013). Así, en su día a día “orquestran” las ocupaciones laborales, cuyas características se han abordado en líneas anteriores (este trabajo es a veces difícil de conseguir, Hon et al., 2011; el cuidado de los hijos, las labores domésticas y las actividades relacionadas con el asentamiento -por ejemplo, asistir a cursos de idiomas o realizar gestiones burocráticas- Rivas-Quarneti et al., 2013; Suto, 2009). Todo esto añade estrés y dificultades en el día a día, que se acusa cuando no se cuenta con la familia extensa como recurso de apoyo, lo que suele ocurrir en la mayoría de las ocasiones (Rivas-Quarneti et al., 2013; Suto, 2009).

Paralelamente, la necesidad de realizar ocupaciones en el nuevo contexto, puede implicar barreras en la participación por el desconocimiento de las reglas implícitas de la nueva sociedad. Así, ir al supermercado en el nuevo país, o participar en el colegio de los hijos (con los profesores, con otros padres y/o en actividades de este contexto) son ocupaciones que se desempeñaban de forma exitosa antes de la migración y que se dificultan en el nuevo. La noción “empezar de nuevo”(original en inglés), elaborada en el estudio de Huot et al.(2013, p. 13), profundiza en las múltiples negociaciones necesarias en este proceso, lo que implica aprender de nuevo cómo funcionan las cosas en el nuevo entorno, y resuena con las situaciones descrita en otras investigaciones (Farias & Asaba, 2013; Hon et al., 2011; Martins & Reid, 2007; Suto, 2013).

Durante la participación cotidiana en ocupaciones también se viven experiencias de discriminación y miedo. Inmigrantes latinoamericanos en EEUU usan como táctica no

participar en ocupaciones y hacerse lo menos visibles posible por este miedo relacionado con la discriminación que viven en el día a día y su situación de vulnerabilidad a nivel legal (Bailliard, 2013a).

También son frecuentes las referencias a las situaciones de exclusión, la falta de apoyos sociales o la ausencia de sentimientos de pertenencia, generando experiencias de aislamiento en este día a día e impactando en sus experiencias de participación en ocupaciones (Adrian, 2013; Bailliard, 2013a; Gupta & Sullivan, 2013; Peralta-Catipon, 2012; Santos-Tavares & Thorén-Jönsson, 2013).

Otros elementos que hacen más complejo ese día a día son el cambio de clima o los elementos sensoriales. Por un lado, el clima extremo en Canadá hace que ocupaciones sencillas en otro contexto, resulten complicadas y que requieran tiempo extra en el nuevo entorno, por ejemplo vistiéndose y desvistiéndose para salir de casa en el invierno canadiense (Martins & Reid, 2007). Por otro lado, las diferencias en las experiencias sensitivas (tacto, olfato, gusto, vista, oído) pueden generar un gran impacto subconsciente en las ocupaciones. El estudio de Bailliard (2013b) evidencia cómo la falta de familiaridad con las características multisensoriales de las ocupaciones en el nuevo país pueden actuar como una barrera para el bienestar.

Paralelamente, la migración presenta oportunidades y experiencias positivas para las personas migrantes, aunque éstas aparecen con menos peso y de forma menos frecuente en la literatura revisada. Por ejemplo, para algunas mujeres, el nuevo entorno ofrece oportunidades y formas de participación en ocupaciones que no existían en sus países de origen, donde predominan valores tradicionales con respecto al género y que son valoradas muy positivamente (Gupta & Sullivan, 2013; Nayar et al., 2007). También, para muchas de las personas participantes en los estudios se dibujan en el horizonte oportunidades de una vida mejor para las futuras generaciones que aporta satisfacción en el día a día (Heigl et al., 2011; Lencucha, Davis, & Polatajko, 2013).

Con relación a los hijos, y en especial si tienen necesidades especiales, el nuevo contexto, en este caso Canadá, ofrece mejores apoyos, en el colegio y oportunidades terapéuticas (aunque no siempre son accesibles), a las madres chinas que son cuidadoras principales (Hon et al., 2011).

A diferencia de India, desde la percepción algunas mujeres inmigrantes con estudios superiores, Canadá también puede ofrecer mejores oportunidades de desarrollo profesional (Nayar et al., 2007). En concreto, de este país, otras personas inmigrantes expresan percibir otras oportunidades en su día a día como el acceso a la educación (por ejemplo a través de clases de idiomas, grupos sociales, clases de paternidad) o la posibilidad de establecer nuevas relaciones sociales en un entorno multicultural en una ciudad como Toronto (Martins & Reid, 2007). Asimismo, de este país destacan como elementos positivos el sistema educativo y sanitario, lo altos estándares de vivienda, el acceso a las nuevas tecnologías o la posibilidad de tener un sueldo (Dyck, 1993).

4.2.5.2.-Ocupación, identidad, cultura y los otros: claves tras la migración

El segundo tema emergente de los resultados de los artículos revisados vincula de forma inextricable la participación en ocupaciones, la cultura, la identidad y los otros. Esta relación es fluida y se amolda en las distintas situaciones. Por un lado, tras migrar, participar en las ocupaciones en el nuevo contexto conlleva desafíos relacionados con la cultura y/o la posición socioeconómica que tienen un impacto en la identidad. Por otro, las personas migrantes, en los estudios revisados, participan en ocupaciones para promover una renegociación de identidades y de aquello relacionado con el proceso de integración/inclusión. A continuación se profundizará en estas dos dimensiones interrelacionadas.

Como se ha visto en el apartado anterior, existen desafíos y oportunidades, en la participación cotidiana en ocupaciones, y algunos de ellos como por ejemplo el cambio de contexto sociocultural, o las nuevas condiciones de vida, parecen propiciar el cuestionamiento y re-negociación de las propias identidades. La participación en ocupaciones tras la migración y su repercusión directa en la identidad ya fue recogida en la revisión realizada por Bennett et al. (2012). El análisis realizado para este estudio, corrobora, matiza y provee de nuevos ejemplos desde la TO/CO sobre esta relación. En muchas ocasiones el impacto de la migración en la identidad tiene que ver con el choque o diferencia entre la cultura del país de origen y de destino expresado en las ocupaciones. Así, en el estudio de Farias & Asaba (2013), una de las participantes relata haber experimentado “crisis de identidad” (original en inglés)(Farias & Asaba, 2013, p. 42) tras migrar de Chile a Suecia. En el proceso de negociación llegó a ocultar su identidad chilena, dejando de hablar español y

relacionándose primordialmente con gente sueca. Posteriormente, se reconcilió con su herencia chilena, y consiguió mantener un equilibrio entre ambas partes de su identidad (sueca y chilena) negociando estas identidades a través de las ocupaciones.

Por otro lado, la distancia cultural también es percibida como una oportunidad. Explorar nuevas maneras de hacer permite elegir qué incorporar en la vida diaria, lo que tiene repercusión en la manera de percibirse. En el estudio de Nayar et al. (2007) las participantes deciden qué elementos de la nueva cultura escogen incorporar a su día a día (p. ej.: vestir de manera menos tradicional) y aquellos que no (el tipo de cuidado que se provee a los mayores en la nueva sociedad).

Además de las diferencias culturales, la posición socioeconómica y las dificultades que la misma conlleva en el día a día, también tienen un impacto directo en la identidad. Así, los resultados de los trabajos de Peralta-Catipon (2009, 2012) muestran cómo, tras migrar, las mujeres de Filipinas que en el momento del estudio trabajan en servicio doméstico en Hong Kong, cambian la percepción de ellas mismas. Ser inmigrante y trabajadora en este contexto hace que, por ejemplo, no puedan cumplir con un rol considerado como principal en su vida: el de madre, ya que han dejado a su familia en origen. También genera que sean percibidas como unas “criadas” de poco estatus. Esto obliga a que estas mujeres tengan que renegociar su identidad.

De forma similar, el estudio de Huot et al. (2013) ilustra cómo la inmensidad de lo que denominan “empezar de nuevo” tiene una relación directa con las identidades de las personas participantes en su estudio. Tanto la manera en que una persona se identifica a sí misma, como la manera en que es identificada por los demás, generan desafíos en el proceso de integración, que obliga a renegociar las ocupaciones y las identidades.

Estos desafíos se interrelacionan con lo que se puede denominar la problemática de la “pertenencia”. Emerge de los datos la noción de sentir que no se pertenece al nuevo contexto. Por ejemplo Huot et al. (2013) describen cómo las personas participantes sienten que no pertenecen. El objetivo último en el proceso de integración sería entonces llegar a formar parte del nuevo “paisaje” (Huot et al., 2013). Asimismo, Heigl et al. (2011) informan que los participantes perciben de forma difuminada la pertenencia a los grupos de origen (Albania) y la comunidad donde viven (Suiza), alternando la participación en ocupaciones con uno u otro en su día a día.

En este contexto de necesidad de renegociar identidades y pertenencia, las ocupaciones tienen características comunes y son empleadas de forma similar para contribuir a estos procesos. Por un lado, distintos estudios reportan cómo las personas migrantes participan en ocupaciones que realizaban antes de migrar para conectar con los valores/cultura del país de origen. Existen multitud de ejemplos: en algunos casos estas ocupaciones son coser (Boerema et al., 2010), comer platos tradicionales (Bailliard, 2013b), participar en actividades de ocio propias del país de origen, p. ej.: la petanca (Pereira & Stagnitti, 2008) o cocinar platos tradicionales (Farias & Asaba, 2013), entre otras.

Por otro lado, pero de forma interrelacionada, aparece otra característica clave de la participación en ocupaciones después de emigrar: participar con otros. En muchas ocasiones estos "otros" son considerados como iguales, es decir, personas que también han inmigrado desde el mismo país y/o que comparten experiencias similares, como por ejemplo haber sufrido violación de los derechos humanos (Mondaca & Josephsson, 2013) o ser trabajadoras de bajo estatus (Peralta-Catipon, 2009, 2012; Rivas-Quarneti et al., 2013). Participar en ocupaciones con estos otros permite ganar confort, ayuda a renegociar identidades y genera sentimientos de pertenencia; ver por ejemplo: Heigl et al.(2011); Mondaca & Josephsson (2013); Nayar & Sterling (2013); Peralta-Catipon (2012); Rivas-Quarneti et al.(2013). Destaca aquí la noción de participar en estas ocupaciones como vivencias de espacios liminales. Así, Mondaca & Josephsson, (2013) y Peralta-Catipon (2009) describen cómo la participación en ocupaciones con otros que son considerados como iguales favorece la transformación positiva de las y los participantes ante los sufrimientos de su día a día (pasados o presentes).

En otras ocasiones los otros no son pares sino la familia. Realizar ocupaciones con la familia tras la migración también es clave para esta negociación de identidades, integración de nuevas ocupaciones y en definitiva, la adaptación al nuevo país. La familia se presenta como un espacio protegido en el que realizar, con las distintas generaciones que la conforman, ocupaciones que mantengan la cultura de origen pero también un espacio en el que se pueden explorar y comenzar a integrar nuevas ocupaciones relacionadas con la manera de funcionar de la nueva sociedad (Farias & Asaba, 2013; Krishnagiri et al., 2013; Lencucha et al., 2013).

También se emplean las ocupaciones para cuestionar el *statu quo*. Las propias personas inmigrantes reclaman que el proceso de integración no debe ser unidireccional sino que la sociedad de acogida necesita replantearse y cambiar para lograr la inclusión. Distintas investigaciones reportan cómo organizar y participar en ocupaciones compartidas con la gente del país de destino, como por ejemplo organizar una merienda chilena en Suecia (Farias & Asaba, 2013), participar en los desfiles de carnaval en España con folklore boliviano (Rivas-Quarneti et al., 2013), o participar con la comunidad de Nueva Zelanda en reuniones culturales indias (Nayar & Sterling, 2013), entre otros, es vivido por las personas participantes como un modo de desafiar ese *statu quo*.

4.2.5.3.-Salud, bienestar y ocupaciones

Además de las investigaciones que vinculaban su objetivo a comprender la relación entre la ocupación y la salud/bienestar, el conjunto de los estudios han aportado información sobre la relación de la participación en ocupaciones con la salud.

Las realidades descritas en los dos apartados anteriores plantean el escenario en el que comprender cómo se relaciona la salud/bienestar con las ocupaciones tras migrar en la literatura de la TO/CO. Para ello, en primer lugar es necesario clarificar que la concepción de salud/bienestar aproximada en la literatura revisada es amplia y engloba las dimensiones de bienestar físico, mental y social, huyendo de las concepciones positivistas de la misma (ver por ejemplo: Nayar et al., 2007; o Pereira & Stagnitti, 2008). Este bienestar global se ve comprometido por las durezas del día a día y los desafíos en la identidad/pertenencia. Por tanto, muchos de los elementos que se han ido elaborando como estrategias de afrontamiento de estas situaciones suponen también, elementos de mejora de ese bienestar.

De este modo, la complejidad del día a día genera situaciones que comprometen la salud mental de las personas inmigrantes: el trabajo puede llegar a ser "esclavitud psicológica" (Bailliard, 2013a, p. 350), o situaciones de la vida cotidiana en las que los participantes expresan que "no te sientes gente" (Rivas-Quarneti et al., 2013, p. 9) o los cambios en las ocupaciones de cuidado en el nuevo contexto (Hon et al., 2011) son algunos de estos ejemplos.

Asimismo, el bienestar social está comprometido puesto que en los resultados emerge con fuerza las situaciones de exclusión/ no inclusión que las personas inmigrantes viven en su día a día. Algunas de estas situaciones están relacionadas con elementos sensoriales del entorno (Bailliard, 2013b), con la legislación existente (Bailliard, 2013a; Huot et al., 2013; Mpofu & Hocking, 2013) y/o con los conflictos en el sentido de pertenencia (Heigl et al., 2011).

Esta revisión también ilustró cómo las ocupaciones contribuyen en las estrategias de afrontamiento y a la resiliencia de las personas inmigrantes. Para ello, participar en ocupaciones, culturalmente significativas y/o nuevas ocupaciones, con otros es especialmente relevante. Las características de este tipo de desempeño ocupacional que promueven la salud (mental y social) son la familiaridad y el confort en un contexto de día a día desafiante (Krishnagiri et al., 2013; Nayar & Sterling, 2013; Peralta-Catipon, 2012) o la realización de actividades que permitan olvidarse del complejo día a día (Heigl et al., 2011; Krishnagiri et al., 2013; Pereira & Stagnitti, 2008).

Finalmente, de forma secundaria, los estudios reportan que la salud es un factor importante que determina la posibilidad de participación en ocupaciones. Así, tener buena salud promueve la adaptación al nuevo contexto (Krishnagiri et al., 2013; Martins & Reid, 2007) y tener problemas de salud (por ejemplo efectos tardíos de poliomielitis, Santos-Tavares & Thorén-Jönsson, 2013; o diversidad funcional –de familiares- Hon et al., 2011) dificultan este proceso de adaptación o integración.

4.2.3.- Conclusiones y pertinencia del estudio

La revisión de la literatura realizada intenta dibujar el contexto, alcance y resultados de la investigación realizada en la TO y/o CO sobre las ocupaciones tras migrar. A continuación se realizará un breve resumen y descripción de las lagunas detectadas sobre las que se argumentará y sustentará la pertinencia de esta tesis doctoral.

4.2.3.1.- Sobre los contextos

Como se ha descrito en el apartado anterior, la mayoría de la investigación sobre inmigración desde la TO/CO se ha realizado en países desarrollados o centrales, cuya tradición como países receptores de inmigración es importante. Por el contrario, esta tesis doctoral se contextualiza en un país semi-periférico, España, que, además, no había sido país receptor de inmigración (sino expulsor) hasta principios del S. XXI. Es decir, el contexto que se han encontrado estos flujos migratorios es diferente en cuanto a la preparación del Estado y la sociedad para recibirlos. Además, el contexto de crisis socioeconómica actual del país dibuja una realidad distinta de tensiones políticosociales que directamente afectan a la población inmigrante (capítulo 3).

4.2.3.2.- Sobre las miradas

En cuanto a la aproximación, concepción y descripción de los perfiles de las personas inmigrantes participantes en los estudios revisados, se puede concluir que existe una gran diversidad. Sin embargo, en esta diversidad se ha notado la ausencia de una mirada crítica hacia el fenómeno de la migración. Es decir, a pesar de que las personas inmigrantes viven con frecuencia situaciones de vulnerabilidad sociosanitaria (capítulo 3), y que la TO y la CO (capítulo 4) reclaman una mirada crítica y hacia los márgenes de la sociedad (por ej.: situaciones de pobreza o exclusión, entre otros) esta mirada se diluye al aproximar la realidad de las personas inmigrantes. Si bien es cierto que existen estudios que describen las situaciones de vulnerabilidad sociosanitaria relacionada con la posición socioeconómica de las personas participantes (3 artículos de 29: el realizado por Heigl et al., 2011; y aquellos de Peralta-Catipon 2009, 2012) el posicionamiento epistemológico sobre la migración en sí está ausente o no es crítico.

Del mismo modo, la ausencia de esta mirada crítica también es llamativa puesto que, en la mayoría de los estudios, las personas participantes son mujeres pero ningún estudio emplea una perspectiva de género. Es igualmente llamativa esta ausencia de aproximación crítica cuando los resultados informan sobre situaciones de injusticia y desigualdad en el día a día de las personas inmigrantes.

4.2.3.3.- Sobre el fenómeno de estudio

En cuanto a los fenómenos aproximados (proceso de asentamiento, ocupación-salud-bienestar; migración cultura/identidad-ocupación; y ocupación como puerta de entrada) esta tesis doctoral supone una combinación e innovación de los mismos. Por un lado, el perfil de personas participantes en esta tesis doctoral se corresponde con el flujo migratorio que llegó a España en la primera década del S.XXI (antes de la crisis socioeconómica) y por tanto se puede decir que ya ha pasado ese proceso de asentamiento. Sin embargo, el contexto socioeconómico del país ha generado nuevas situaciones de vulnerabilidad en su vida cotidiana. Por ello se pretende comprender en profundidad qué ocurre con la salud y bienestar de estas personas en su día a día en la actualidad. Para ello se empleará la ocupación como puerta de entrada.

Las investigaciones revisadas han demostrado que emplear la ocupación como unidad de análisis en el contexto de la inmigración es una estrategia pertinente de generación de conocimiento complejo y rico sobre los procesos de adaptación, inclusión y renegociación de identidad (Gupta & Sullivan, 2013). Esto sustenta la propuesta de emplear la experiencia de participación en ocupaciones cotidianas para comprender en profundidad la interacción de los elementos sociales, culturales, económicos, políticos, personales, etc. imbuidos en la vida diaria de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad para poder aproximar las oportunidades de salud y bienestar en su día a día.

4.2.3.4.- Sobre las metodologías

La mayoría de los estudios emplearon metodología cualitativa, lo que parece confirmar la pertinencia de la misma para aproximar fenómenos complejos y subjetivos como son la ocupación y la salud/bienestar tras la migración.

4.2.4.- Objetivos y preguntas de investigación

Este estudio propone generar conocimiento y propuestas de acción que puedan contribuir a iluminar las lagunas detectadas en la literatura. Este estudio puede contribuir en relación a: a) el contexto del estudio: un país semi-periférico en contexto

de crisis socioeconómica, con mayores tensiones que afectan a la posición en el gradiente social de las personas inmigrantes, b) el posicionamiento desde la TO y CO crítica: buscando expresamente entender mejor situaciones donde los derechos ocupacionales y la salud y bienestar (físico, mental y social) se ven comprometidos, así como buscando proponer alternativas de mejora (compromiso con la transformación social) y c) la propuesta metodológica: la propuesta crítica de este estudio fluye desde el entendimiento de la salud y el bienestar, la TO y la CO, al paradigma de investigación y la metodología empleada.

Así, se establecieron como objetivos y preguntas de investigación:

Objetivo general:

Entender las experiencias de participación cotidiana en ocupaciones de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad; así como identificar los mediadores de salud y bienestar para vislumbrar una acción colaborativa de promoción de la salud.

Objetivos específicos:

1. Entender las experiencias de participación cotidiana en ocupaciones de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en España
2. Identificar los mediadores de salud, bienestar e inclusión.
3. Vislumbrar acciones colaborativas de promoción de la salud e inclusión.

Preguntas de investigación:

1. ¿Cómo negocian las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad sus ocupaciones diarias?
2. ¿Qué elementos funcionan como mediadores de salud, bienestar e inclusión?
3. ¿Qué estrategias se pueden llevar a cabo para promover su bienestar e inclusión?

Esta información puede contribuir al cuerpo teórico de la disciplina, a la emergencia y fortalecimiento de la TO crítica en España y a proponer acciones colaborativas que puedan mejorar la situación de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad.

Capítulo 5. Marco teórico y diseño del estudio

Este capítulo engloba dos apartados. El primero se denomina “Investigación Cualitativa: una mirada desde el Sur” y constituye el marco teórico de la investigación. En él se elabora la posición onto-epistemológica de la doctoranda, la orientación teórica y finaliza construyendo las potenciales contribuciones de esta propuesta teórica para alcanzar los objetivos del estudio. En una segunda sección, llamada “Diseño del Estudio” se describe el porqué, para qué y cómo se empleó la metodología, así como los métodos de generación y análisis de datos de la investigación. Además se elabora cómo se aseguró la calidad en el desarrollo de la investigación y se describen las consideraciones éticas del estudio.

5.1.- Investigación Cualitativa: una mirada desde el Sur

En este apartado se construye el marco teórico de la investigación, abordando la necesidad de emplear la investigación cualitativa, explicitando la posición onto-epistemológica dentro de ésta (paradigma sociocrítico) y vinculándola a la propuesta de crítica de Boaventura de Sousa Santos.

5.1.1.- Idoneidad de la investigación cualitativa

La investigación cualitativa es definida como "(...)una actividad sistemática orientada a la comprensión en profundidad de los fenómenos educativos y sociales, a la transformación de prácticas y escenarios socioeducativos, a la toma de decisiones y también hacia el descubrimiento y desarrollo de un cuerpo organizado de conocimientos" (Sandín-Esteban, 2003, p. 123). Asimismo, una de las obra referencia de este campo "The Sage Handbook of Qualitative Research"(Denzin & Lincoln, 2005), define la investigación cualitativa como:

“Una actividad situada que localiza al observador en el mundo. Consiste en un conjunto de prácticas materiales e interpretativas que hacen el mundo visible. Estas prácticas transforman el mundo. Convierten el mundo en una serie de representaciones, incluyendo notas de campo, entrevistas, fotografías, grabaciones, y memos del *self*. En este nivel, la investigación cualitativa implica una aproximación naturalista e interpretativa al mundo. Esto significa que los investigadores cualitativos estudian las cosas en sus entornos naturales, intentando darles sentido, o interpretar el fenómeno en términos del significado que las personas le otorgan”(original en inglés) (Denzin & Lincoln, 2005, p. 3).

Así, las características generales de la investigación cualitativa suelen aglutinarse en cinco ejes (Sandín-Esteban, 2003):

- Atención al contexto: la experiencia humana se perfila y tiene lugar en contextos determinados. Los fenómenos no pueden ser comprendidos si son separados de éste. Además, estos contextos son naturales, se buscan las respuestas en el mundo real.

- Abordaje global u holístico: las personas son entendidas como un todo indivisible. La persona investigadora debe desarrollar sensibilidad hacia las experiencias o situaciones en su globalidad.
- “Yo como instrumento”: la persona que investiga tiene un papel clave en la recogida de la información. Es esta persona la que se convierte en el principal instrumento de la investigación a través de la interacción con la realidad.
- Carácter interpretativo: En un sentido doble. El o la investigadora, debe elaborar o integrar sus hallazgos en un marco teórico, y por otra parte, debe acercarse a su experiencia particular desde los significados y la visión del mundo de las personas participantes en el estudio, a través de lo que se denomina una descripción densa.
- Reflexividad: esta característica es reivindicada, en la investigación cualitativa contemporánea, como la característica fundamental de todo estudio cualitativo. “Este concepto implica que debe prestarse especial atención a la forma en que diferentes elementos lingüísticos, sociales culturales, político y teóricos influyen de forma conjunta en el proceso de desarrollo del conocimiento (interpretación), en el lenguaje y la narrativa (formas de representación) e impregnan la producción de los textos (autoridad, legitimidad)”(Sandín-Esteban, 2003, p. 126). Además, este concepto implica la necesidad de reconocer los supuestos teóricos y personales de la persona que investiga.

Es decir, existen grandes diferencias entre la investigación cualitativa y la cuantitativa (Stake,1995):

- 1.- En cuanto a los propósitos del proceso de indagación, la investigación cuantitativa busca la explicación mientras que la cualitativa busca la comprensión.
- 2.- En relación al rol de la persona investigadora, el cual, en la investigación cuantitativa, es impersonal, alejado del objeto de estudio, mientras que en la investigación cualitativa es personal, en tanto en cuanto se interactúa con la realidad estudiada.
- 3.- En lo tocante al conocimiento, en investigación cuantitativa el conocimiento es descubierto, mientras que en cualitativa el conocimiento es construido.

Por todo ello, se optó por la investigación cualitativa como aproximación al fenómeno de estudio. A saber: tal y como se argumenta en los capítulos 3 y 4, el ámbito de la migración es complejo, multifacético y dinámico (Castles, 2010), al igual que la vida diaria de las personas inmigrantes laborales (Llorente & Pérez, 2010; Mujica & Talavera, 2006; Parella-Rubio & Samper, 2007). Además los constructos “bienestar” (capítulo 3) y “ocupación” (capítulo 4) tienen un gran componente subjetivo, contextual, y son socialmente construidos. Por todo ello, resultaba imprescindible aproximarse desde un abordaje holístico y contextualizado, para construir con las personas protagonistas de un modo reflexivo e interpretativo, su experiencia de participación en ocupaciones.

5.1.2- Diversidad dentro de la investigación cualitativa: ¿cuál es la metodología apropiada? Cuestión de paradigmas.

Se puede decir que existe un amplio grado de consenso en el mundo académico al entender la investigación cualitativa como aquellas perspectivas de investigación que emergen como alternativa al enfoque positivista (cuantitativo) (Sandín-Esteban, 2003). Sin embargo, dentro de este acuerdo generalizado, existen grandes divergencias en cuanto a qué es y cómo se realiza la investigación cualitativa, puesto que existe una gran variedad de maneras de llevar a cabo esta tarea. Esta diversidad de aproximaciones, teorías, técnicas y procedimientos disponibles es resultado de la expansión, difusión y evolución de los métodos cualitativos en distintas disciplinas a lo largo de la historia. Así, se puede afirmar que, en ningún otro momento, el o la investigador/a cualitativo/a ha tenido tanta variedad de métodos, técnicas, instrumentos, teorías, etc., a su alcance (Denzin & Lincoln, 2005; Rodríguez-Gómez, Gil Flores, & García-Jiménez, 1999).

Por ello, en la actualidad, la elección de la metodología apropiada para llevar a cabo un estudio es un proceso desafiante y desconcertante (Guba & Lincoln, 2005; Rodríguez-Gómez et al., 1999). Al profundizar en las opciones disponibles, las posibilidades se vuelven casi infinitas, existiendo incluso grandes incompatibilidades entre algunas de las aproximaciones que se puedan llegar a adoptar. Las mayores tensiones y contradicciones emergen de, y entre, los paradigmas (Guba & Lincoln, 2005). Paradigma, en este contexto metodológico, se define como un “conjunto de creencias y actitudes, como una visión del mundo compartida por un grupo de científicos que implica una metodología determinada”(Movilla-Fernández, 2009, p.94) o “visión del mundo como un marco

general que organiza todo nuestro enfoque para estar en el mundo”(original en inglés) (Heron & Reason, 1997, p. 274).

Los paradigmas se componen de distintos niveles interdependientes que permiten entender esa visión compartida del mundo. Así, se puede hablar del nivel: 1) ontológico, que hace referencia a la naturaleza de la realidad, a cómo se concibe el mundo, 2) el epistemológico: refiriéndose a los criterios de bondad y validez del conocimiento, es decir, qué es el conocimiento; y el nivel 3) el metodológico: que engloba las distintas vías o las teorías/justificación de cómo debería llevarse a cabo una investigación. Además de estos tres niveles, que conforman en sí mismos un paradigma, se suele incluir un cuarto nivel, que se ocupa de los métodos (o técnicas de generación y análisis de la información) (Carter & Little, 2007; Guba & Lincoln, 2005; Rodríguez-Gómez et al., 1999; Sandín-Esteban, 2003).

De este modo, el paradigma impregna e influye en todo el proceso de investigación: desde el objetivo de investigación, o la posición del investigador, hasta los criterios de validez. Además, la coherencia entre los distintos niveles se convierte en uno de los indicadores más importantes de calidad de la investigación cualitativa (Carter & Little, 2007).

5.1.3.- Paradigma de la investigación: Sociocrítico

“(…) el hecho de comenzar a plantearse la relación entre lo real y lo posible, en la educación o en la vida social, significa haberse embarcado ya en un proyecto crítico”
(Sandín-Esteban, 2003, p. 162)

Esta investigación se adscribe al paradigma sociocrítico, que se nutre de las teorías y análisis críticos, surgidos como intento de superación de los modelos positivistas e interpretativos del siglo XX (Albert-Gómez, 2007). Según algunos autores, la preocupación principal que generó la articulación de este paradigma, o visión compartida del mundo, ocurrió en Europa en el siglo XX ante el dominio de las ciencias positivistas, cuyos resultados se asumían como verdades casi absolutas, proclamándose como neutrales y asepticas (Albert-Gómez, 2007; Guba & Lincoln, 2005; Pérez-Serrano,

1990; Ureña, 2008). Un ejemplo de este fenómeno, se recoge en el capítulo 3 (apartado 3.2.2): en el S.XX predominaban los enfoques sanitarios positivistas, relegando otras concepciones a un segundo plano. A pesar de las grandes virtudes del positivismo, esta priorización desvalorizó otros saberes de gran importancia para poder aproximar la salud y el bienestar de personas y comunidades.

Desde esta preocupación surge el pensamiento crítico, fundamento de este paradigma, que busca recuperar elementos del pensamiento social como valores, juicios e intereses, para integrarlos en una nueva concepción de la ciencia (Albert-Gómez, 2007; Ureña, 2008). Se propone así una nueva manera de entender la realidad y la ciencia. Siguiendo a Albert-Gómez (2007) el paradigma sociocrítico se caracteriza por entender que ni la ciencia, ni las metodologías empleadas, son asépticas sino que siempre tienen unos intereses que parten de las necesidades humanas y se cristalizan en base a las condiciones sociales. Es decir, la objetividad de la ciencia positivista es cuestionada y se articula que la realidad ofrecida por la ciencia no es neutral sino que obedece a un determinado interés. Este mismo autor clasifica los posibles intereses como *técnico* (genera conocimiento para el control especializado de objetivos naturales), *práctico* (genera conocimiento interpretativo que informa y guía el juicio práctico) o *emancipatorio* (que pretende la capacitación de las personas para la participación y transformación social).

En esta visión compartida del mundo la realidad es dinámica, evolutiva y exalta una concepción democrática del conocimiento y de los procesos relacionados con su construcción; la teoría y la práctica mantienen una continua tensión dialéctica; está comprometida con la transformación de la realidad desde un prisma emancipador; los valores ocupan un lugar predominante; y la finalidad de la ciencia va más allá de explicar y comprender el mundo, se pretende y se prioriza la modificación del mundo (Albert-Gómez, 2007; Guba & Lincoln, 2005; Pérez-Serrano, 1990). Es decir, este paradigma incluye de forma explícita la ideología y auto-reflexión crítica en los procesos de generación del conocimiento, así como entiende sus objetivos últimos la transformación de las estructuras de las relaciones sociales y la respuesta a problemas surgidos de éstas, desde y con las personas implicadas en ellas.

“Desde el punto de vista crítico (...) [l]a investigación será el medio que posibilite a los sujetos a analizar la realidad, concienciarse de su situación e incorporar dinamismo a la evolución de los valores a la sociedad. Los

valores ocupan un lugar predominante en la perspectiva crítica; cualquier tipo de conocimiento y de ciencia lleva implícita una ideología que justifica y racionaliza las prácticas y manifestaciones sociales. Por tanto, la ciencia y el conocimiento pueden convertirse en medios de explotación o de liberación de los individuos, según el tipo de valores que los oriente”(Albert-Gómez, 2007, pp. 28-29).

5.1.4.- Orientación teórica: una propuesta desde las Epistemologías del Sur

5.1.4.1.- La Teoría Crítica

El término teoría crítica engloba un amplio abanico de tradiciones. Éstas están inspiradas en distintos pensadores como por ejemplo Marx, Kant, Hegel, Weber, Foucault, Habermas, Derrida, Paulo Freire, Irigaray, Kristeva, Cixous, Bakhtin o Vygotsky (Kincheloe & McLaren, 2005).

Así, se entiende que “teoría crítica” es un término “paraguas”, que incluye corrientes de pensamiento tan variadas como el Marxismo, el feminismo radical, estudios post-coloniales, la teoría queer, o la Escuela de Frankfurt, que convergen y divergen entre ellas (Rudman, 2011; Sayer, 2009). Es decir, la teoría crítica, no debe ser tratada como una teoría universal, un pensamiento homogéneo o una estrategia única sino como un caleidoscopio de miradas y entendimientos.

Sin embargo, de todas ellas pueden extraerse una serie de factores comunes subyacentes que dibujan, con los matices mencionados, las características que aglutinan el término. Algunos autores (Kincheloe & Steinberg, 1997; Kincheloe & McLaren, 2005) listan estas características como sigue: para la teoría crítica 1) todo pensamiento está mediado por relaciones de poder construidas social e históricamente, 2) los hechos no pueden ser nunca aislados de alguna forma de ideología o valores, 3) la relación entre significado y significante no es nunca estable o fija y es frecuentemente mediada por las relaciones de producción y consumo capitalista, 4) el lenguaje es central a la formación de la subjetividad (conciencia consciente o inconsciente), 5) ciertos grupos en la sociedad y

ciertas sociedades son privilegiados y otros oprimidos¹⁹, 6) la opresión tiene muchas caras por lo que, centrarse en una obviando otras (por ejemplo: clase versus racismo) puede eludir las interconexiones existentes, y 7) las formas convencionales de ciencia suelen reproducir, mayoritariamente de forma involuntaria, sistemas opresores de clase, etnicidad y género.

De forma similar, otros autores, describen las características de la teoría crítica desde su posición ontológica: el realismo histórico. Desde esta cosmovisión la realidad está modelada a lo largo del tiempo por la interacción de lo social, político, económico, cultural, de género y otros factores, de tal forma que, en el mundo social, se materializan en estructuras y sistemas concretos (Guba & Lincoln, 2005; Rudman, 2011). Estas estructuras y sistemas generan privilegios para determinados grupos mientras oprimen a otros. Es decir generan exclusión, injusticia y sufrimiento humano evitable. Asimismo pasan a ser “entendidas y vividas como naturales, incambiables y “reales” (original en inglés) (Rudman, 2011, p. 102).

Por todo ello, los investigadores que trabajan desde una perspectiva crítica buscan: deconstruir las percepciones ideológicamente formadas de la realidad y tomadas como naturales, especialmente aquellas imbuidas en las dinámicas de poder de las estructuras mencionadas; crear espacios para el diálogo y la acción transformadora; generar conocimiento y alternativas que desafíen el *statu quo* que mantiene estas situaciones de injusticia; y conciben su trabajo como una forma de crítica social y/o cultural (Guba & Lincoln, 2005; Kincheloe & McLaren, 2005; Rudman, 2011; Sayer, 2009). Es decir, para las y los pensadores críticos, el cambio social, la emancipación, crear un mundo más justo, son el fin último.

5.1.4.1.- ¿Por qué se emplea la teoría crítica en este estudio?

Este estudio se realiza desde una orientación crítica por dos motivos principalmente: 1) el primero quedaba descrito en el capítulo 3: la situación de vulnerabilidad que viven estas mujeres tiene sus raíces en la distribución desigual de poder y recursos (determinantes estructurales e intermedios de la salud), que en el mundo globalizado de hoy en día, favorece a unos grupos y oprime a otros. Esto genera, de un modo injusto, situaciones

¹⁹ Esta relación de opresión que caracteriza a las sociedades actuales es todavía mayor cuando los grupos oprimidos aceptan ese estado como algo natural, inevitable o necesario.

de sufrimiento que tienen consecuencias en la salud y el bienestar de las mujeres inmigrantes que viven en España durante el período de crisis económica. Además, estas situaciones son frecuentemente vistas como naturales o inevitables, por lo que la teoría crítica es fundamental para desenmascarar estas afirmaciones y generar alternativas de cambio.

2) El segundo motivo, está relacionado con el llamamiento de la TO y la CO (capítulo 4) a mover las fronteras hacia una disciplina socialmente más responsable (Galheigo, 2011b; Kronenberg et al., 2006; Whiteford & Hocking, 2012; WFOT, 2009). Para ello, como señala Rudman (2011), es necesario incorporar teorías y metodologías de investigación que consideren el papel de las dinámicas de poder, aspectos socioeconómicos, políticos, etc., que son clave en la generación y perpetuación de injusticias ocupacionales. Por ello, con este estudio se pretende construir una CO y una TO más comprometida con la transformación social, desde una perspectiva ocupacional que desafíe el *statu quo* en el caso de las situaciones vividas por las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en Galicia.

5.1.4.2.- Una nueva mirada: Las Epistemologías del Sur de Boaventura de Sousa Santos

Entre la multitud de corrientes en el pensamiento crítico, se escoge para este estudio la propuesta de *renovación crítica* del Dr. en Sociología del Derecho por la Universidad de Yale, Boaventura de Sousa Santos. Según Tamayo (2013a), el autor portugués lleva más de tres décadas intentando dar respuesta, de un modo creativo, transgresor, innovador y riguroso a las preguntas que se hacen los pensadores críticos, para las que la Modernidad, bajo su perspectiva, no tiene respuestas satisfactorias: ¿por qué sigue existiendo el sufrimiento humano injusto?, ¿cómo se puede cambiar?, ¿qué alternativas existen o deben ser creadas para este fin?

Santos sostiene que "en el mundo, (...) hay alternativas prácticas al actual *statu quo* que no son consideradas o valoradas simplemente porque tales alternativas no son visibles ni creíbles para nuestras maneras de pensar. (...) por lo tanto, (...) no necesitamos alternativas, sino más bien maneras alternativas de pensamiento" (Santos, 2011, p. 18). Llega a esta conclusión tras analizar las limitaciones del pensamiento occidental hegemónico para ofrecer soluciones a este sufrimiento humano injusto. Para articular esa manera alternativa de pensar, Santos bebe de la teoría crítica y se empapa de las

prácticas y saberes de América Latina, desde el Sur, para superar estas limitaciones y proponer una nueva epistemología (Santos, 2011).

En los próximos apartados se explicará cómo y por qué Boaventura de Sousa Santos llega a plantear una nueva manera de comprender el conocimiento y su relevancia para transformar la sociedad. Se describirá su propuesta: *Epistemologías del Sur*. Posteriormente se elaborará por qué y cómo su propuesta crítica informa esta tesis doctoral.

5.1.4.2.1.- El agotamiento de la Modernidad y la transición paradigmática

La propuesta *Epistemologías del Sur*, tiene su origen en la constatación de que las promesas de la Modernidad, como la libertad, la igualdad y la paz, no son reales y no parecen posibles en el mundo actual (Santos, 2014; Tamayo, 2013a, 2013b).

Para Santos la promesa de un mundo mejor era el leitmotiv de la Modernidad. Este autor entiende esta promesa como una tensión, resultado de la diferencia entre las experiencias de la gente - muchas veces infelices, de sufrimiento y opresoras- y las expectativas de una vida mejor. Sin embargo hoy en día, argumenta, se ha roto esa tensión transformadora: las expectativas de la mayoría de la población mundial no son mejores (cuando no peores) que las experiencias cotidianas (Santos, 2006). La imposibilidad de dar respuestas desde el paradigma de la Modernidad es una señal de que éste está agotado. Así, concluye que existen problemas modernos que no pueden ser solucionados desde la Modernidad (Santos, 2006, 2014; Tamayo, 2013a)

Dentro de este pensamiento occidental moderno o paradigma de Modernidad (como lo denomina el propio autor) también se encuentra la teoría crítica. Y según él, ésta tampoco consigue generar alternativas eficaces para transformar la realidad. Esto es debido a que las alternativas que propone siguen enmarcadas en el pensamiento occidental hegemónico, fundamentalmente eurocéntrico que, por su modo de operar (ver siguiente apartado) finalmente convierte las energías liberadoras en energías reguladoras, imposibilitando el cambio real. De este modo mantienen el *statu quo* paradigmático que es más excluyente que inclusivo en todos los niveles: desde la vida diaria hasta el pensamiento y viceversa (Santos, 2014; Tamayo, 2013b). Pero, aunque los instrumentos de la modernidad estén agotados “no está en crisis la idea de que

necesitamos una sociedad mejor, de que necesitamos una sociedad más justa” (Santos, 2006, p. 14). Huye así del *posmodernismo celebratorio* y se sitúa en lo que denomina, *posmodernismo de oposición*, articulando una renovación de la teoría crítica (Santos, 2006) invitando a que ésta sea un nuevo sentido común emancipador (Tamayo, 2013a). Es, por tanto, para este académico un momento de transición paradigmática.

5.1.4.2.2.- *La razón indolente y el pensamiento abismal*

Para llegar a dibujar el paradigma emergente, este nuevo sentido común emancipador, Santos profundiza en los motivos del agotamiento de la Modernidad. A diferencia de otras tradiciones, para este pensador crítico, las relaciones de poder asimétricas, tanto en la vida diaria como en el pensamiento occidental, tienen su origen en el colonialismo y el capitalismo, que siguen operando en la sociedad actual global. La subestimación en distintos grados de la presencia de este binomio, y la imposibilidad de superación de los mismos, son para el autor, los motivos por los cuales otros pensamientos hegemónicos, y en concreto la teoría crítica occidental, predominantemente eurocéntrica, no consigue responder a los desafíos e interrogantes actuales. Así, el paradigma occidental moderno hegemónico es para Santos un pensamiento abismal (Santos, 2010, 2014).

El pensamiento abismal surge como consecuencia de lo que denomina la *razón indolente* que construye líneas visibles e invisibles que, de forma unilateral, definen qué existe y qué es válido, silenciando aquello al otro lado de la línea (Santos, 2006, 2014). Para Santos hay dos características claves de la *razón indolente*, a saber: la *razón metonímica*, que toma el todo por las partes, y la *razón proléptica*, que se cree conocedora del futuro. La consecuencia de ambas es la totalidad de este pensamiento occidental hegemónico, que no está interesado por nada que quede fuera de él mismo, y se cree conocedor de lo que va a pasar en el futuro: un continuo progreso sin fin (Santos, 2006).

Este pensamiento abismal opera a través de cinco *monoculturas* (tabla 5.1) que producen ausencias (Santos, 2010). Santos, de forma metafórica, que puede coincidir o no en lo literal, denomina al otro lado de la línea el *Sur*: lo producido como ausente, todo aquello que no se adecúa a los objetivos del colonialismo y capitalismo que actúan en la sociedad global hegemónica (Santos & Meneses, 2014).

Así, estas cinco *monoculturas* desperdician la riqueza del mundo, desperdician la experiencia, desperdician lo que va más allá del pensamiento abismal, negando la oportunidad de encontrar y utilizar alternativas, respuestas y cambios que logren el objetivo de todo pensador crítico: construir una sociedad más justa e igualitaria (Santos 2006, 2010, 2014; Tamayo, 2013a). Es decir, todo aquello que queda fuera de lo considerado valioso por este pensamiento abismal, generado desde los valores y miradas del colonialismo y el capitalismo, es invisibilizado o tomado como no valioso. Por ejemplo, la ciencia tradicional positivista, como los resultados de estudios de casos y controles, tienen una supremacía ante otros conocimientos como los saberes indígenas en cuanto a la explotación de la tierra (Santos, 2006). Del mismo modo, existen grupos que están de este lado de la línea, y otros del otro lado. En esta investigación, la realidad de las mujeres latinoamericanas en situación de vulnerabilidad puede enmarcarse dentro de las realidades invisibilizadas por el pensamiento abismal.

De este modo, una de las tesis centrales del pensamiento de Boaventura de Sousa Santos es que "[l]a injusticia social global está (...) íntimamente unida a la injusticia cognitiva global. La batalla por la justicia social debe, por lo tanto, ser también una batalla por la justicia cognitiva global. Para alcanzar el éxito, esta batalla requiere un nuevo tipo de pensamiento, un pensamiento postabismal" (Santos, 2014, p. 29). Es decir, no se puede transformar la realidad injusta, la que no consigue cumplir las promesas de la Modernidad, sin comprender que la generación de estas desigualdades está íntimamente relacionada con una manera de entender el conocimiento en la Modernidad que es desigual, arbitraria e injusta, creada por el pensamiento abismal desde los intereses del colonialismo y el capitalismo.

5.1.4.2.3.- Epistemologías del Sur

Para superar el pensamiento abismal, Santos propone las Epistemologías del Sur, como forma de traer lo ausente como presente a través de una nueva concepción del mundo y el conocimiento. Los conceptos centrales de las Epistemologías del Sur son a) la ecología de saberes y b) la traducción intercultural (Santos, 2011).

a) La ecología de saberes:

El autor propone cinco ecologías de saberes, como respuesta a las cinco monoculturas que generan ausencia. Estas ecologías consiguen integrar uno y otro lado de la línea trazada por el pensamiento abismal (Tabla 5.1)

Tabla 5.1
Monoculturas y ecologías de saberes

Monocultura:	Características	Ecología	Características
del saber	el único saber es el conocimiento científico	de los distintos saberes	la ciencia como parte de una ecología más amplia de saberes. Un uso contrahegemónico de la ciencia.
del progreso	La historia tiene un sentido único: el progreso. Por delante va el mundo desarrollado, todo lo demás es residual.	de las temporalidades	entiende las distintas temporalidades como forma de vivir la contemporaneidad sin establecer juicios de valor.
de la naturalización	cree que las jerarquías por razones de raza, etnia, clase o género son naturales, por tanto inmodificables.	de los reconocimientos	en las diferencias es necesario descolonizar el pensamiento para, distinguir lo que es producto de la jerarquía y lo que no. Así, aceptar las diferencias que queden después de desechar las jerarquías.
de lo universal como único válido	lo contextual u opuesto a universal carece de validez.	de las transeescalas	articular escalas locales, nacionales y globales. Cada una de ellas es válida independientemente y también de forma interconectada.
de la productividad	el crecimiento económico es un objetivo racional incuestionable (personas y naturaleza).	de las producciones y distribuciones sociales	recuperar y valorizar sistemas alternativos de producción que la ortodoxia capitalista desacreditó.

Fuente: Elaboración propia en base Santos, B.D.S. (2006). *Renovar la teoría crítica y reinventar la emancipación social: encuentros en Buenos Aires*. CLACSO, Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales & Tamayo, J. (2013b). Boaventura de Sousa Santos: *Hacia una sociología de las ausencias y las emergencias. Utopía y Praxis Latinoamericana*, 16 (54), 41-49.

La ecología de saberes es una invitación a la promoción de un diálogo entre distintos saberes en igualdad de oportunidades. Abraza la diversidad epistemológica del mundo y niega una epistemología universal. En especial, Santos considera fundamental que, en esta nueva constelación epistemológica, reaparezcan aquellos saberes y actores sociales silenciados e invisibilizados por el pensamiento abismal. Es la única manera de superar el pensamiento abismal y poder ofrecer soluciones a las situaciones que la Modernidad no ha sabido responder. Así, las Epistemologías del Sur son:

"(...) el reclamo de nuevos procesos de producción y de valoración de conocimientos válidos, científicos y no científicos, y de nuevas relaciones

entre diferentes tipos de conocimiento, a partir de las prácticas de las clases y grupos sociales que han sufrido de manera sistemática las injustas desigualdades y las discriminaciones causadas por el capitalismo y por el colonialismo. El Sur global no es entonces un concepto geográfico (...) Es más bien una metáfora del sufrimiento humano causado por el capitalismo y el colonialismo a nivel global y de la resistencia para superarlo o minimizarlo. Es por eso un Sur anticapitalista, anticolonial y anti-imperialista. Es un Sur que existe también en el Norte global, en la forma de poblaciones excluidas, silenciadas y marginadas como son los inmigrantes sin papeles, los desempleados, las minorías étnicas o religiosas, las víctimas de sexismo, la homofobia y el racismo (de Sousa-Santos, 2011, p. 35)".

Otra característica clave de la ecología de saberes es la concepción del conocimiento como una intervención en la realidad y no una representación de la realidad. Es decir, las construcciones cognitivas son valoradas en tanto en cuanto su intervención en el mundo. Por ello, así como nadie duda del valor de las intervenciones tecnológicas en el mundo, es básico comprender que otro tipo de conocimiento posibilita otro tipo de intervenciones en el mundo real, extremadamente valiosas (Santos, 2014).

Santos propone sustituir las jerarquías universales y abstractas de los conocimientos por jerarquías contextualizadas. Es decir, coherentemente con su teoría, serían prioritarias las formas de conocimiento que garanticen el mayor nivel de participación de los grupos involucrados en el diseño, ejecución, control y beneficios de la intervención (Santos, 2010).

Paralelamente, la ecología de saberes deja a un lado el debate agencia vs estructura, y se centra la *acción con clinamen*²⁰ como oposición a la acción conformista. La *acción con clinamen* se diferencia de la acción revolucionaria en tanto en cuanto no rompe con el pasado, sino que lo asume y redime, al tiempo que se desvía de él. Estas desviaciones, que pueden ser leves, de forma acumulativa generarán combinaciones complejas y creativas, que lleven al cambio deseado (Santos, 2014). De este modo, la

²⁰ Clinamen: "Término latino acuñado por Lucrecio (Titus Lucretius Carus) seguidor de la filosofía de Epicuro, para traducir el griego "parénklesis" con el que Epicuro se refería a la desviación espontánea de la trayectoria rectilínea que experimentaban los átomos para explicar su agregación con otros átomos. El clinamen es, pues, la espontánea desviación de la trayectoria de los átomos, que rompe la cadena causal, determinista, de su movimiento, introduciendo así un fundamento físico para justificar la acción libre, en los seres humanos, y el azar" (original en gallego) (Fouce, 2013, párr.1).

acción con clinamen desafía lo rutinario y repetitivo, las relaciones causa-efecto: desafía el *statu quo*.

Por tanto, trabajar desde y hacia unas Epistemologías del Sur, "[c]onsiste, por una parte, en explorar prácticas científicas alternativas que se han hecho visibles a través de las epistemologías plurales de las prácticas científicas y, por otra, en promover la interdependencia entre los conocimientos científicos y no científicos" (Santos, 2011, p. 36).

b) La traducción intercultural

El segundo elemento clave de las Epistemologías del Sur es la traducción intercultural. En su propuesta epistemológica, como se describía en el apartado anterior, explicita que es necesario teorizar sobre la imposibilidad de una teoría general, de un paradigma único. Esta posición implica el riesgo de fragmentar el conocimiento y dificultar la producción de sentido.

Para superar este límite propone un proceso de traducción que articule estos conocimientos. Es una traducción intercultural, intersocial, que busca traducir saberes en otros saberes, sin fagocitarlos, sin homogeneizarlos. Es decir busca "crear inteligibilidad sin destruir la diversidad" (Santos, 2006, p. 32). Utiliza como ejemplo los movimientos indígenas, que no hablan de emancipación social sino de dignidad y respeto. Los movimientos feministas emplean el término liberación. Lo que propone Santos es buscar las similitudes y diferencias entre conceptos con el objetivo de entenderse y construir conjuntamente, ya que hay muchos lenguajes para hablar de un futuro mejor. Esta traducción es la manera de buscar la justicia cognitiva, es decir la justicia entre los conocimientos, condición *sine qua non* para la justicia social global (Santos, 2006, 2010, 2014).

5.1.4.3.- Epistemologías del sur y la promoción de la salud de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad

Mirar la realidad de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad desde las Epistemologías del Sur permite: 1) entender cómo el pensamiento abismal ha podido dejar al otro lado de la línea saberes que pueden contribuir al cambio de la situación, 2)

comprender que sus realidades se corresponden con el Sur global, en el Norte Global, y 3) posicionar la justicia cognitiva como elemento central para la construcción de una realidad más justa.

Por ello, en esta investigación se busca generar el espacio para crear el conocimiento con y desde el Sur. Es decir, construir el conocimiento con estas mujeres. Traer como presente lo ausente.

La ecología de saberes permite:

1) Entender que el conocimiento desde el Sur, contextual y local, es igual de valioso que otros, y fundamental para pensar de modo diferente en las alternativas que se propongan.

2) Huir de las dicotomías del paradigma occidental hegemónico, que no tienen sentido en una concepción compleja de la salud, donde la combinación de lo social, físico y mental es inextricable. Aunque las dicotomías y el pensamiento positivista son de vital importancia, también lo es esta concepción compleja e interrelacionada de la salud y las intervenciones desde ella.

3) Superar otra dicotomía, la de agencia versus estructura, mediante la noción de *acción clinamen*. Esta dicotomía puede bloquear el pensamiento si se busca la causa de las situaciones de vulnerabilidad de estas mujeres, y en consecuencia las alternativas para el cambio, en los elementos estructurales (determinantes estructurales de la salud) o se pone el peso en el individuo (características y acciones de la persona). Superar esta dicotomía, permite centrar los esfuerzos en la acción transformadora, que inicie un camino diferente, que desafíe el *statu quo* en busca de esa mejora.

4) Entender la importancia de la acción que del conocimiento desde el Sur se pueda crear, desde la jerarquía contextual de saberes. Así pone en valor metodologías como la Investigación Participativa, empleada en este estudio, como se describe en la siguiente sección.

Finalmente la traducción intercultural permite:

1) el diálogo entre distintos saberes, en este caso los de las protagonistas y otros actores sociales relevantes, con el discurso científico de la TO y la CO, así como de otras disciplinas, para promover la *acción clinamen*.

2) contribuir de modo global a la búsqueda de la dignidad humana.

Así, la propuesta epistemológica de Boaventura de Sousa Santos es fundamental para generar y entender la relevancia de las alternativas para la promoción de la salud construidas conjuntamente y luchar por una justicia cognitiva global, en la batalla por la justicia social global.

Por ello, esta posición onto-epistemológica es la que guía, nutre y matiza la metodología empleada en este estudio: la Investigación Participativa en Salud.

5.2.- Diseño del estudio

En este apartado se define y describe la Investigación Participativa en Salud (IPS) así como se argumenta su uso como metodología coherente con la construcción teórica elaborada hasta el momento (marco conceptual-capítulos 3 y 4-, y marco teórico - teoría crítica Boaventura de Sousa Santos- apartado 5.1-). Posteriormente se detalla cómo esta propuesta metodológica fue implementada en el estudio.

5.2.1.- Investigación Participativa en Salud desde el Sur

5.2.1.1.- Concepto y raíces de la IP

El concepto investigación participativa (IP), de forma genérica, engloba multitud de aproximaciones que de una manera u otra implican la participación de las personas o grupos ajenos a la academia en el proceso de investigación (Ismail, 2009) . Así, el gran abanico de métodos, contextos, entornos y formas en que la IP tiene lugar en la práctica (Wright, Gardner, Roche, von Unger, & Ainlay, 2010), pueden reconocerse como tal puesto que se corresponden con una "(...) investigación sistemática con la colaboración de aquellas [personas] afectadas por el tema de estudio, para los propósitos de educación y adopción de medidas o efectuar el cambio⁽⁴¹⁾" (original en inglés) (Cargo & Mercer, 2008, p. 327).

Las raíces de la investigación participativa se hunden en distintas tradiciones y contextos sociohistóricos que tienen en común su vinculación con movimientos sociales que buscan

una sociedad más justa, democrática e inclusiva (International Collaboration for Participatory Health Research, 2013). En otras disciplinas, como por ejemplo la educación, la investigación participativa ha tenido una consolidación mayor que en las Ciencias de la Salud (Wright et al., 2010). Por ello, la Red de Colaboración para la Investigación Participativa en Salud -International Collaboration for Participatory Health Research (ICPHR)- (Wright et al., 2010) hace hincapié en denominar a este tipo de investigación en el contexto sociosanitario como *Investigación Participativa en Salud* con el doble objetivo de: a) aglutinar bajo este término la diversidad de aproximaciones cuyas características corresponden con la IP en Ciencias de la Salud, así como b) diferenciar la contribución específica que la IP puede realizar en Ciencias de la Salud donde otras metodologías y tradiciones tienen un lugar claro (Wright et al., 2010) con una posición predominante en la jerarquía, asumida como la válida, en los niveles de evidencia en Ciencias de la Salud (por ejemplo: estudio de casos y controles).

Algunos de los factores históricos y sociales que favorecieron la aparición y expansión de este tipo de investigación en Ciencias de la Salud, según Ismail (2009) son patrones de cambio social vividos en el último siglo, en los que incluye el cambio en el concepto de salud y enfermedad (al que se refiere el capítulo 3 de este documento), la demanda de distintos actores sociales por el cumplimiento de derechos y participación de grupos minoritarios u oprimidos en la sociedad (incluida las profesiones sociosanitarias, como la TO, capítulo 4), la voluntad de participación en la toma de decisiones e investigación en Ciencias de la Salud de la población en general, así como la demanda por una mayor rendición de cuentas.

Este mismo autor señala que, desde distintos ámbitos, se han aportado argumentos filosóficos que subyacen y validan el empleo de esta metodología. Por un lado, desde la filosofía política, éstos serían las nociones de empoderamiento así como de democratización del conocimiento y la ciencia; por otro, desde la práctica de la investigación, se considera que la participación de las personas implicadas en el tema del estudio contribuye a la validez y calidad de la investigación y; finalmente desde la ética, la IPS contribuye a la devolución de los aportes de la investigación a la propia comunidad así como produce conocimiento social y culturalmente relevante (Ismail, 2009).

5.2.1.2.- Características de la IPS

Como se ha comentado, la IPS puede adoptar multitud de formas dependiendo de las tradiciones empleadas, el contexto socio histórico, la comunidad en que y con quien se realice o las disciplinas desde las que se entienda la realidad. De hecho, diversos autores señalan que esta diversidad es necesaria, puesto que para cumplir los principios de la IPS, ésta debe ser adaptada al contexto y las personas que participan en la misma (Cargo & Mercer, 2008; George, Daniel, & Green, 2006; ICPHR, 2013) y que “la integración de la experiencia teórico-metodológica de las personas investigadoras así como de las experiencias del “mundo-real” de las personas participantes que no pertenecen a la academia, en una alianza mutuamente beneficiosa, es una de las fortalezas clave “(original en inglés) (Cargo & Mercer, 2008, p. 327) de esta metodología.

Por ello, es fundamental conocer las características de la IPS. Esto permite entender y adaptar de forma coherente esta metodología a la realidad en la que se está investigando. Por este motivo, a continuación se presentarán las características de la IPS, para posteriormente argumentar su relación con las epistemologías del Sur (apartado 5.2.1.3), qué bondades aporta esta metodología al estudio (5.2.1.4) para finalizar describiendo cómo se realizó este estudio en concreto (5.2.2).

Para cumplir con este objetivo se empleará el documento de posicionamiento sobre IPS de la Red de Colaboración para la Investigación Participativa en Salud (ICPHR, 2013). Este documento es el resultado de la cooperación internacional de personas expertas en la materia que trabajan para comprender en profundidad y en su diversidad qué es la IPS, así como para “reunir todo lo que [saben] de forma sistemática y colectivamente desarrollar y clarificar las premisas teóricas, los estándares científicos y la metodología de la IPS”(original en inglés) (Wright et al., 2010, p. 33). El trabajo de esta red tiene también como objetivo generar recursos que repercutan en la manera en que la IPS es diseñada, llevada a cabo y evaluada en Ciencias de la Salud por lo que parece pertinente emplearla para informar el diseño de esta investigación.

Así, siguiendo el trabajo de estos autores (ICPHR, 2013) la IPS tiene algunas características clave: es participativa; pretende la transformación social; promueve la reflexividad crítica; es un proceso de investigación colectiva, que se caracteriza por el

desorden, situado en lo local y que produce conocimiento local, colectivo, co-creado, dialógico y diverso; y sigue criterios específicos de rigor.

a) Participativa: esta metodología tiene como premisa básica y distintiva la participación de las personas cuya realidad sea foco del estudio en todas las etapas del proceso de investigación. Es decir, la investigación no se realiza sobre las personas, sino con las personas. De esta forma se podrán generar alternativas para mejorar la realidad que les incumbe.

Sin renunciar a que la participación sea clave en el proceso, existe un abanico de alternativas en cuanto a su nivel. En las tablas 5.2 y 5.3, se recogen sendos ejemplos de escalas que clasifican estos niveles de acuerdo a la implicación de las personas participantes, así como a la intención de la investigación.

Tabla 5.2

Tipos de IPS de acuerdo a la implicación de las y los participantes

Niveles de participación	Co-opción	Conformidad	Consulta	Cooperación	Co-aprendizaje	Acción colectiva
Descripción	Se escogen representantes simbólicos pero no tienen poder real en la investigación	Personas ajenas a la realidad deciden la agenda de la investigación y asignan tareas a los participantes	Se solicita la opinión de las personas de la comunidad pero las decisiones en cuanto al curso de la acción la toman los investigadores externos	Personas de la comunidad e investigadores ajenos a la misma determinan conjuntamente prioridades, pero son éstos últimos quienes dirigen el proceso	Personas de la comunidad y ajenas comparten su conocimiento para crear un nuevo entendimiento de la situación y trabajan juntas para crear planes de acción.	Personas de la comunidad determinan su agenda y se movilizan para desarrollar la investigación, sin nadie externo que inicie la acción, ni facilitadores.

Fuente: Elaboración propia en base a International Collaboration for Participatory Health Research. (2013). *What is Participatory Health Research? Position paper No. 1*(p.7). Recuperado de: http://www.icphr.org/uploads/2/0/3/9/20399575/ichpr_position_paper_1_defintion_-_version_may_2013.pdf

Tabla 5.3

Tipos de IPS de acuerdo a la intención de la investigación

Niveles de participación	Normativo	Sustancial	Intrumental
Descripción	Se incentiva el aprendizaje social e individual	Se incentivan las múltiples perspectivas para mejorar el entendimiento e identificar soluciones	Se busca reducir el conflicto y contribuir en la acción

Fuente: Elaboración propia en base a International Collaboration for Participatory Health Research. (2013). *What is Participatory Health Research? Position paper No. 1*(p.8). Recuperado de: http://www.icphr.org/uploads/2/0/3/9/20399575/ichpr_position_paper_1_defintion_-_version_may_2013.pdf

b) Transformación social: Esta metodología, de forma explícita, busca la transformación social como resultado del proceso de investigación. Este cambio social positivo puede producirse de varias formas: la acción para el cambio puede estar imbuida en el propio proceso de investigación; ser el objetivo de ésta y/o que el estudio desemboque (resultados) en un plan para una acción que transforme positivamente la realidad.

La forma de conseguir este cambio social es a través del empoderamiento de las propias personas participantes de la investigación. Se propone que, a través de la reflexión crítica y la generación de nuevo conocimiento, las personas se empoderen para poder llevar a cabo o proponer acciones que desemboquen en ese cambio. Además, este empoderamiento es fomentado a través de la participación descrita en el apartado anterior.

c) Reflexividad crítica: La IPS reconoce las diferencias de poder en el día a día y cómo esto afecta a la vida de las personas que participan en la investigación. Es decir, parte de una posición onto-epistemológica crítica (Paradigma Sociocrítico/ Teoría Crítica). Este entendimiento y explicitación de las desigualdades en la vida cotidiana, así como en las relaciones entre las personas, contribuye a generar nuevas conexiones entre divisiones "ficticias" como la teoría y la práctica o el "sujeto" y "objeto" de la investigación, creando así el abono para la producción del cambio social buscado.

Por ello, esta es una de las características clave "reforzar la reflexividad crítica para que se puedan desarrollar estrategias colectivas para el cambio que aproximen las causas sociales de los problemas de salud"(original en inglés) (ICPHR, 2013, p. 13).

d) Proceso colectivo, que produce conocimiento local, co-creado, dialógico y diverso: La IPS es por tanto un proceso colectivo, en el que participan distintos actores sociales de la realidad en que se estudia para generar las dinámicas anteriormente mencionadas. Así, este tipo de investigación se sitúa en lo local, en la realidad cotidiana, en un sistema sociohistórico concreto. Adaptarse y construirse sobre lo local implica elecciones metodológicas concretas. Estos autores señalan que, por ejemplo, pivotar sobre una realidad cotidiana genera que las narrativas de la historia local sean importantes para el proceso de la IPS, priorizando esta tradición metodológica/ método. Además, como consecuencia de todo lo descrito anteriormente, se busca y se genera conocimiento co-creado, dialógico, local y diverso con el objetivo de generar explicaciones plausibles ante una situación relacionada con la salud que pueda proveer de sustento para una

acción. Este conocimiento es reflexivo e incluye distintos puntos de vista en un “todo con sentido”, reconociendo, a través del diálogo, como válido y valioso los conocimientos de todos los participantes, siempre desde el respeto mutuo. Asimismo, la IPS, reconoce que el conocimiento nunca es estático, sino que siempre está en movimiento y nunca se acaba de co-construir.

Por todo ello el proceso de la IPS es flexible. Incluso puede ser definido como un proceso “desordenado” (en comparación con metodologías más lineales), sobre todo en los momentos en que se cuestionan y/o confrontan elementos que hasta el momento se daban por sentados.

e) Criterios específicos de rigor: Consecuentemente el rigor de este tipo de investigación es diferente al de otras. En concreto, se señalan (ICPHR, 2013) 6 tipos de validez: a) la participativa: hace referencia al grado de implicación de los actores en el proceso de investigación, dentro de lo posible en cada caso; b) la validez intersubjetiva: se refiere a el grado en que la investigación resulta plausible y significativa desde los puntos de vista de los diferentes participantes; c) la validez contextual: refiriéndose al grado en que la investigación se vincula con la realidad local; d) la validez catalítica: que hace referencia a la utilidad que tiene la investigación para generar alternativas para el cambio o transformación social; e) la validez ética: relacionada con la medida en que el proceso y los cambios vinculados a la investigación son justos; y f) la validez empática: refiriéndose al grado en que la investigación genera empatía entre los participantes.

Finalmente, este estudio enfatiza y se suma a la posición de algunos autores cuando señalan que “el elemento clave en de la investigación participativa reside no en los métodos sino en las actitudes de las personas investigadoras, que a su vez determinan cómo, por quién y para quién la investigación es conceptualizada y realizada” (original en inglés)(Cornwall & Jewkes, 1995, p. 1667).

5.2.1.3 .- IPS y las Epistemologías del Sur

En los apartados anteriores se han elaborado las características generales de la IPS. A continuación se articularán estas características con la propuesta Epistemologías del Sur, con el fin de contextualizar el cómo, por qué y para qué se emplea esta metodología en

el estudio, así como para explicitar la posición onto-epistemológica de la investigadora en la práctica concreta de la IPS de este estudio.

La propuesta de Boaventura de Sousa Santos prioriza elementos que resuenan en los planteamientos de la IPS. Por un lado, para poner en práctica su propuesta, es fundamental que reaparezcan las voces y saberes “*silenciados*”²¹ de aquellos grupos, como el de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad, que sufren las inequidades del mundo globalizado actual. Para ello, es prioritario que existan formas de conocimiento co-creadas, participadas de estas voces “*silenciadas*”. Esto es altamente coherente con la propuesta de la IPS de participación en la co-construcción y participación en el proceso de investigación.

Otro aspecto clave es entender y valorar el conocimiento de acuerdo a su grado de intervención en el mundo. Así, una metodología de investigación motivada y cuyo objetivo vertebrador del proceso es la generación de una propuesta de cambio en la realidad, es altamente coherente y de gran valor en esta nueva constelación de saberes propuesta por De Sousa-Santos.

Asimismo, se ha visto como las *Epistemologías del Sur* huyen de la dicotomía y abrazan la complejidad y diversidad epistemológica del mundo. Coherentemente la IPS se caracteriza por la flexibilidad, la búsqueda de un conocimiento local, co-creado, dialógico y diverso, tejiendo así una red que dé soporte al entendimiento de esta realidad poliédrica y dinámica.

Por otro lado, la noción de traducción intercultural puede contribuir a la generación de un entendimiento que vaya más allá de la especificidad de la situación de estas mujeres, hacia la resonancia con otras situaciones, de tal forma que se puedan generalizar teóricamente los resultados y así contribuir al uso contrahegemónico de la ciencia.

Por último, la *acción clinamen*, es una noción de gran utilidad en este estudio. Las características descritas de cómo y por qué se ha comenzado esta investigación (Capítulo 1 y Capítulo 2-estudio piloto-), cómo se ha evolucionado (reflexión capítulo 2), así como esta propuesta de IPS supone una alternativa creativa y compleja desde la que se cuestiona el *statu quo* de la situación de estas mujeres, y también del entendimiento

²¹ La concepción “silenciado” aquí, hace referencia a aquellos conocimientos y experiencias de las personas que viven en el Sur Global. Es decir, de las ausencias generadas por el conocimiento hegemónico del Norte Global y el pensamiento abismal.

desde la TO/CO (capítulo 4) de la realidad de las personas inmigrantes. Aunque esta investigación en sí misma no genere un cambio drástico, sí pretende sumarse a un movimiento de transformación social en busca de la justicia social y justicia cognitiva global. Idea que se corresponde con la noción de acción *clinamen*, que, como recuerda Santos, es consecuencia de una acción inconformista, que genera un cambio que, aunque leve, de forma acumulativa y compleja, contribuye a esa transformación social.

5.2.1.4 .- Contribución de la IPS al estudio

En definitiva, en este estudio se empleó la IPS para ganar entendimiento sobre las experiencias de participación cotidiana en ocupaciones de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad, así como identificar mediadores de salud y bienestar con el objetivo de vislumbrar una acción colaborativa de promoción de la salud. Esta metodología resultaba apropiada puesto que a) su fin último es la transformación social: en este estudio relacionada con dos niveles interconectados, la mejora de la situación de las protagonistas y la contribución a la TO/CO crítica en España; b) el proceso es participativo: lo que genera que las personas de la comunidad (mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad) y ajenas (investigadoras) compartan su conocimiento para crear un entendimiento nuevo (co-creado y contextualizado²²) de la situación (desde una perspectiva ocupacional) y colaboren para crear una agenda de cambios necesarios para la mejora de su cotidianidad; y c) flexible: lo que permitiría adaptar el proceso de investigación a la realidad única del contexto²³.

5.2.2.- Selección de participantes

La selección de participantes se realizó mediante muestreo propositivo (Bryman, 2012), es decir, los objetivos de investigación guiaron la selección, de tal modo que se buscó contactar con aquellas personas cuyas situaciones y características se correspondiesen

²² A partir de este momento la redacción cambiará de ser impersonal a personal. Es decir, se empleará la primera persona del singular con el fin de explicitar *mi* (doctoranda) contribución y reflexividad en el proceso de investigación, coherentemente con la metodología empleada. Asimismo, se empleará la primera persona del plural, *nosotras*, para denominar a la doctoranda y las directoras.

²³ Este proceso de ajuste de la investigación se elaborará con mayor profundidad en los apartados 5.2.2 (Selección de participantes), 5.2.3 (Ámbito de estudio y proceso de entrada al campo) y 5.2.5 (Proceso de generación de los datos).

con el fenómeno de interés. Para ello, establecí unos criterios de inclusión y exclusión que dibujarían este perfil (ver tabla 5.4). Estos criterios podrían cambiar si la realidad así lo demandase puesto que en todo momento se buscó contextualizar y adaptar el estudio a la realidad local.

Tabla 5.4
Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión		Argumentación
1.	Mujer	Género
2.	Llegada a España desde el año 2000 hasta el 2005-2006	Se corresponde al período del “boom” inmigratorio (Capítulo 3)
3.	Edad comprendida entre 26 y 47 años en el momento del estudio	Edad que tendrían en el momento de la entrada al campo el perfil de mujeres que inmigraron durante el “boom” inmigratorio
4.	Que trabaje o haya trabajado en el Servicio Doméstico	Posición socioeconómica
5.	Países de origen: Latinoamérica	Correspondencia con flujos migratorios
6.	Solicitase apoyo en una entidad social	Indica una situación de vulnerabilidad
Criterios de exclusión		Argumentación
7.	Solicitante de asilo internacional /Refugiado	Motivos de migración forzados y situación administrativa diferente

Fuente: Elaboración propia

En concreto, durante algunas conversaciones con personas que actuaron como porteras (ver siguiente apartado) dos de los criterios fueron flexibilizados. En esta primera entrada al campo me di cuenta de que era importante incluir a personas que, aunque no cumplirían los criterios inicialmente establecidos, formaban parte del fenómeno.

Por un lado, se amplió el criterio 2 a personas que hubiesen llegado a España hacía menos tiempo, ya que la situación de vulnerabilidad a la que hace referencia este estudio no afectaba sólo a las personas que hubiesen llegado con los flujos migratorios en el período del “boom”, sino también aquellas personas que hubiesen emigrado recientemente (en este caso el mínimo serían 6 meses de residencia en España). Además, incluir estos perfiles generaría una mayor diversidad en el grupo de participantes. Esto contribuiría a ampliar el entendimiento del fenómeno. Paralelamente, implicar a personas recién llegadas con personas que llevaban más tiempo en España podría ser potencialmente beneficioso para las participantes puesto que se podrían generar relaciones de apoyo mutuo (de especial utilidad para aquellas personas recién llegadas).

Por otra parte, se matizó el criterio 4: no sólo incluiría como potencial participante a aquellas personas que ya hubiesen trabajado en este empleo, sino también a aquellas que buscasen trabajo en este ámbito. Como se describía en el capítulo 3, es la posición socioeconómica la que genera situaciones de vulnerabilidad y buscar empleo en este ámbito en el contexto dado (solicitar ayuda en entidades sociales en contexto de crisis

socioeconómica y estar desempleada) se corresponde a esta posición social. Así, personas que anteriormente hubiesen conseguido trabajar en otros ámbitos, o no trabajasen, y en la actualidad buscasen empleo en este sector serían incluidas.

Además, en un primer momento consideramos que sería pertinente para alcanzar los objetivos de esta investigación involucrar a profesionales sociosanitarios que trabajasen en las entidades a las cuales acuden estas mujeres. Creímos que involucrar a más actores sociales sería positivo para establecer alianzas que contribuyesen a la transformación social, entender cómo las mujeres inmigrantes negocian sus ocupaciones diarias y proponer alternativas de mejora (en base a su experiencia con esta población). Sin embargo, una vez generados los primeros datos con ambos grupos, consideramos que no sólo era conveniente, sino éticamente más apropiado, abordar de forma separada ambos grupos en este estudio. Tomamos esta decisión puesto que en un análisis preliminar, los datos nos informaban de que existía una brecha mayor de la esperada entre mujeres y profesionales. Las historias de las mujeres hablaban de discriminación y presiones de los propios profesionales hacia ellas. Por ello, en este diseño participativo, creímos conveniente priorizar la experiencia de las mujeres, establecer una relación de confianza con las participantes y no forzar la colaboración en un contexto de diferencias de poder tan acusadas. Hemos previsto explorar los datos generados con las y los profesionales una vez finalizado este estudio.

5.2.3.-Ámbito de estudio y proceso de entrada al campo

Como se ha elaborado en el capítulo 1, la investigación surge en el que fuera mi contexto laboral como terapeuta ocupacional, en una entidad que presta apoyo a personas inmigrantes, al confrontar la teoría con la práctica. Este detonante, la posición teórica y metodología escogida, así como la escasez de literatura en España al respecto, precipitaron de forma natural que el ámbito del estudio fuese el mismo contexto: Galicia.

Asimismo, esta comunidad autónoma presenta características particulares que complementan la pertinencia de la elección del ámbito de estudio. Por una parte, las competencias en materias de servicios sanitarios y sociales en España, están delegadas al gobierno autonómico. Esto quiere decir que el apoyo brindado a la población difiere, en qué se ofrece y en cómo, de una comunidad a otra. Por otra parte la población gallega está más envejecida que la del conjunto del país (el 52,9% de los hogares

gallegos incluyen a una persona mayor de 65 años como mínimo, en el conjunto del estado esta cifra desciende al 34,8%), debido a la lenta pérdida de población (de 2007 a 2013) (Fundación FOESSA, 2014). Además ha habido un incremento en el número de situaciones de dependencia, lo que genera una mayor necesidad de cuidados (servicio doméstico). Paralelamente, el desempleo aunque ha aumentado de forma generalizada, es más acusado en la población cuyo país de nacionalidad es diferente al español. Así, en 2013 el 36.6 % de la población extracomunitaria en Galicia estaba desempleada (Fundación FOESSA, 2014). Estos datos pueden ser incluso mayores, teniendo en cuenta las posibles situaciones de irregularidad administrativa. Además, la sociedad española en su conjunto está viviendo un proceso de empobrecimiento y de aumento de las tasas de desigualdad (Malgesini & Candalija, 2014). Estos hechos dibujan un escenario de gran vulnerabilidad para las personas extranjeras como argumentaba en el Capítulo 3.

El proceso de entrada al campo se realizó en dos momentos (Mayo-Junio de 2013 y Mayo-Junio de 2014). En el primero se emplearon como estrategias de contacto e invitación a las participantes: a) sesiones de información sobre el estudio y b) bola de nieve. Tras encontrarme con dificultades para que las personas contactadas participasen en la investigación²⁴, decidimos realizar una segunda entrada al campo, cambiando las estrategias. Esta vez empleamos c) porteros y d) contactamos con las participantes del estudio piloto. A continuación contextualizaré las estrategias empleadas así como el porqué de su elección. Posteriormente describiré cómo se llevaron a cabo cada una de ellas.

Contextualización y argumentación

En el momento de diseñar la estrategia de entrada al campo, tuvimos presente la experiencia previa (Capítulo 2, estudio piloto) en la que tuvimos muchas dificultades para conseguir que personas en la situación descrita se implicasen en el estudio. Nuestra reflexión sobre la estrategia utilizada anteriormente fue que quizás, el contactar directamente, vía telefónica con las participantes, sin ninguna otra información sobre mí, pudo haber dificultado el establecer una relación empática desde el primer momento. Quizás esto pudo influir en que no se pudiesen concretar encuentros con muchas de las potenciales participantes o que rechazasen participar. Por ello, consideramos que esta vez, era necesario contactar a través de profesionales o entidades que ya conociesen a

²⁴ En el periodo de tiempo entre una entrada al campo y otra me mantuve intentando, en períodos de tiempo concreto, contactar con las otras personas que se mostraron interesadas en el estudio en el primer grupo. Sin embargo, a pesar de los intentos no conseguimos concertar encuentros para la generación de datos.

las potenciales participantes para facilitar la generación de este vínculo. Es decir, emplear porteros. A su vez, tendría que manejar el situarme como alguien externo a la entidad, para que no me identificasen como parte de la misma, lo que podría generar diferencias de poder, contrarias a lo buscado en la relación participantes-investigadoras en la IPS. En una conversación con una profesional que llevaba más de 10 años trabajando con personas inmigrantes, con la que comentaba mis dificultades para contactar con potenciales participantes, sugirió la idea de hacer una actividad en grupo, en una de las entidades, para poder presentarnos. En su opinión, estas actividades solían funcionar. Por ello organizamos las sesiones informativas. Asimismo, empleamos la estrategia de bola de nieve para, a través de las personas que ya fuesen participantes, contactar con más mujeres en situaciones similares. Además, acceder a través de estas participantes ayudaría a establecer una relación de confianza.

Descripción

- a) Sesiones informativas: Con el objetivo de dar a conocer el proyecto y darme a conocer como investigadora, organizamos unas actividades introductorias. En ellas podría acceder al campo a través de un portero y, al presentarme en persona, manejar las diferencias de poder, es decir, entablar relaciones más cercanas clarificando mi posición como alguien externo a la entidad y rompiendo la posible idea preconcebida de investigadora, como alguien “aséptico” y lejano. En colaboración con una profesional de una entidad que trabaja dando apoyo a personas inmigrantes, en la que había sido voluntaria dos años antes, organizamos y presentamos unos “encuentros distendidos” en los que conocer a gente y presentar una iniciativa. Tras la autorización institucional oportuna, la profesional contactó con 15 mujeres que cumplían los criterios de inclusión. Las actividades se realizaron en la sede de la entidad. En la primera actividad, en un ambiente relajado con un café, cada una de las 10 personas que habían acudido nos presentamos. Posteriormente se presenta la investigación, se invita a participar a quien quiera y se deja un cartel informativo en un lugar visible (Anexo III). En el siguiente encuentro clarificamos cualquier duda que pudiese existir sobre la participación en la investigación. Aprovechamos esta sesión para organizar el encuentro del primer grupo de discusión con aquellas personas interesadas (5 en total).

- b) Bola de nieve: durante la generación de los datos pregunté a las participantes si conocía a otras personas que pudiesen estar interesadas en participar y cumplieren los criterios de inclusión. A pesar de la respuesta afirmativa de algunas participantes, no conseguí contactar con nadie a través de esta estrategia.
- c) Portereros: solicitamos a profesionales de distintas entidades sociales, con las que tenía contactos personales. Previa autorización oportuna, invitaron a participar a personas que cumplieran con los criterios de inclusión. Una vez mostrado interés, concerté una cita con cada una de las potenciales participantes para presentar la investigación personalmente y establecer una relación de colaboración lo más horizontal posible (al igual que en el grupo).
- d) Participantes estudio piloto: ante las dificultades encontradas hasta el momento nos pareció oportuno y ético invitar a las participantes del estudio piloto a continuar la experiencia. Una parte de los datos generados en el primer estudio se correspondía con el primer objetivo de investigación. Además, existía una relación de confianza lo que facilitaría su participación.

5.2.4.-Descripción de las participantes

Con el objetivo de mantener el anonimato de las participantes, presentaré los datos de forma grupal en lugar de individual. Los datos sociodemográficos fueron recopilados al inicio de las entrevistas con las participantes.

Finalmente, en este estudio, participaron 6 mujeres de entre 36 y 42 años en el momento de conocerlas. Todas las mujeres son oriundas de países de Latinoamérica. Dos de las participantes finalizaron estudios universitarios, 3 estudios pre-universitarios y 1 estudios secundarios. Cuatro de las participantes tienen hijos (1 o 2). Ninguna de ellas tiene pareja en España. Dos están casadas, pero sus maridos retornaron a su país de origen. Tres están divorciadas y una no está casada, ni se ha divorciado. Dos de las participantes están en situación administrativa irregular, mientras que las situaciones administrativas del resto están regularizadas. Todas las mujeres, a excepción de una, habían trabajado en el servicio doméstico. Quien no, busca trabajo en este ámbito. El tiempo de estancia en España en el momento del último contacto varía de 1 año y 2

meses (n=1) a 14 años (n=1). El resto de participantes han vivido en España 10 años (n=1), 9 años (n=2) y 8 años (n=1).

En el capítulo de resultados se detalla más información de cada una de ellas. Es necesario tener en cuenta que, debido a la especificidad de las situaciones y la concreción del ámbito de estudio, fue necesario modificar algunos datos para asegurar el anonimato de las participantes. Así, decidimos no revelar el país de procedencia de las participantes, incluso modificando expresiones propias de algunos países empleadas en las conversaciones y que permitirían identificar la región de procedencia de las participantes. También modificamos algunos datos como el género y edad de los hijos para difuminar la identificación de las participantes. Se emplearon pseudónimos para referirse tanto a las participantes como a cualquier persona que se mencionase. Fui cuidadosa difuminando informaciones que pudiesen identificar a los recursos. Por ello, decidí llamar a todas estas instituciones "entidades". Es necesario destacar que esta decisión puede haber eliminado información contextual importante como el tipo de recurso, por ejemplo si es público o privado, de carácter religioso, perfil profesional y/o participación del voluntariado en tareas, entre otros.

Asimismo, es necesario clarificar que, dos mujeres más, cuyos perfiles se engloban en el anteriormente mencionado, participaron en el primer grupo de discusión. Su participación se limitó a esta actividad puesto que una de estas personas no pudo ser contactada de nuevo (no contestaba a las llamadas) y otra trabajaba en un puesto laboral que la situaba en una situación totalmente distinta al resto de participantes y que forzaría situaciones como la que se pretendía evitar al excluir a los profesionales en este estudio.

5.2.5.- Proceso de generación de los datos

Para el proceso de generación de los datos utilicé cuatro técnicas distintas, siempre desde la aproximación crítica y participativa elaborada en este capítulo.

5.2.5.1.- Grupo de discusión

El grupo de discusión (o grupo focal de discusión, Barbour, 2005) de modo genérico puede definirse como “conversaciones colectivas o entrevistas grupales” (Kamberelis & Dimitriadis, 2005, p. 887). Esta técnica de generación de datos es flexible, tienen un amplio espectro de uso lo que genera que, en ocasiones, la nomenclatura grupo focal se use indiscriminadamente para referirse a usos divergentes de la propia técnica (Barbour, 2005). Para este estudio, empleé la denominación grupo de discusión para hacer énfasis en su uso como técnica de generación de datos grupal, en la que se busca entender las dinámicas sociales de un grupo, que se generan en la propia interacción de las personas participantes, así como generar un potencial espacio de participación y concienciación hacia una acción común (Barbour, 2005; Kamberelis & Dimitriadis, 2005). De este modo, comenzar la generación de datos desde el entendimiento colectivo me permitirá tener información contextual de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad que después sería profundizada con técnicas individuales de generación de datos (5.2.5.2). Mi rol como investigadora en este grupo sería el de facilitadora, comenzando la discusión con una pregunta acerca del tema de estudio (*“Si tuvieseis que escribir un libro sobre cómo es la vida diaria de una mujer latinoamericana en España, que trabaje o haya trabajado en el servicio doméstico, ¿qué debería incluir?”*) y reconduciendo la conversación grupal a este tema cuando se desviase, a través de preguntas de seguimiento y de sondeo -original en inglés-²⁵ (Brinkmann & Kvale, 2014; Kvale, 1996). La estructura y guion del grupo se recoge en el Anexo IV.

Así, tras las actividades informativas organizamos un primer grupo de discusión (GD1) en el que el espacio escogido para su realización por las participantes fue un parque (en lugar de la entidad donde se realizaron las actividades informativas) puesto que era un día de verano y querían aprovechar el sol. Me pareció oportuno este cambio puesto que con ello se escenificaba el comienzo de la investigación (diferente a las actividades previas) que se desvinculaba de la entidad. El lugar, aunque público, era tranquilo, con cierta “intimidad” ya que escogimos una zona no transitada. En este grupo de discusión participaron 4 mujeres. Su duración fue de aproximadamente una hora, durante la cual las participantes elaboraron temas en los que las experiencias abordadas parecían resonar de unas participantes a otras.

²⁵ “Probing questions” se ha traducido como “preguntas de sondeo”, y “follow-up questions” como “preguntas de seguimiento”

5.2.5.2.- Entrevistas y diarios

La entrevista es una técnica de generación de datos que, de modo genérico, implica la participación de dos personas que “intercambian información verbalmente cara a cara” (original en inglés) (Fontana & Frey, 2005, p. 698). En este intercambio la persona investigadora busca comprender el mundo de la persona “investigada” desde su propia vivencia y sus marcos de referencia (Brinkmann & Kvale, 2014; Kvale, 1996). Para este estudio, dentro de la variedad de formas de entender las entrevistas, consideré esta técnica como: “un esfuerzo colaborativo creado gracias al intercambio de dos personas (...) que genera una historia creada conjuntamente y anclada contextualmente” (original en inglés) (Fontana & Frey, 2005, p. 696). Para ello, realicé entrevistas no estructuradas, que dan acceso al fenómeno respetando cómo la otra persona vive la experiencia o situación en cuestión, lo que permite a la investigadora ir con la explicación de la persona participante (Lysack, Luborsky, & Dillaway, 2006). En este caso, las entrevistas tenían como objetivo conocer cómo las participantes negocian sus ocupaciones cotidianas e identificar mediadores de la salud y el bienestar.

Al igual que en el grupo de discusión, las entrevistas fueron planificadas lanzando una pregunta sobre este objetivo y, como investigadora, mi rol sería conducir la conversación a este tema cuando se desviase, a través de “preguntas de sondeo” (Brinkmann & Kvale, 2014; Kvale, 1996) (ver anexo V).

Así, se realizaron entrevistas (E) con las 6 participantes (ver tabla 5.5), en el lugar y horario que ellas considerasen. Tres personas escogieron que se realizase en su lugar de residencia, dos en un lugar externo (cafeterías) y una en una entidad social. Las entrevistas tuvieron una duración media de una hora aproximadamente, con extremos de (n=3) entrevistas de 30 minutos aproximadamente (Elena_E3 y _E4; Ana_E1) y una entrevistas de 2 horas 22 minutos (Cristina_E1).

En la planificación de esta investigación, consideramos que la observación participante podría ser una técnica pertinente para generar datos de relevancia sobre las actividades cotidianas en sus entornos (Flick, 2012). Si bien llegué a proponer esta actividad a las primeras participantes, pronto comprendí que no sería posible poder realizarla, puesto que no fue factible concertar y/o llevar a cabo las propuestas (ver apartado 5.2.5.5.- Consideraciones sobre el proceso de generación de datos).

Por ello, reemplacé esta técnica por un diario personal (D), que se recoge en el Anexo VI, en el que solicité a las participantes que describiesen las actividades que hacían en un día “normal” de semana y fin de semana, adaptando el cuadro de actividades empleado por Krishnagiri et al. (2013) en su estudio con personas mayores inmigrantes.

Finalmente, 3 de las participantes escribieron su diario personal. Dos personas describieron con detalle su vida diaria, utilizando 20 hojas-tamaño A5- (Ana_D) o 3 hojas –tamaño A3-(Lucía-D) y otra persona fue más concreta -utilizando una hoja – tamaño A4- (Sara_D).

5.2.5.3.- Grupo de discusión a través de Metaplan

Los datos generados con las técnicas hasta aquí descritas (5.2.5.1- Grupo de discusión y 5.2.5.2.- Entrevistas y diarios) fueron analizados primero. En las últimas fases de este análisis (ver 5.2.6.1.- Análisis crítico narrativo) planifiqué y llevé a cabo el segundo grupo de discusión. En un principio, este grupo de discusión iba a ser similar al primero, pero decidimos introducir la técnica Metaplan.

El Metaplan es una técnica de facilitación grupal que se basa en la interacción y participación de las personas implicadas para la búsqueda colaborativa de mejoras o soluciones a una situación común a través de la visualización permanente de la discusión (Hughes, Saadi, Madoz, & González, 2009; Schnelle, 1979): las sesiones de Metaplan están diseñadas para que un/a facilitador/a acompañe al grupo en la discusión, proviendo de unas normas y estructura que optimicen y focalicen el proceso para lograr el objetivo establecido. Así la discusión se genera utilizando tarjetas de distintas formas y colores, que se irán colocando en paneles a la vista de todas las personas participantes. El empleo de esta técnica permite llegar a acuerdos de manera democrática y realizar el análisis de la información de forma colaborativa e *in situ*. Así, una de las virtudes de esta técnica es la optimización del tiempo. Esta técnica ha sido utilizada recientemente en distintos estudios en ciencias de la salud con resultados satisfactorios (Oliva et al., 2015; Olivares, Zacarías, González, & Villalobos, 2013; Pozzilli, 2013).

El objetivo de este grupo de discusión era generar de forma participativa y grupal propuestas de acciones colaborativas para mejorar el día a día de las participantes, es decir, vislumbrar acciones colaborativas de promoción de la salud, por lo que valoré

como pertinente emplear el Metaplan por varios motivos: 1) Los principios de esta técnica son consistentes con la metodología empleada. 2) Tras las dificultades de las participantes, generadas por sus propias situaciones de vulnerabilidad y día a día (5.2.5.5.), para poder comprometerse a realizar las actividades de la investigación, esta técnica, en la que se optimiza el tiempo, garantizando la participación de todas las personas, parecía muy oportuna. 3) Asimismo, conocer a las participantes me permitió adelantarme a posibles contingencias: el nivel de estudios de las participantes permitía saber que el empleo de la escritura como medio de comunicación era factible. Además, permitió adaptar el material a las características personales de cada participante²⁶.

El grupo de discusión empleando la técnica Metaplan (al que denominaré M) se llevó a cabo en un aula de la Universidad de A Coruña, que preparé específicamente para este fin (disposición, mobiliario, iluminación, material, etc.). Al realizarse en verano, el edificio estaba vacío (sin estudiantes, profesorado o personal de servicios) lo que aseguraba que las participantes no perdiesen su anonimato.

Para la realización de la sesión, y conociendo ya algunas de las dificultades del día a día de las participantes, ofrecí la posibilidad de transporte a aquellas personas que lo necesitaran, así como contacté con una persona de confianza para que pudiese cuidar a los hijos de las participantes mientras realizábamos el Metaplan (ver apartado 5.2.8. consideraciones éticas). El edificio donde se realizaría la sesión cuenta con un aula específica preparada con colchonetas, pelotas y juguetes (entre otros)²⁷ elementos de juego en la que se podrían quedar durante el tiempo necesario, de forma pertinente para los niños.

Asimismo, contacté con una persona que me ayudase en el desarrollo de esta sesión (ver apartado 5.2.8. consideraciones éticas). Esta persona es terapeuta ocupacional, que trabaja con población en situaciones de vulnerabilidad social, y estudiante de máster en el ámbito de las migraciones internacionales. Todo ello facilitaría su rol como persona de apoyo y observadora en la sesión por su conocimiento de las técnicas de investigación, por su perspectiva ocupacional y su experiencia con personas en

²⁶ Una de las participantes tenía dificultades para escribir –pinza fina-. Cambiamos todos los rotuladores a unos gruesos que facilitasen el agarre.

²⁷ Es el aula donde se imparte la docencia práctica de Terapia Ocupacional en la Infancia.

situaciones similares. Preparamos juntas toda la sesión para asegurarnos de que ambas teníamos claro qué, cómo y por qué se estaban haciendo las cosas.

Tras una convocatoria en la que no pudieron venir la mitad de las participantes (ver 5.2.5.5), unos días más tarde se realizó la sesión. Facilité el transporte a las 4 participantes que seguían en España (ida y vuelta), con mi coche personal. Fui cuidadosa y, durante los desplazamientos, procuré mantener la conversación en un nivel superficial, distinto de la temática del grupo. Una de las participantes utilizó la opción de que su hijo/a se quedase con la persona de confianza durante la sesión.

La estructura de la sesión se recoge en la tabla 5.5 y un ejemplo gráfico en la figura 5.1. En el anexo VII, se recoge la explicación detallada de la misma.

Mi rol como investigadora en este grupo fue el de facilitadora, comunicando las reglas, materiales y tiempos de las distintas fases, así como usando preguntas de sondeo para que las participantes elaborasen sus argumentos (ver anexo VII). El rol de la persona de apoyo fue el de soporte logístico, en el manejo del tiempo, observación y documentación gráfica de la sesión (previa autorización verbal de las participantes).

La sesión tuvo que acortarse debido al horario de trabajo de una de las participantes. Antes de comenzar la sesión, la persona de apoyo y yo nos reunimos brevemente para consensuar cómo adaptaríamos lo planificado. Decidimos acortar los tiempos de presentación y elaborar 2 alternativas, en lugar de tres para cada prioridad.

Tabla 5.5

Estructura actividad Metaplan

Tareas		Descripción	Material
Inicio	Café		-
	Presentación participantes	Cada participante se presentará libremente	
Primera parte (Panel 1)	Presentación actividad	Presentación reglas, tiempos, resolución dudas	
	Presentación de la pregunta	Breve explicación. Visualización de la pregunta "Qué dificultades nos encontramos nosotras, que hemos migrado de Latinoamérica a España, en nuestro día a día". Reparto de tarjetas. Resolución dudas.	Pregunta (nube)
	Escritura individual tarjetas	Cada participante tendrá este tiempo para pensar y escribir en las 5 tarjetas sus opiniones, experiencias, ideas, etc.	Tarjetas Rectangulares Amarillas & rotuladores negros
	Recolección tarjetas	Recoger tarjetas y barajar	
	Lectura tarjetas	Se lee cada tarjeta en voz alta y se pegan en un lado del tablón	Adhesivo & Panel 1 papel de estraza
	Agrupar tarjetas y discusión	Moderadora sugiere grupos de tarjetas en base a su contenido. Se solicita participación para consensuar los grupos. En cada grupo o clúster se pedirá elaboración. Se anotarán en tarjetas ovaladas y se colocará en el lugar correspondiente. Se pondrán títulos en cada clúster entre todas las personas participantes.	Tarjetas Ovaladas Blancas & Rotuladores negros
	Priorizar	Cada participante colocará 5 adhesivos en los distintos grupos en función de la prioridad de cambio percibida. Se escogerán los 3 grupos más "votados" para continuar trabajando en la segunda fase	5 puntos adhesivos verdes para cada participante
Descanso		Recordatorio a participantes: reservar las ideas para compartir en el grupo	Café. Moderadora poner títulos clúster seleccionados- priorizados- en nuevo panel
Segunda parte (Panel 2)	Trabajo grupal alternativas prioridad 1	Para cada problema proponer 2 acciones colaborativas (enfaticando que es importante que en ellas se involucren los recursos personales, locales y sociales)	Tarjetas verdes: acciones bastante probables- realizables Tarjetas naranjas: acciones más complejas/menos probables pero igualmente necesarias
	Trabajo grupal alternativas prioridad 2	Para cada problema proponer 2 acciones colaborativas (enfaticando que es importante que en ellas se involucren los recursos personales, locales y sociales)	
	Trabajo grupal alternativas prioridad 3	Para cada problema proponer 2 acciones colaborativas (enfaticando que es importante que en ellas se involucren los recursos personales, locales y sociales)	
Cierre	Resumen	Resumen de lo hecho. Solicitar <i>feedback</i> sobre la experiencia en el Metaplan	-

Fuente: Elaboración propia.



Figura 5.1. Resumen gráfico de la actividad Metaplan (2015)
Fuente: Elaboración propia

5.2.5.4.- Tratamiento y Almacenamiento de los datos

Todas las entrevistas y grupos de discusión fueron grabados y transcritos por mí. Una vez transcritos, procuré anonimizar toda aquella información que pudiese identificar a las participantes. Los diarios fueron digitalizados. Todo este material fue guardado bajo clave en mi ordenador personal y el ordenador de mi puesto laboral en la Universidad de A Coruña.

5.2.5.5.-Consideraciones sobre el proceso de generación de datos

Es importante abordar las dificultades surgidas para contactar y concertar encuentros con las participantes. A pesar de la intención del compromiso de las participantes y de las estrategias empleadas (adaptarme a sus horarios, estando disponible a cualquier hora, y contexto procuré desplazarme yo al lugar de conveniencia o facilitar el transporte-ver 5.2.5.3.-), frecuentemente surgían imprevistos, cambios de planes o cancelaciones. Todo ello se registraba en el cuaderno de campo y fue tratado como datos.

Estas situaciones fueron cobrando sentido al ir conociendo cómo es su día a día. Las situaciones en las que se encuentran hacen que resulte muy complejo poder organizarse de antemano. Suelen ocurrir muchos imprevistos (por ejemplo: que se enferme un hijo y

que nadie lo pueda cuidar, que cambien un horario de trabajo, que se consiga un trabajo o se pierda, que sea necesario ir a solicitar alguna ayuda, etc.) que hacen realmente complejo poder quedar un día a una hora y poder comprometerse a estar un tiempo determinado.

Esta volatilidad impactó en el trabajo de campo. El plan inicial planteaba que, con todas las participantes, pudiésemos generar datos usando las distintas técnicas, puesto que cada técnica contribuiría con un modo de reflexión y de compartir la información diferente. Sin embargo las dificultades mencionadas del proceso de investigación, nos hicieron entender que esto no iba a ser siempre posible. Ante esta situación, establecí como criterio mínimo que al menos cada una de ellas participase en 2 actividades de generación de datos, las que fuesen más factibles según sus circunstancias, lo que permitiría explorar con cierta amplitud y profundidad los objetivos planteados. Aunque la invitación a participar en todas las técnicas se hizo por igual a todas las participantes, que por ejemplo, no se escribiese el diario, no excluiría a la persona de la investigación. En la tabla 5.6 se recogen los pseudónimos de las participantes, así como las técnicas de generación de datos en las que finalmente participaron.

Tabla 5.6
Relación participantes y participación actividades
generación datos

Pseudónimos	2013	2014	2015
Sara		E1 + D	Retorno
María*	E1 ²⁸	E2	M
Lucía	GD1	E1 + E2+D	M
Elena	E1 + E2	E3+E4	M
Ana		E1 + D	M
Cristina	GD1 + E1	Retorno	
Sofía	GD1	Exclusión	
Noelia	GD1	Pérdida contacto	

Fuente: Elaboración propia

²⁸ Esta entrevista se realizó a finales de 2012, dentro del estudio piloto, como clarifiqué en el apartado 5.2.3.

Por otra parte, a lo largo del proceso algunas personas retornaron a sus países (como explicaré en el capítulo de resultados) por lo que no fue posible continuar la investigación con ellas.

5.2.6.- Proceso de análisis de los datos

El proceso de análisis de los datos ha sido continuo, aunque se pueden diferenciar dos momentos. Por un lado, durante el trabajo de campo, tras las salidas al campo, se reflexionó sobre el material producido y las circunstancias que se iban dando para poder tomar decisiones operativas con respecto a la metodología; tal y como he ido describiendo a lo largo del apartado. Estas reflexiones se recogieron en el cuaderno de reflexión.

El segundo momento, tuvo lugar una vez producidos los datos del GD1 y las técnicas individuales (Entrevistas y diarios). Para analizar estos datos utilicé una aproximación crítica narrativa. En el proceso final de este análisis se realizó el grupo de discusión empleando el Metaplan (M), en el que el análisis de los datos se realizó simultáneamente a la producción de los mismos.

A continuación detallaré cada una de estas aproximaciones.

5.2.6.1.- Análisis crítico narrativo

Siguiendo a Chase (2005), en la investigación narrativa contemporánea existen cinco maneras interrelacionadas de aproximarse al material empírico. 1) Se entiende que la narrativa es una forma distintiva de discurso en la que la persona que narra, se convierte en protagonista, da sentido a la experiencia pasada, expresando no sólo lo que sucedió, sino también sus pensamientos y emociones al respecto. 2) La narrativa es una producción conjunta, que se genera en un momento concreto para una audiencia particular. 3) Es entendida como una acción verbal, es decir, se produce con una intencionalidad – desde quejarse hasta desafiar el statu quo- que además se produce de una manera concreta en una posición social particular, lo que genera que la voz del

narrador sea única²⁹. 4) El contexto y las circunstancias constriñen o favorecen la creación de la narrativa. Desde esta mirada, se puede buscar patrones o hilos conectores de forma transversal en las narrativas de distintas personas. Finalmente, 5) los investigadores se reconocen como narradores en tanto en cuanto sus estudios son, finalmente, narrativas. Por ello, emplean la primera persona, para reconocer su propia contribución a la creación de la narrativa.

Estas cinco formas de entender y aproximarse al material empírico, conllevan que, en el análisis de datos, primero se “escucha la voz del narrador en cada narrativa” (original en inglés) (Chase, 2005, p. 663) para luego poder buscar los patrones o hilos conectores, siempre reconociendo la contribución de las persona investigadora en la co-construcción del proceso.

Así, en el análisis de los datos, primero me centré en la voz de cada una de las protagonistas, procurando entender cómo negocian sus ocupaciones e identificar los mediadores de salud y bienestar, desde una perspectiva ocupacional. Además, desde la mirada crítica esto implicaba prestar atención a los factores sociales, históricos, políticos, económicos etc. que impactaban en las narrativas de las protagonistas.

Para ello primero leí varias veces las transcripciones, buscando eventos relevantes para su narrativa. Una vez localizados, se ordenaron cronológicamente comenzando a crear la trama de la historia de la protagonista. En el proceso de creación de la trama, fue necesario volver a leer varias veces el material para asegurar que el orden de los eventos y la trama tentativa fuesen lógicos, plausibles y tuviesen sentido desde lo que la protagonista comunicaba. De esta manera fui construyendo lo que en el capítulo de resultados he llamado “la narrativa de...”.

Además, en línea con la aproximación narrativa, generé un primer apartado en el que contextualizo la co-creación de la narrativa con cada participante. El objetivo de este apartado es ayudar a la audiencia a situar y contextualizar “la narrativa de...”. Además, tras realizar este proceso, volví a sumergirme en la narrativa para, desde mi interpretación, resumir la trama de la narrativa de la participante, desde la perspectiva crítica y ocupacional explicitada a lo largo de esta tesis. Esta interpretación resume la

²⁹ “...cuando los investigadores tratan la narración como activamente creativa y la voz del narrador como particular, se alejan de las preguntas acerca de la naturaleza fáctica de las afirmación del narrador. En lugar de eso , subrayan la versión del self, realidad y de la experiencia de que esta persona produce al contar la historia (original en inglés)”(Chase, 2005, p. 657)

impresión global de la trama. Este último apartado se realizó en paralelo a la generación de datos del M, lo que contribuyó a matizar las interpretaciones.

El apartado “conocer a...”, “la narrativa de...” y la impresión global de cada participante conforman la “historia de.....” (Capítulo 6.- Resultados, apartado 6.1.1).

Una vez analizadas y creadas las 6 historias individuales, busqué los hilos comunes de forma transversal. Es decir, las similitudes entre las participantes, atendiendo de nuevo a sus ocupaciones desde una mirada crítica. Para ello, codifiqué los datos en bruto, con el soporte del Software Atlas-Ti 7. Una vez codificado todo el material, busqué similitudes en los códigos. Luego, fui agrupando los códigos que hacían referencia a situaciones, contextos, actividades o emociones, similares o que estaban relacionados. Por ejemplo: el código “Rabia, humillación” se vinculaba a ocupaciones como el empleo doméstico (códigos “descripción de las tareas en el empleo doméstico”, “descripción de las condiciones laborales”, “hay que aguantar”). Durante este proceso recurrí en varias ocasiones a las historias individuales para asegurarme de no descontextualizar la información y de que tuviese sentido en la vida de las participantes. El resultado de este análisis son los temas transversales (Capítulo 6.- Resultados, apartado 6.1.2).

A la hora de presentar tanto las historias como los temas transversales empleo lo que Chase ha denominado la “voz autorizada”(Chase, 2005, p. 664): este concepto hace referencia a la estrategia empleada por algunos investigadores para combinar la voz de la persona protagonista y la investigadora, de tal forma que ambas son reconocidas (incluidas las interpretaciones de la investigadora). La voz autorizada, además busca explicitar lo que se da por sentado en el día a día de la persona protagonista (elementos culturales, estructurales o sociales). Esto es altamente coherente con la posición onto-epistemológica y metodológica que asumo en este estudio.

Todo este proceso fue interrogado por las directoras del trabajo, quienes cuestionaron los pasos realizados para ayudarme a ganar mayor profundidad y riqueza en el análisis.

5.2.6.2.- Análisis participativo temático

Como se adelantaba en apartados anteriores, la técnica de facilitación Metaplan, permite que la generación y análisis de datos sean simultáneos. Así, como se recoge en la tabla 5.5., durante la sesión se 1) recogieron las contribuciones individuales, 2) luego se leyeron para que todo el mundo estuviese familiarizado con el material, 3) de forma participativa se agruparon las tarjetas por similitudes, 4) se elaboró cada uno de los grupos, ayudando a concretar y profundizar en los mismos, para finalmente 5) poner nombre a los temas construidos. Este análisis resuena con el llamado análisis temático (Vaismoradi et al., 2013) (Los resultados de esta primera parte se recogen en el apartado 6.2.1). En la segunda parte de la sesión del Metaplan, la discusión se construyó en base a los resultados de la primera, con un procedimiento similar, como ya se ha abordado. En concreto, en ésta se llegaron a acuerdos sobre qué acciones se debían tomar y fueron recogidos en el panel pertinente (El apartado 6.2.2. engloba los resultados de esta parte) De esta manera, denominamos este análisis como temático, por las similitudes en el proceso e en su intención, y participativo, por la implicación de las participantes en el mismo.

Realicé la redacción de los resultados para este documento transcribiendo las tarjetas y el resto de contenido de los paneles. Para facilitar la comprensión del contenido seleccioné los fragmentos de texto literal, de la transcripción del M, donde las participantes explicaban sus tarjetas o a qué hacían referencia.

5.2.7.-Criterios de calidad

Existe una gran controversia en cuanto a cuáles son los criterios de rigor/credibilidad /validez/calidad de una investigación cualitativa (Mays & Pope, 2000). Según Guba & Lincoln (2005) éstos dependen de la posición onto-epistemológica y metodología adoptada, incluso en el término con el que referirse a ella, por ejemplo rigor versus calidad. De forma similar Carter & Little (2007) afirman que la coherencia entre el paradigma, la metodología y los métodos empleados, es uno de los mayores indicadores de calidad de la investigación cualitativa. Por ello, en este estudio buscamos construir la calidad de la investigación de acuerdo a los criterios específicos para la IPS (ICPHR, 2013):

5.2.7.1.- Validez participativa:

De acuerdo a los grados de participación sugeridos por la red Colaboración Internacional para la Investigación Participativa en Salud (ICPHR, 2013) este estudio se puede definir como una investigación participativa en salud de co-aprendizaje y sustancial.

De co-aprendizaje (ver tabla 5.2), de acuerdo al grado de implicación de las participantes, puesto que como investigadora, ajena a la comunidad, y las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad, busqué generar un espacio en el que compartir conocimiento y crear un nuevo entendimiento de la realidad. Por ejemplo, realizando el GD1, las entrevistas y los diarios, siempre enfatizando que las participantes son las expertas y mi papel era el de aprender de ellas, así como realizando un análisis narrativo crítico, en el que poder generar nuevo conocimiento aplicando unas lentes ocupacionales. Asimismo, este nuevo entendimiento, fue profundizado en el M, empleando una técnica de facilitación participativa, el Metaplan. El M se realizó en las últimas etapas de la construcción de las historias ocupacionales, lo que contribuyó a corroborar o matizar las interpretaciones que se estaban haciendo. Asimismo, la implicación de las participantes en la generación de alternativas colaborativas de acción para mejorar la situación fue la mayor posible. Estas alternativas fueron co-construidas con las participantes en el M.

De acuerdo a la intención de la investigación, se puede entender que este estudio es de carácter sustancial (ver tabla 5.3) ya que, con los procedimientos anteriormente descritos, busqué generar un espacio en el que diversas perspectivas contribuyesen a mejorar el entendimiento y pensar conjuntamente en alternativas.

5.2.7.2.- Validez intersubjetiva

Este criterio de validez hace referencia al grado en el que los resultados son plausibles. Para matizar este criterio de calidad de la IPS (ICPHR, 2013) me basé en el concepto de validez de Polkinghorne (2007), quien define ésta como “no un proceso mecánico, sino una práctica argumentativa, [cuyo] propósito (...) es convencer a los lectores de la probabilidad de que el soporte es lo suficientemente fuerte como para que la exposición pueda servir de base para el entendimiento” (original en inglés) (Polkinghorne, 2007, p.

476). De acuerdo a esta propuesta, los desafíos de la validez son diferentes a aquellos en otras tradiciones investigadoras. Así, Polkinghorne (2007) argumenta que estos desafíos están relacionados con 1) las limitaciones del lenguaje para expresar el significado de lo vivido, 2) los límites de la propia reflexión puesto que quizás pueda haber capas de entendimiento de las que la persona no sea consciente, 3) la deseabilidad social, que puede limitar el compartir cierta información en base a lo que la persona entiende que se espera de ella o lo que está permitido en un contexto dado; y 4) la complejidad de la co-creación de los textos.

Para disminuir estas amenazas empleé distintas estrategias. Por un lado, al emplear distintos mecanismos para expresar (oralmente en la entrevista, de forma escrita en el diario y visualmente en el Metaplan) así como tiempos y contextos para reflexionar (individual en el diario, con una persona en frente –investigadora- en la entrevista o grupalmente) busqué intencionalmente disminuir las limitaciones del lenguaje y la reflexión. Por otro lado, el tiempo de permanencia en el campo contribuyó a disminuir la deseabilidad social. El emplear la “voz autorizada” (Chase, 2005, p. 664) en la co-creación de los textos, también contribuye a explicitar y manejar la complejidad de la co-construcción de las historias.

Asimismo, el proceso de análisis fue interrogado por las directoras, ayudándome a profundizar sobre el contenido y matizar las interpretaciones. Para ello fue de gran utilidad la experiencia de ambas con la metodología cualitativa y la concepción crítica de la salud y el bienestar, así como, en el caso de la Dra. Magalhães, su experiencia investigadora con el mismo colectivo en el contexto canadiense y su bagaje profesional como terapeuta ocupacional y científica de la ocupación.

Además, durante todo el proceso mantuve un diario de reflexión, que me ayudó a incrementar mi conciencia sobre las contribuciones que yo misma hacía a la investigación (Guba & Lincoln, 2005), asistiéndome en el manejo del proceso de co-crear conocimiento. Las reflexiones contenidas en este diario fueron compartidas con y alentadas por las directoras de la tesis doctoral.

La reflexividad en la IPS debe ser crítica (ICPHR, 2013), es decir, debe prestar atención a las diferencias de poder imbuidas en el día a día y las relaciones que se establecen. Esta reflexividad me permitió buscar estrategias que intentasen disminuir estas diferencias de poder, como por ejemplo muestra la entrada al campo y mi aclaración durante todo el

proceso de investigación sobre mi rol como investigadora (entender y aprender de las expertas, las participantes).

Asimismo, esta reflexividad contribuyó a co-construir algunas capas específicas de entendimiento, gracias a mi experiencia vital. Como describo en el capítulo 1, colaboré como voluntaria durante un año y trabajé durante 3 meses en una de las entidades que prestan servicios a personas inmigrantes en situación de vulnerabilidad. Aunque ocupé este puesto, mi experiencia como parte de una familia e/in-migrante, nunca me permitió desvincularme, ni posicionarme “del lado de las/os profesionales”, sino que siempre tuve presente que estaba con las mujeres. Sin embargo, no pude evitar sentir frustración y vergüenza profesional cuando las participantes me contaban sus experiencias de discriminación y mal trato por parte de las/os profesionales hacia ellas. Siendo consciente del rol de apoyo que podrían/deberían tener estos profesionales, estas descripciones causaron un gran impacto en mí.

De forma similar, haber trabajado y compartido experiencias con profesionales, me había ayudado, casi sin darme cuenta, a construir relatos desempoderadores e imágenes caritativas de estas mujeres. Como iré explicando en los resultados, en los epígrafes “Conocer a...” fueron abundantes las ocasiones en las que tuve que cuestionar y ampliar mis fronteras conceptuales para entender mejor la realidad de las participantes (por ejemplo, en el caso de Ana, la idea de vulnerabilidad, construida previa a la entrevista, contrasta enormemente con la mujer que conozco).

Durante el trabajo de campo, también compartí mi historia familiar como mujer nacida en Uruguay, que emigró con 2 años con su familia extensa. Traté de ser consciente de las diferencias de esta situación con la de las participantes (tengo doble nacionalidad, fui socializada en España y soy nieta de gallegos que retornaron). Sin embargo, compartir esta información ayudó a fomentar la empatía con algunas participantes (por ejemplo María: ver resultados).

Asimismo, tuve muy presente esta experiencia vital, tratando de ser consciente de que tanto yo como las participantes podríamos dar por sentado información. Para evitar esto procuré pedir clarificación cuando fuese pertinente.

5.2.7.3.- Validez contextual

Otro criterio de calidad tiene relación con el grado en que el estudio se vincula con la realidad local. En este caso, el planteamiento del estudio, así como la metodología y los resultados buscados están intrincados en el contexto local, no sólo porque busca comprender la especificidad del mismo, sino porque las alternativas de cambio se vinculan a los recursos, fortalezas y dificultades, de este contexto.

5.2.7.4.- Validez catalítica

Este criterio hace referencia a la utilidad del trabajo para la transformación social. En esta línea, el estudio busca facilitar cambios a dos niveles interconectados. Por un lado, las propuestas co-construidas por las expertas y vinculadas al contexto, buscan la transformación en su propia realidad, y por otro, el estudio pretende mover las fronteras de la TO y CO, tanto nacional como internacionalmente, hacia un pensamiento y práctica comprometidos con la transformación social.

5.2.7.5.- Validez ética

Este criterio busca asegurar que tanto el proceso como los cambios de la investigación sean justos. A lo largo de la investigación procuré conseguir esto de varias formas. Una de ellas fue adaptando las técnicas de generación de datos, como se recoge en párrafos anteriores. Otra estrategia empleada fue buscar disminuir las diferencias de poder (nunca obviarlas) como he ido abordando en apartados anteriores. También, dejar para otro momento el trabajo con los profesionales como participantes de la investigación, tuvo que ver con el compromiso ético para con las mujeres (apartado 5.2.2).

Paralelamente, que las participantes generasen las alternativas de cambio en base a sus experiencias, fomenta este compromiso con la justicia.

5.2.7.6.- Validez empática

Finalmente, este requisito tiene que ver con el grado en que el proceso genera empatía entre las personas participantes. En esta investigación la empatía y compromiso de las participantes con el estudio se demuestra en la propia participación. A pesar de las

vicisitudes del día a día, cada una de ellas procuró poder contribuir en la medida de sus posibilidades, incluso a lo largo del tiempo. Además, la última actividad realizada, el Metaplan, finalizó con la propuesta por parte de ellas mismas de continuar con el trabajo, seguir profundizando y discutiendo sobre alternativas y cambios que se deberían realizar para contribuir a que otras personas no pasen lo que han pasado, y a cambiar las cosas para aquellas personas en situaciones como las de ellas o similares (M, 2015).

5.2.8.-Consideraciones éticas

Esta investigación obtuvo el permiso del comité de ética de la Universidad de A Coruña (Anexo VIII). El estudio se llevó a cabo siguiendo las *Normas de buena práctica en investigación con seres humanos* (Amor et al 2007), que recogen, sintetizan y adaptan las normativas internacionales y nacionales en materia de ética en la investigación con personas al contexto gallego. Antes de la primera actividad de generación de datos obtuve el consentimiento informado de las participantes. Antes de su firma, había facilitado la hoja de información y el consentimiento informado a todas las participantes, asegurándome de tuviesen un tiempo para reflexionar sobre su participación, así como la oportunidad de clarificar cualquier duda.

Las personas de apoyo se comprometieron verbalmente a mantener la confidencialidad del estudio.

Asimismo, coherentemente con la posición crítica y colaborativa adoptada, procuré emplear la reciprocidad como forma de generar una relación lo más horizontal posible con las participantes. Para ello, me ofrecí para colaborar con ellas en la medida de mis posibilidades y dentro de la ética profesional y personal. Durante la investigación, algunas participantes solicitaron mi asesoramiento como terapeuta ocupacional. En estos casos facilité información sobre los recursos específicos a los que podían acudir para resolver cada caso.

Capítulo 6.- Resultados

En este capítulo se abordan los resultados de la investigación. En una primera parte se presentan las historias ocupacionales de cada participante, así como los temas transversales que caracterizan la participación en las ocupaciones cotidianas y los mediadores de salud y bienestar. En un segundo apartado, se describen las dificultades a las que las participantes se enfrentan en su día a día y las propuestas de cambio (agenda) generadas y consensuadas por ellas.

6.1.- Resultados: Negociaciones cotidianas: ocupación, salud, bienestar e inclusión

En esta sección aborda desde una perspectiva individual y colectiva, la negociación cotidiana de las ocupaciones por parte de las protagonistas, así como su interrelación con la salud y el bienestar físico, mental y social. Para ello, comienza con las historias ocupacionales de cada una de las participantes, para posteriormente presentar los temas que atraviesan y vinculan todas las historias.

6.1.1.- Historias ocupacionales: miradas únicas al día a día

En este primer subapartado elabora cada una de las historias ocupacionales de las participantes, en las que incluyo: a) cómo conocí a cada persona, b) la narrativa co-construida y c) la impresión global de cada historia. En el primer punto (a) contextualizo los encuentros con cada participante para posteriormente (b) dibujar de modo conjunto el contexto y evolución de sus ocupaciones en España, para finalizar (c) exponiendo, desde una perspectiva ocupacional, el significado co-construido global de la historia.

6.1.1.1.- La historia de Sara: *"Sigo yendo, día a día, y bueno, va pasando"*.

6.1.1.1.1.- Conocer a Sara

Al igual que en otras ocasiones, es una trabajadora de una entidad del tercer sector quien me facilita el contacto de Sara. Esta vez la trabajadora ha llamado a Sara antes, para avisarla de que yo la iba a invitar a participar. Tras varios intentos, logro localizarla en su número de teléfono y me cita en su casa. Tenemos un primer encuentro breve, en la entrada de su casa. Me explica que no me invita a pasar porque no tiene mucho tiempo, está saliendo para el trabajo. Aclaremos los términos de la investigación y acordamos vernos en unos días con calma, para hacer la entrevista.

En nuestro siguiente encuentro, Sara tiene todo preparado para recibirme. Su casa está en silencio, me cuenta que su madre, y una amiga, con las que vive, están durmiendo la siesta. Hablamos del tiempo que nos llevará el encuentro, ella tiene que salir de su casa en una hora porque debe irse a trabajar.

Comenzamos la entrevista y durante la misma, casi desde el principio, Sara se emociona en varias ocasiones. Me sorprende lo vivo que está en ella el dolor de situaciones que pasaron hace 8 o 9 años. En esos momentos reflexiono sobre historias de otras mujeres con las que he hablado, en las que parece que esos episodios tienen ya otra elaboración, cierta distancia emocional. Sara me los cuenta como si hubiesen ocurrido ayer.

Más o menos, hacia el final de la entrevista, aparece la madre en la cocina, donde estamos charlando. Sara le había contado qué estábamos haciendo y sigilosamente participa de la situación, sentándose a la mesa con nosotras. Yo me pongo un poco nerviosa, porque creo que puede coartar el discurso de Sara. Sin embargo, Sara parece cómoda y sigue elaborando una idea. En unos segundos reflexiono qué hacer, si cortar la conversación (lo que puede romper el clima de confianza que se ha generado) y buscar un momento en el que podamos estar solas, o seguir. La situación parece tan natural, Sara parece tan cómoda, que decido esperar unos minutos a ver cómo seguimos para tomar la decisión. Finalmente, la aparición de la madre parece ser positiva para la situación. Su madre da soporte a Sara cuando cuenta su relato: asiente y le recuerda algunos sucesos para que pueda ilustrar mejor los puntos que quiere elaborar. Así que seguimos conversando Sara y yo, con algunas aportaciones de la madre en momentos concretos.

Finalizamos la entrevista en tiempo. Sara me había hecho hincapié en ello, para no llegar tarde a su trabajo, y los hemos manejado tal y como acordamos. Antes de marcharme, la madre de Sara me mira y se dirige a mí, queriendo destacar algo de la vida de su hija: Sara no sale, se sacrifica demasiado en los trabajos, y no hace nada distinto que trabajar. Y repite que Sara *“está mal”*. Sara asiente y continúa acompañándome a la puerta. Agradezco su colaboración y concretamos cuando me puedo pasar a recoger el diario. Acordamos el día.

La siguiente vez que veo a Sara, cuando voy a recoger el diario, se está marchando al trabajo y se había olvidado de pasar a limpiar las notas que había hecho a lápiz en su cuaderno. Quiere volver a escribirlo bien en la hoja que le entregué. Se disculpa, yo le quito importancia y le agradezco que se tome las molestias. Un par de días más tarde, tras hablar por teléfono, vuelvo a su casa a recoger el diario. Me lo da en la puerta y nos despedimos. Sara tiene que salir ya para el trabajo.

Tiempo después, cuando intento contacta para organizar el grupo de discusión, no consigo localizar a Sara. Pregunto por ella a la profesional que me había facilitado su número: *“la última noticia que tengo es que se ha vuelto a su país”*.

6.1.1.1.2.- La narrativa de Sara

En su país de origen: *tenía una vida cuando se me presentó esta oportunidad*

Sara, en su país de origen, había estudiado en la universidad, aunque no pudo acabar su carrera, por razones económicas. Vivía con sus padres y sus hermanos en una casa pequeña, *en un cuartito, que le llamábamos, una habitación que vivíamos todos ahí... y pues... teníamos nuestro baño, nuestra cocina, pequeño* (Sara_E1, 2014). Aunque en su familia estaban *mi padre y madre, trabajando, (...) no tenía yo dinero para salir. Entonces no acabé. Entré en la universidad, estuve en el cuarto semestre de la carrera de economía, [pero] lo dejé, lo abandoné. Y bueno, luego a partir de ahí me dediqué a trabajar en la [ciudad], en una empresa de costura. Que yo antes ya sabía un poquito de costura, entonces estaba trabajando, llevaba 6 años en esa empresa de costura era la más grande [del país], asegurada. Muy bien* (Sara_E1, 2014).

En ese momento, cuando Sara tenía 30 años, *en mi país salió una convocatoria para venir aquí gente a trabajar a España. Yo estaba trabajando [como costurera], entonces, pues dije, por si acaso, porque siempre...a veces cuando uno es más joven dice, “¡ay! me gustaría ir a trabajar a fuera, para ayudar a los niños” y, bueno, pues se presentó eso [la convocatoria para ir a trabajar a España]. Fui a presentarme. Presenté un curriculum y me aceptaron. Nos clasificaron a las personas, entrevistaron... fueron más de ...mucho gente...más de mil personas que se presentaron a la entrevista [y] salí seleccionada* (Sara_E1, 2014). Sara fue una de las 50 mujeres seleccionadas para ir a España a trabajar en el servicio doméstico.

La oportunidad de ir a trabajar a España la motivaba y alegraba profundamente. Como contaría en la entrevista: *“vine tan ilusionada, al poder y querer hacer tantas cosas. De decir “bueno, ahora voy a ir a trabajar, y ganaré para que mi hermano salga bachiller y entre a la universidad para que haga una carrera, y se pueda defender”* (Sara_E1, 2014). Sara es la mayor de todos los hermanos y *la única mujer* (Sara_E1, 2014) por lo que quiere ganar más dinero y ahorrar, para poder ayudar a su familia.

Esta convocatoria de empleo se realizó mediante un convenio entre los ministerios de trabajo de su país y España. Este convenio facilitaba formación, tanto en su país como

en España para el trabajo en éste último, gestionaba los trámites para entrar al país en una situación administrativa regular y buscaba, a través de entidades sociales, trabajo para las mujeres en el servicio doméstico.

Antes del viaje Sara participó, con sus compañeras, en todas las actividades formativas en las que les explicaban *cómo iban a ser las cosas y pos todo bien. Nosotras, muy bien. Y...* (respira profundo) *nos explicaron también que, por ejemplo, si nosotras íbamos a tener los papeles que teníamos todos los derechos. Todos los derechos a reclamar, a que si no estábamos bien, si nos iban a explotar, o si nos iban, nos iban a hacer trabajar más, teníamos ...el derecho de ir a reclamar* (Sara_E1, 2014).

La llegada a España

Sara llega a España donde la reciben dos personas de la entidad social Amparo (pseudónimo) y Clara (pseudónimo) y que las ayudarán a conseguir trabajo en el país. Desde su llegada, estas personas organizan todo: alojamiento, alimentación, formación y contactan con potenciales empleadores, siempre en el campo del servicio doméstico. Sara comparte tanto el viaje como este primer mes de formación, con 24 mujeres más.

Sara recuerda este mes como una experiencia vital muy bonita: *cuando llegué al aeropuerto... no sé... fue un recibimiento itan tan tan bonito! Que esa, que ese mes cuando llegamos, el mes de [enero](...) ¡la pasamos tan tan tan bien! Que cuando llamaba a mi país y hablaba con mis padres y mis hermanos les decía que ¡me estaba dando las vacaciones como nunca! Y era tan tan bonito... (...) Es que fue tan bonito. Estábamos dos semanas pasando cursos, de cómo teníamos que limpiar las casas, nos explicaron un poquito, de cómo eran, cómo eran las costumbres de aquí (...) más o menos enseñarnos cómo era aquí, el lavavajillas, la lavadora y cosas como esas que nosotros no habíamos visto allí, para tener una idea del planchado, cómo se debe limpiar una casa, nos ubicaron un poquito así, un poco de todo (...) de qué se tenía que hacer en el día a día. (...). Por eso digo que nosotras, nosotras o sea, no fue que llegamos sin saber nada, nosotros ya vinimos con esa idea de cómo iba a ser más o menos aquí. (...) [Q]ué teníamos que hacer, que era trabajar así en casas, de hogar, el servicio doméstico, con niños, con gente mayor, en limpieza y, bueno, pues yo encantada dije "¡ay! ¡qué bien, es que no me lo hubiera podido creer de que saliera seleccionada entremedias de tanta gente y vine!* (Sara_E1, 2014).

Pero esta alegría pronto se convirtió en una realidad que la hizo sufrir enormemente. Sara cuenta, entre lágrimas y sollozos, lo mal que lo pasó en el primer empleo que le consiguió la entidad social. Tras el mes de formación, Sara fue a trabajar como interna, a una casa con cuatro niños. Aunque en cierto modo, tenía información sobre cómo iba a ser su día a día, la realidad que se encontró, y el tiempo que la separa de ese momento, la hace reflexionar sobre lo poco que sabía:

al venir uno por primera vez no sabe nada, la experiencia es muy dura y mala, por lo menos a mí me tocó muy mal. Porque entré a trabajar de interna y pues uno siempre viene con esa ilusión, con esa esperanza de decir de que, "voy a ir y lo voy a hacer bien. Y lo voy a ganar y a hacer, tratar de hacerlo mejor". Por lo menos yo vine con esa intención, pero cuando entré a trabajar de interna, los niños me trataron muy mal, estuve muy mal (...) siempre me emociono en esa parte, porque al principio es un poco... a mí por lo menos; porque al resto de mis compañeros, a la mayoría le fue bien. Entraron a trabajar de internas y estaban bien (...) Los fines de semana nos encontrábamos y ellas alegres, "¡ay! el mío muy bien, que son muy buenos, la señora" (Sara_E1, 2014).

Sara vive y trabaja toda la semana en esta casa. Solamente sale un día del fin de semana. Generalmente, Sara y las compañeras con las que había compartido viaje y la formación, intentan al menos una vez al mes reunirse (estos encuentros se mantendrán en el tiempo). En esta época resultan clave, puesto que en ellos Sara comparte lo que está viviendo. Sus compañeras, no sólo la escuchan, sino que la aconsejan e intermedian para que la situación cambie:

Y bueno, pues yo empezaba a llorar y les decía "no, los míos no, porque son muy mal criados, me pegan mucho, no me escuchan". Y claro es, es duro al principio, tener que acostumbrarte. Al principio yo quería volverme a mi país, decirles que no me importaba nada, porque no me gustaba la forma de trabajo.(...) Amparo[pseudónimo] [una de las trabajadoras de la entidad social], que era encargada de nosotras, las que estábamos aquí (...), pues las chicas me dijeron, "¿pues porque no hablas con Amparo, le dices que estás mal y que te cambie de casa?" Al principio Amparo me dijo, que "Sara, la del trabajo es aquí así. Y eso es lo que hay si quieres trabajar". (...) Y las chicas me decían, insístele, insístele (...) y las chicas actuaron por mí (...) hicimos [una reunión] entre todas las chicas para comentarle cómo nos estaba yendo (...) Así todas muy bien, y claro lo mío era todo llorar, mal, mal (Sara_E1, 2014). Finalmente, Amparo accede y llama a la empleadora de Sara. Con esta llamada arregla las cosas para que pueda dejar de trabajar en esa casa.

Sara mantenía informados a los padres de lo que le iba sucediendo: *Llamaba, bueno, cuando podía los fines de semana, a mi padre, a mi madre y diciéndoles que no estaba bien y "pasó todo eso, pasó todo eso". Mi madre me decía "¿por qué estás mal?" Y yo le decía, de que aquí no estaba bien (...). Pero luego mi madre dijo, "Bueno Sara, me voy a venir porque estás llorando mal, que me voy a venir como turista"* (Sara_E1, 2014).

La primera etapa

Tras dejar este trabajo, Sara encuentra otro empleo también de interna. Esta vez las condiciones de trabajo y la familia empleadora son mejores, son *buena gente* (Sara_E1, 2014). Lamentablemente, este trabajo le duró poco tiempo, puesto que la señora mayor a quien cuidaba, falleció en menos de un mes. Sara vuelve a encontrar un trabajo como interna cuidando a otra señora mayor y se repite la situación: al mes esta mujer fallecía. Sin embargo, los hijos de esta señora se encariñaron con Sara y les gustaba su manera de trabajar. Por eso, al ver que Sara se quedaba sin trabajo, le buscaron alternativas. Primero le ofrecieron trabajar por horas en sus propias casas, limpiando, y luego, poco a poco, a través de conocidos, Sara fue consiguiendo otros trabajos por horas, en distintas casas.

Aunque para Sara, esta situación es mejor que la anterior, tampoco le resulta fácil. Señala que en ese momento, en su día a día, aparecen otras dificultades: *al principio más, porque uno no conoce a nadie, no sabe, no conoce las calles, no sabe bien cómo hacer el trabajo, en un lugar, el otro. Al principio sí que es duro, porque no sabes dónde ir un fin de semana, no tienes un lugar* (Sara_E1, 2014). No conocer el nuevo contexto, ahora que no vive en la casa de su empleador, conlleva nuevos retos en su día a día. Sara explica que esto es un proceso: *luego poco a poco uno se va adaptando y va conociendo a más gente, gente muy buena, ya coges un piso, pues van cambiando las cosas* (Sara_E1, 2014).

Sara alquila un piso con la ayuda de uno de sus empleadores. En este piso van a vivir ella, su madre, quien en esta época emigra a España para estar con ella, y algunas otras compañeras.

La madre de Sara entró al país como turista, por lo que, su situación administrativa, al quedarse a vivir con Sara, era irregular *a diferencia de [nosotras que] habíamos venido*

con papeles todas legalizadas (Sara_E1, 2014). Las limitaciones que esto implica, pasan a ser una preocupación y tener peso en la vida cotidiana de Sara.

Así, su día a día, había dado un giro de 180 grados. Ahora, en lugar de vivir con sus empleadores Sara vive en su propia casa, compartida con su madre y unas compañeras. Se enfrenta al reto de manejarse por la nueva ciudad, yendo de un lado a otro, sus empleos en el servicio doméstico, sin conocer el contexto y teniendo que aprender cómo se trabaja en una casa y en otra en el día a día. Estos empleos y el desplazamiento entre ellos le llevan la mayor parte de su día.

Sara, en su tiempo libre, algún día del fin de semana, no sabe qué hacer, ni a dónde ir. Continúa reuniéndose con sus compañeras de vez en cuando. Con el paso del tiempo estas reuniones se van espaciando en el tiempo. Cuando por fin comienza a saber qué hacer en su tiempo libre, su situación administrativa y la de su madre, limitan las opciones de hacer lo que a ella le gustaría: viajar.

Sara reflexiona sobre las experiencias en cada una de estas esferas:

En el trabajo, Sara conservaría la mayoría de los puestos, los cuatro años siguientes. Sin embargo, sus experiencias en muchos de ellos la hacen sentirse frustrada y dolida. Sara explica cómo en muchos de estos lugares se siente explotada e infravalorada. Le da mucha importancia a hacer bien su trabajo, pero en el desempeño cotidiano del mismo, se encuentra que los empleadores no lo valoran e incluso, al contrario de lo que ella espera:

*muchas veces uno va a trabajar "mira Sara (...) tú haces el, Sara, trabajo tan bien". Te dicen que estás tan a gusto contigo, pero resulta que bueno, ese mismo día, o ese mes, te dice "mira Sara que necesito que hagas esto", que "tienes que hacer esto". O sea mientras trabajas más y haces más...te quieren pedir más y más y mássin....reconocerte el decir "mira eh...sí me gusta trabajo Sara" o "mira puedes...eh...descansar un día" o por ejemplo "te voy a aumentar porque... a mí me gusta el trabajo que haces"...y ella [empleadora] me exige más. (...) eso es lo que no me gusta...(Sara_E1, 2014). Así, explica que incluso haciendo todo lo que le demandan en los trabajos, siempre hay una exigencia más, quieren incrementar la carga de trabajo sin cambiar las condiciones del empleo. Sara no aguanta eso, lo siente como *luna explotación!* (Sara_E1, 2014).*

Estas situaciones la hacen sentir *mal, a mí muy mal y yo soy una de esas personas que, que no, que no lo dicen, me callo (...)* Por ejemplo, a mí me dicen..."mira Sara necesito

que me lo hagas más esto” y yo...(dubitativa) sigo sacrificándome ...y dándolo más porque pienso que ellos lo necesitan. Y entonces, a mí me gusta hacer mi trabajo bien. Entonces yo doy todo de mí. Lo hago (énfasis) Y cuando me dice la gente, o sea, se aprovecha de mí, me dice “quiero que hagas más, y más y más” entonces ahí es donde no hablo y y pues a mí no me gusta. (...) porque es como te decía, es una explotación...y no lo hablo, yo pienso que ahí ese es mi error mío... Porque debería hablar (Sara_E1, 2014). Esta es una reflexión que Sara hace en más ocasiones, comparándose con otras personas, entre ellas su madre, quien enfrenta las situaciones, similares a las descritas, de otra manera:(silencio) puede ser que ese sea mi error. Sí. No lo he hablado, siempre me he dejado...la gente me dice, por ejemplo,[la empleadora dice] “Sara eh...quiero, necesito que vengas a hacer esto, o, ir a...que mañana es festivo y lo tienes que trabajar” bueno, yo “sí” todo callada, y por ejemplo en mí... en el caso de mi madre, (carraspeo) en ese aspecto, ella sí,.. sí le decía, “mira que mañana ...” ella le decía, que no, que “mañana no voy a venir, porque mañana es festivo y habíamos quedao en que...” y entonces, cosas como esas. (Sara_E1, 2014).

Sara cree que este tipo de exigencias fuera de lugar están relacionadas con que [] a gente española es un poco racista hacia nosotros (Sara_E1, 2014). Sara reflexiona en voz alta: yo pienso que porque somos de afuera... tal vez somos (silencio) también tendrá que ver el aspecto...pienso yo, no lo sé. Porque... el que seamos, bajitas, gorditas...o.. no lo sé... y ...¡a uno le pone muy mal! (énfasis)(Silencio) porque se siente... impotente, incapaz de poder decir “mire señora es que aquí...a mí no me gusta esto, no lo voy a hacer y...lo dejo” (Sara_E1, 2014).

Sara se apresura a aclarar, que también he encontrado gente muy muy buena, que, que te hace sentir como ...como si fueras de la familia(...), porque la señora, a la que cuidaba, los hijos me trataban como si fuera una hija más (hincapié) (Sara_E1, 2014).

En definitiva, Sara he conocido gente buena, gente que me ha tratado muy mal, gente que se ha aprovechado de mí... (se emociona)...pero...(gran silencio, entre sollozos). Pero pienso, pero pienso que, nosotras, la gente extranjera como yo...(silencio) tal vez venimos sabiendo que nos va a pasar que nos va a pasar todo eso porque ...(silencio) es otra cultura, es otra gente (entre sollozos). Y habrá otra más, otra gente que sufre mucho más que yo... que por ejemplo (silencio) [que] no tenga papeles y otra gente [como los empleadores] se aprovecha al máximo. Y entonces es un poco difícil y duro... (Sara_E1, 2014).

Sara sabe que esto ocurre frecuentemente. Cuando se reúne con sus compañeras de viaje, *algún domingo, un fin de semana, [a] hacer una comida, un cumpleaños o simplemente encontrarnos y juntarnos en alguna casa* (Sara_E1, 2014). En estas reuniones comentan cómo les va a cada una, las condiciones de trabajo que tienen, cómo manejarlas, comparan condiciones laborales (tareas, sueldos, etc.) e intercambian información sobre posibles trabajos. En estas reuniones unas y otras se contienen emocionalmente: *nosotras siempre comentamos. Si una se pone a llorar y dice "yo no tengo ni para comer" no puedo ni comer y...y...y otra dice "es que yo...mi habitación es tan pequeña que no..." y es que...es que se escucha tantas, tantas cosas" (respira profundo) que.. no podemos hacer nada. Nos sentimos impotentes... (...)* (Sara_E1, 2014). Sara explica las diferencias que había entre las mujeres que sí tienen papeles y las que no: *Pero hay una... chicas que no tenían los papeles y decían de que ellas tenían sus hijos, sus esposos y tenían que aguantar todo. Y nosotras, me acuerdo que les decíamos, que no tenían que aguantar tanto, que por qué, por qué, no es justo que aguantaran tanto (se emociona ligeramente). Y ellas decían que sí tenían que aguantar, porque tenían que cobrar ese dinero a fin de mes para enviarles a sus maridos y a sus hijos... Pero era una tristeza...* (Sara_E1, 2014).

Con el paso del tiempo Sara cuenta que las propias compañeras y ella van haciéndose valer: *cuando habíamos llegado no sabíamos nada, pero como te comento a ti, a veces en unas reuniones de amigas, siempre comentándonos, hablándonos, entonces una ya va aprendiendo... aprendiendo, (...)* gente inmigrante que ya ha aprendido, y que tal vez era un poquito más dura, más... eh... que, por ejemplo, ya diga no, no puedo aceptar "tanto". Y no sé, ver y buscar en que, por ejemplo, te traten un poco mejor, o te paguen un poquito bien... y... y así (Sara_E1, 2014).

Además de estas reuniones con sus compañeras, Sara comienza a conocer los recursos de la comunidad y participa en otros grupos con personas inmigrantes, organizados por las entidades del tercer sector de la ciudad en la que vive. [P]*articipé yo y mi madre, para hablar un poco de diferentes temas y entonces ahí, también uno saca y habla. Porque ya, era como una psicóloga. Y te dice que hables, y preguntamos a ver qué cosas nos gustan de aquí, qué cosas no nos gustan, y que deberíamos hablar, deberíamos decir las cosas, que nos gustan, que no nos gustan. Y no quedamos calladas. Que, nos explicaba nos orientaban un poquito también. Y sí, uno se siente bien allí, porque, estando con esa gente que te entiende, que te escucha y te dice, mira a ver, tú dime qué, qué es lo que*

necesitas. O que es lo que no entiendes. (...). Y uno se siente bien en esos lugares (Sara_E1, 2014).

Sara también participa en otro tipo de actividades, gestionadas también por entidades del tercer sector, en las que las personas inmigrantes puedan enseñar elementos de su cultura a la ciudad. Cuando participa, explica *que te hace sentir mucho..., muy bien también, el que te reúnas con un poco de gente, de diferentes países y comentas y hables un poco.(...) en este tiempo que estoy aquí, he conocido a gente... de muchos lugares del mundo. Y es muy interesante porque, no es lo mismo que nosotros, tienen muchas...cultura otros platos típicos, otra forma de hablar de cambiar la palabra. Además, cuando estas actividades las hacen abiertas para toda la ciudadanía, Sara se siente muy orgullosa: ... Pues me gustó tanto, "¡ay! Mira", y nos miraban y se emocionaba, "mira allá vienen los indios, los indiesitos", y nosotros bueno, los indios. Nosotros nos sentíamos orgullosos de representar esa [actividad]. Aunque ellos no supieran que... que ese [plato] tiene un nombre. Y que es de algún departamento de nuestro país. Y... ¡y me gustó tanto!* (Sara_E1, 2014).

Además, en aquella época *alguna vez, algún festivo, o algo, que mmm, que me dio ganas de viajar, o que alguna vez en los 5 años que estuve yo, me fue bien, porque trabajé y gané muy bien, en algunos meses- en algunas épocas, no siempre-, y entonces, había momentos en el que me me, me hubiera gustado...aprovechar, eh... el trabajo que había hecho y el sentirme muy feliz, muy contenta, y de aprovechar mi tiempo y conocer algún sitio. Y como yo estaba aquí con mi madre, porque estábamos las dos solas, no teníamos a nadie más, entonces siempre yo le decía, "mami ¿y por qué no viajamos por ejemplo a [Madrid]? ¿Por qué no vamos a [Madrid]?" y...y ella me decía... se se se animaba y me decía "Sí, viajamos". Pero resulta que cuando ya iba a llegar el día ehh, por ejemplo en el que quisiéramos viajar, decía, "pero no, no... ¿y si me piden [la documentación]?"...bueno no ahhh no, no podemos hacer nada. Y pues, un disgusto, no sé, una tristeza, impotente de no poder hacer nada. Nos quedábamos así* (Sara_E1, 2014).

Algo similar le sucede con un viaje a Londres. Ella y una amiga, también latinoamericana, compran un billete para ir a Londres: *y yo contenta "¡Ay! ¡Que voy a viajar a Londres!" A conocer unos días en Semana Santa. ¡Compré el billete y todo! Cuando estábamos viajando con esa amiga, en [el aeropuerto] me dijeron que no podía viajar. Yo le dije "¿Por qué?", y me dijeron porque [mi país] no tiene el convenio, entonces pues me dijeron de que no me podía ir, porque si iba me podía agarrar la*

policía, entonces me tuve que quedar en [el aeropuerto] y se fue ella sola (Sara_E1, 2014). Sara, decide no reclamar a la agencia que le había vendido el billete.

Finalmente Sara, casi 5 años después de emigrar, organiza su vida y consigue ir de vacaciones a su país.

Al regreso de sus vacaciones

Sara vuelve a España tras 6 meses en su país. Le había dejado sus trabajos a una amiga para que se los devolviese a su llegada, *...bueno, supuestamente iba a ir por dos meses y volver. Pero no fue así, me quedé seis meses y al retornar eh...bueno no podía yo...viendo la situación que está ahora aquí en España, no podía decirle a mi amiga que mira...devuélveme mis trabajos. No. (énfasis) Tuve que buscar otro trabajo, empezar nuevamente (Sara_E1, 2014).*

Sara estaría casi 8 meses sin trabajo porque *no podía encontrar, pero yo estaba tranquila porque también estaba cobrando el paro, 200€, entonces pues tranquila porque, como uno, yo soy soltera no tengo ningún compromiso (...)* diría que es una ventaja ¿no?, que yo soy soltera. No tengo hijos. Entonces yo pienso que eso también me ayuda a mí mucho, (...) *al ser una persona sola, bueno no tengo tanta....mmm... eh...cómo le diría, ¡tanta necesidad!* (Sara_E1, 2014).

Al principio, Sara dedica su día a día a buscar trabajos, preguntando a amigas, yendo a las distintas entidades del tercer sector, etc., pero poco tiempo después decide que no es una estrategia productiva. Prefiere quedarse en casa *porque... yo, a mi me conoce la gente, entonces bueno decía yo, algo me tendrá que salir. Pues. Es como no sé, hay otra gente que dice que salir a buscar para que encuentres algo. Pero bueno, salir... a buscar... y no encontrar nada... es... yo no sé... yo lo veo en ese aspecto, para qué voy a salir, si yo ya he ido, a buscar, a un sitio a otro. Pues, mejor no voy y me quedo en casa* (Sara_E1, 2014). Dedicaba su tiempo a leer la Biblia y otros libros, a escuchar música, a coser con su máquina algún encargo que pudiese tener o, cuando era necesario, a hacer recados (administrativos por ejemplo) fuera.

Por las tardes tenía un trabajo, pequeño, una hora y media, en el empleo doméstico, reemplazando a una compañera. Cuando acababa volvía a casa, más o menos a la hora que volvía su madre de trabajar y cenaban juntas.

Vuelta a la rutina de trabajo

Tras 8 meses, Sara vuelve a conseguir distintos empleos en el servicio doméstico. Siempre trabajando por horas en distintas casas. La opción de trabajar como interna, aunque hay más oferta, la descarta porque *antes te pagaban por lo menos de interna un poquito más, 800,900€, yo llegué a ganar con las personas que estuve ganando, trabajando de interna, 1100€. Pero después de eso, te ofrecían un salario de 500€ trabajando. Gente que ha trabajado, tendría mucha necesidad, que tienen contado de 500€,600€. Yo le decía de que interna yo por ese sueldo, no. Porque es, es encerrarse y depende de cómo estés en ese trabajo porque de interna también es mucho trabajo, es y, o sea, se ha notado bastante, se ha notado bastante hoy en ya los sueldos de interna son muy bajo 700€ porque no son 8 h de trabajo, trabajamos todo el día...* (Sara_E1, 2014).

Por eso prefiere empleos por horas en distintas casas. Desde este momento hasta la actualidad Sara trabaja toda la semana. Su rutina consiste en levantarse a las 07:45 u 08:00 porque entra a trabajar a las 9:00. Salgo a las 11:15, al otro entro a las 11:30 y salgo a la 13:30. (Sara_D, 2014) Después vuelve a casa, come y descansa para entrar al siguiente trabajo a las 16:00 y salir a las 20:30. Este es su horario de lunes a viernes.

[L]os fines de semana empecé [hace unos meses] con la señora, con una viejita de 98 años a trabajar. Entonces los sábados, después de acabar de trabajar con la señora que trabajo- que trabajo hasta la una de la tarde- me voy al otro trabajo a la una y cuarto, hasta las nueve de la noche. Nueve y media salgo a veces. Y los domingos de doce del mediodía a nueve de la noche, trabajando (Sara_E1, 2014). Sara trabaja un domingo sí y uno no.

En estos trabajos, Sara además de las tareas físicas debe hacer un esfuerzo emocional: *estoy trabajando con gente mayor [hay que] estar siempre pendiente de ellos, a animarles, hablarles. Muchas veces están mal, de animarles y decirles todo el tiempo ... Hay que estarNo es como quien dice, ¿no? que, cuando voy a mi país, (...) "¡ay! ¡trabajar allí es fácil! Es... "van y ustedes ganan de lo fácil" Pero no es así, ¡porque es duro!*(Sara_E1, 2014).

En este día a día, a veces se encuentra mal pero no deja que los demás lo vean: *te levantas, sí, mal, triste. O simplemente por el cansancio del trabajo. Que estás cansada, estresada. Estás así un poco, sin ganas, pero no puedes demostrar, ni decir eso. Y siempre estás igual para todas las personas ¿no?, alegre, (...) muchas veces te levantas bien, otras veces mal, y a veces estoy un poco cansada, otras veces me duele el hombro*

de haber trabajado mucho, a veces me duele el pie, depende del día(...) siempre me miran y me dicen a mí, todos los que me conocen, "eres muy contenta, siempre estás con una sonrisa" aunque a veces no esté así... (Sara_E1, 2014).

Sara reflexiona sobre esto y se resigna: *no puedo hacer más nada (...) había venido para eso, a venir y a trabajar. Y eso es lo que estoy haciendo hasta ahora, trabajando, dando lo mejor de mí, ayudando a las personas, aunque muchas veces otras personas no sepan reconocer tu trabajo (Sara_E1, 2014).*

En la conversación, Sara, pone un ejemplo de cómo ha reaccionado recientemente cuando no han respetado su trabajo. Este es un ejemplo extremo, en el que dejó el trabajo por este motivo: *en una casa que me tocó trabajar con niños, con niños aquí cerca en, aquí cerquita una señora se llamaba [Dolores], tenía 3 niños (...) Había cosas que hacer siempre, siempre. Y ella no reconocía el trabajo porque la señora era muy desordenada, los niños eran muy desordenados. Ella estaba todo el día fuera, porque su trabajo, no sé, era, no sé en qué trabajaba(...) y claro yo me encargaba de los niños, de cocinar, lavar, limpiar, planchar, hacer todo, prácticamente todo, todo, todo, todo, yo, como le digo siempre, doy todo de mí cuando entro a trabajar en algún lugar. No soy una de esas personas que tiene que decirle lo que tiene que hacer. (...) Y no saben reconocerle ...le tuve que decir a la señora [Dolores] que la dejaba porque ella no me ayudaba como señora de la casa (Sara_E1, 2014).*

Los pocos momentos de la semana que Sara no trabaja *pues me dedico a mí, estando aquí [en casa]. Yo no soy nada fiestera, nada amiguera, soy una chica que me gusta estar en casa, me gusta más estar haciendo mis cosas, me gusta ver la tele, me gusta ir a ver, alguna vez al cine, pero más dedicada a mí, y ese es un fin de semana para mí (Sara_E1, 2014).*

Así, en los momentos que no trabaja *siempre estoy aquí en casa, el tiempo libre que tengo lo dedico a descansar porque muchas veces, no sé, me siento cansada. Es cómo le digo... no sé, en el trabajo lo doy todo. Hago las cosas, vengo, voy muchas veces...Me siento cansada y cuando tengo tiempo pues me quiero dedicar a mí, a descansar, estar echada en mi cuarto, haciendo mis cosas, cosiendo, descansar. ¿Tengo tiempo para ir a la piscina un domingo? Pues voy un domingo, o un sábado, el tiempo que vaya. O a las tiendas a dar una vuelta y volver a casa. Esa es mi vida todo el tiempo que estoy aquí, y nada más.(...) yo no sé si será una excepción porque yo tengo escuchado y visto, que mi madre, es el polo opuesto de mí, que ella cuando tienen tiempo se va a la fiesta, se va, se trasnocha, llega al día siguiente. Yo sin embargo, no.*

Del tiempo que estoy aquí, no, nunca he ido a una fiesta, no sé que..., bueno tendrá que ser también el carácter de la persona yo soy un poco así que no me gusta, no me gusta, no. Prefiero estar en casa el tiempo libre (Sara_E1, 2014).

Aunque ahora, al conseguir la nacionalidad, podría viajar y cumplir su ilusión después de esa [ocasión en que intenté ir a Londres] ya no pude porque la situación ya no estaba tan buena. Tenía para ese entonces un dinero ahorrado. Podía ir. Después ya no he podido hacer nada. Y ahora tampoco, porque con la señora que he trabajado me dijo desde un principio que no tenía vacaciones, que me las iba a pagar. Entonces pues ya no puedo hacer nada tampoco, porque sí que me hubiera gustado viajar a algún lugar, conocer. Pero ahora no puedo hacer nada. Y por eso le digo, es lo que hay. Y cada uno tiene que conformarse con lo que tiene, unos más, otros menos pero al final es lo que hay (Sara_E1, 2014).

Sara quiere incidir en un aspecto que le parece fundamental: el racismo que vive en su día a día. Porque muchas veces... eh... cuando estamos en el día a día y yo por ejemplo en mi caso, que voy... a pie, de casa para el trabajo, y me vuelvo a pie... y es que no me explico. Porque yo he vivido en Brasil, te comento también esto, que no es lo mismo. He vivido 3 años en Brasil, he trabajado. Y te digo que la gente no es así. Es gente brasilera, tan buena, o sea, gente tan bonita, tan alta, que te mira y te habla con respeto, te trata como si fueras de ellos. Sin embargo aquí yo no noto eso, siempre siempre un miramiento... un no sé, un... que te mira tan feo la gente... Yo digo ¿por qué? ¿Por qué hay eso? Yo digo, estamos en un mundo donde la gente es igual (...) Pero no, yo veo que aquí hay mucho racismo. Que por ejemplo en el caso mío, yo voy caminando por las calles con mi mochilita, y yo soy una persona sencilla, del tiempo que estoy aquí... siempre he sido sencilla, no soy una chica que le gusta... mmm... Hay aquí compañeras que tenemos que se han adaptado fácilmente a la vida de aquí... pues... se podría decir que son, a..., o por lo menos, aparentan ser unas chicas españolas. Que cambian el tipo de pelo, su forma de ser... de vestir. Y no. Yo he sido siempre como soy, o sea, así tal cual como soy. Y pues en la, en la calle, muchas veces la gente me mira yo diría que feo. Y pues... en ese aspecto, del día a día, también es otra cosa que no me gusta, y le hace sentir a uno mal. Y yo digo ¿por qué? Porque soy bajita... soy gordita... y ¿tengo que hacer mis cosas y no me arreglo bien, o no me visto bien? Pues... Pero es que yo me siento bien, andando limpia, y... siendo así, tal como soy. Seré gordita y tal, pero es que todos... no sé. La gente será así, unos tendrán defectos, otros no, pero ser gente normal, y andar y hacer tus cosas normal. (Sara_E1, 2014).

Sara finaliza resumiendo cómo es para ella su día a día: *algunas veces sí, algunas veces sí, sí que me siento, en mi caso, ¡sí! ¡muy cansada, muy agotada, estresada! Ya son, ya, estoy yendo 4 años, que no voy a mi país. Y a veces digo "¡Ay! ¡Que estoy agotada! ¡Que quisiera irme! ¡Dejarlo todo! Pero no. Sigo yendo día a día, y bueno, va pasando. Aunque no tenemos de otra ¿no?. Hay otra gente peor que yo. Familias enteras que no tienen ni que llevar el plato a su casa. ¡España está muy mal! Ha caído mucho, y claro me toca conformarme con lo que tenga, y con lo que haiga. Algunas veces contenta, otras veces mal, triste. Y lo mismo en el trabajo, con la señora. Unas veces está bien otras veces está mal. Otras veces no hay quien lo aguante, pero bueno, van pasando los días, las semanas, los meses y no te enteras y es navidad, y ya es medio año... ¡Uf! Van pasando... (silencio) así es el día a día mío* (Sara_E1, 2014).

6.1.1.1.3.- La lucha en las ocupaciones: un camino a la resignación

En la historia de Sara se puede identificar una línea argumental que asciende con rapidez, cuando se le presenta la oportunidad de venir a España (generada por la política de ambos países) pero que pronto cae estrepitosamente, al comenzar a trabajar en el empleo doméstico en este país (a pesar de tener "todos los derechos"). A partir de ese momento la trama continúa desarrollándose con suaves fluctuaciones (conseguir trabajo y sentirse infravalorada o explotada, tener la oportunidad de viajar y que ésta se frustrate, descubrir qué hacer en el tiempo libre y preferir quedarse en casa, entre otros eventos). Estas fluctuaciones se desarrollan a un nivel medio, es decir, en un espacio más alto que la caída, pero nunca llegan a alcanzar el nivel inicial. Hacia el final de esta historia, se puede observar cómo la trama sigue cayendo hasta parecer estabilizarse en una cotidianeidad monótona (la actualidad de Sara) caracterizada por el trabajo casi sin descanso, la supresión emocional, la restricción "autoimpuesta" de las actividades y la resignación: *toca conformarme con lo que tenga*.

A pesar de cambiar la forma de trabajo (de interna a externa) la falta de reconocimiento por parte de las personas empleadoras, y el abuso en las exigencias desbordan emocionalmente a Sara (*claro lo mío era todo llorar, mal, mal*) pero poco a poco, y tras la participación en otras ocupaciones como las reuniones con las compañeras, Sara vive un proceso de concienciación (*siempre comentándonos, hablándonos, entonces una ya va aprendiendo...*) pasando de la pasividad de las primeras situaciones (sobre la que ella misma reflexiona) a poner límites, por ejemplo: dejando uno de los trabajos. Parece que Sara emplea estas ocupaciones colectivas para fortalecerse.

Aunque el trabajo de externa le permitió cierto margen para la exploración y la participación en la nueva sociedad, la mayoría de actividades en las que participa -antes de las vacaciones a su país- corresponden a un espacio periférico de la sociedad: actividades organizadas por el tercer sector con otras personas inmigrantes. En aquellas que se realizan con el objetivo de conectar con la ciudadanía en general, la protagonista destaca la satisfacción de sentirse reconocida por la nueva sociedad (en las demostraciones públicas de su cultura) y el pertenecer a un grupo (*Nosotros nos sentíamos orgullosos de representar esa [actividad]. Aunque ellos no supieran que (...) que es de (...) nuestro país*). Ambos aspectos destacan puesto que parecen no existir en el resto de esferas de su vida cotidiana. En estas esferas la protagonista se siente discriminada (*yo veo que aquí hay mucho racismo*). A pesar de esta discriminación presente, por ejemplo cuando camina por la calle, Sara tiene claro que no renuncia a su identidad, se niega a cambiar (*Yo he sido siempre como soy, o sea, así tal cual como soy*).

A la vuelta de sus vacaciones en su país, la trama parece descender todavía más. La situación socioeconómica que vive el país (*¡España está muy mal! Ha caído mucho*), recrudece las condiciones del empleo doméstico (por ejemplo: salarios más bajos) y dificulta cada vez más llevar a cabo el proyecto migratorio con el que soñó. Poco a poco, la fuerza de la protagonista para cumplir sus expectativas se va diluyendo ante las limitaciones que se concretan en las ocupaciones cotidianas. Sara sólo tiene energía y tiempo para trabajar, renunciando a otras actividades como viajar, participar en actividades en asociaciones, etc. Sara “elige” restringir sus ocupaciones, aunque esta “elección” parece estrechamente relacionada con las limitaciones contextuales y aquellas vividas en sus ocupaciones previas.

En esta nueva configuración monótona e individual de su día a día, existe un gran desgaste físico y mental (por ejemplo los dolores en el hombro o el agotamiento). Sin embargo Sara no se permite, ante los demás, mostrar estas emociones. Incluso, ante ella misma, se convence de *había venido para eso, a venir y a trabajar. Y eso es lo que estoy haciendo*”. Lo que contrasta con su idea inicial *“vine tan ilusionada, al poder y querer hacer tantas cosas*.

Así van pasando los días, las semanas, los meses... y la resignación parece predominar en el desempeño de sus ocupaciones diarias: *¡Ay! ¡Que estoy agotada! ¡Que quisiera irme! ¡Dejarlo todo! Pero no. Sigo yendo día a día, y bueno, va pasando. Aunque no tenemos de otra ¿no? (...)toca conformarme con lo que tenga*.

6.1.1.2.- La historia de María: “como un robot”

6.1.1.2.1.- Conocer a María

Contacto con María a través de una organización del tercer sector para invitarla a participar en el estudio piloto. Ella es una de las protagonistas de aquel estudio. Vuelvo a invitarla a participar en la segunda parte de esta tesis doctoral, vía telefónica, a lo que accede con gran interés.

Conozco a María en su casa, en donde habíamos quedado para explicarle con más detenimiento en qué consiste su participación en la investigación. Muestra mucho interés en el estudio haciendo hincapié en que quiere participar porque si esto sirve *para mostrar mi realidad y poder cambiar algo, estoy dispuesta* (María_CC, 2012). Empieza a contarme su experiencia tras la migración y la dureza de la misma. La grabadora no estaba puesta, ya que no era el propósito de esta visita. Decido no cortar su relato porque podría ser interpretado como falta de interés y me concentro en recordar todo lo que narra, para recogerlo en el cuaderno de campo.

En lo que me cuenta, me sorprende la cantidad de actividades y recursos de la ciudad que conoce y usa en su día a día. Esto contrasta con algunos relatos y acciones que conocía algunos profesionales del tercer sector, en los que se presentaba a estas mujeres como “desorientadas” en el uso de los recursos y cuyas intervenciones se articulaban en torno a dar asesoramiento. María conoce muchas entidades del tercer sector donde pide ayuda para realizar trámites burocráticos, va con sus hijos a la piscina municipal, acude a asociaciones en las que ha realizado cursos o en las que busca cursos para su marido, etc.

Tras media hora, consigo cerrar suavemente el encuentro posponiendo la conversación para otro momento. María, tras haberse emocionado en varias ocasiones explicándome la dureza de la experiencia vivida, me sonrío relajada y bromea con que no esperaba a alguien de la universidad como yo: esperaba a *alguien de traje* (María_CC, 2012). Aquel día yo iba vestida con unos vaqueros, una camiseta, un fular y mis gafas. Me marcho con la sensación de haber establecido una relación empática con María y con el encuentro programado para la siguiente semana.

En los siguientes encuentros, acompaño a María en su vida cotidiana. Me invita a ir con ella a la Iglesia Evangélica dos domingos así como a pedir ayuda económica y de alimentación a una entidad del tercer sector. Durante estas actividades, mantenemos

conversaciones que son recogidas en el cuaderno de campo inmediatamente después. En una de estas charlas, donde estaba presente otra amiga, les cuento que mi familia es inmigrante y que yo nací en Uruguay. Ante esto María me mira como si algo por fin encajara y me contesta: *"ah... por eso te llevas tan bien con nosotras"* (María_CC, 2012). A lo largo de estos encuentros, poco a poco, María me va contando elementos más íntimos de su historia.

Para finalizar esta primera investigación (estudio piloto), nos volvemos a reunir en su casa para realizar una entrevista. María tenía todo preparado. Su hijo está en otra habitación tocando el piano, y su marido llega con su hija un poco más tarde. Ella los recibe pero organiza todo de tal forma que nos quedamos las dos solas en su sala de estar.

María parece ponerse nerviosa al poner la grabadora. Poco a poco, se olvida de su presencia pero tengo la sensación de que lo que me cuenta se queda en un nivel superficial, a diferencia de las conversaciones mantenidas durante las actividades. Al parar la grabadora, María, de repente, comienza a elaborar más algunos temas tocados en la entrevista, como la relación con su marido. Esta vez, el tono y el contenido es más profundo. Esta conversación se recoge en el cuaderno de campo. Nos despedimos con la idea de volver a vernos, pero cuando la llamo para organizar el encuentro final, me dice que sus hijos y su marido van a regresar a su país de origen y que no me va a poder atender.

Casi un año después, contacto con María por teléfono para invitarla a participar en el siguiente estudio. Enseguida acepta con ilusión.

Nos volvemos a ver en la misma casa. Puesto que su familia no está, ahora comparte el piso con un hombre joven, inmigrante africano, lo que la ayuda hacer frente a los gastos. Tras aclarar los últimos detalles del nuevo estudio, comenzamos la entrevista con la grabadora puesta. Esta vez María no se pone nerviosa por el uso del aparato. La entrevista se vuelve enseguida profunda y en varios momentos se emociona tanto contando la experiencia que necesitamos hacer descansos de la entrevista.

Tras finalizar, María me cuenta algunas otras anécdotas, recogidas inmediatamente después en el cuaderno de campo, y acordamos volver a vernos en el grupo de discusión.

6.1.1.2.2.- La narrativa de María

La llegada a España

Antes de emigrar a España, María en su país de origen era administrativa en un banco. Decidió venir a España a trabajar para buscar una vida mejor para ella y su familia. María se marchó a de su país con 35 años, dejando a su marido y a sus dos hijos de 2 y 7 años allí.

Cuando llegó a España, encontró trabajo en el servicio doméstico muy pronto. Trabajaba principalmente un una casa haciendo las labores del hogar y cuando salía de ese puesto, aprovechaba el resto del día para trabajar por horas en otras casas de la ciudad. Muchos de estos trabajos los conseguía acudiendo a distintas entidades del Tercer Sector quienes facilitaban ofertas de trabajo.

En esta etapa María pasaba su día a día trabajando, trabajando y buscando el momento para llamar a su familia. Una etapa, que duraría unos 3, casi 4 años, y que María describe como muy dura por dos motivos principalmente. Uno de ellos era el dolor que le provocaba la separación de su familia:

(...) me sentía , me sentía muy sola aquí, al no tener familia y eso. (profundo y triste) ... pasé muchas, muchos problemas.. muchas muchas cosas. Tal vez económicamente aquel tiempo no, pero.. pero al no tener tu familia tanto tiempo, al estar tan tan tanto tiempo lejos, ¿no? de tus seres queridos, de mis hijos, de mi esposo. Ha habido momentos en que... me ha llegado una depresión... ¡Fuerte! eh... fui al psicólogo y todo eso... y no... Claro, me daban pastillas para para dormir, porque a veces no me daba ni sueño. Una depresión fuerte, como muchas mujeres sufrieron aquí, o pasaron, o hombres también que vinieron y pasaron por esa depresión. Yo pienso que bueno, que [quien] va a otro país, sufre los fenómenos de la migración. Entonces eso es lo que ha pasado conmigo. Como madre sufría mucho de mis hijos... (profundo) (María_E1, 2012).

El otro motivo por el que esta época fue de *tanto sufrimiento* (María_E1, 2012) era la frustración de tener que aguantar que su jefe se aprovechara de ella con la promesa de regularizar su situación administrativa: *(...) mi jefe me hizo muchas cosas en ese tiempo, o sea, [se] quería de aprovechar de mí en cuanto al trabajo. Por darme papeles, me quería disminuir de sueldo, quería que le trabajara más horas y... claro... piensan que aquí, algunos españoles... ¡que no sabemos nada! que allá por lo que venimos [de un país] subdesarrollado, ¡piensan que no sabemos nada! Sin embargo nosotros, uno:*

tenemos valores y otro que también somos estudiados. Yo estudié allá en mi país, sólo que aquí no puedo ejercer porque tengo que homologar (María_E1, 2012).

Sus estudios de administración le podrían dar acceso a mejores trabajos pero no puede homologarlos por dos motivos: *siempre me he dedicado al trabajo* (María_E1, 2012) lo que la deja sin tiempo para hacer los trámites necesarios, y porque su situación irregular no se lo permitía. Por ello, María continuaba en este trabajo en el servicio doméstico, ganando lo justo para subsistir y enviar dinero a su familia.

Además, en este tiempo, María trajo a su hermana de su país, es decir, la ayudó económicamente con el viaje y a establecerse en España. Pero la relación con ella es muy distante. Cuando en alguna conversación María menciona a su hermana, no profundiza y rápidamente cambia de tema. La única información que da es que su hermana hizo su propia vida alejada de María y ésta se sintió muy sola.

María aguantó durante más de 3 años en el trabajo con condiciones para ella abusivas. Finalmente consiguió regularizar su situación y en cuanto pudo, organizó todo para poder volver a su país a visitar a sus hijos, a quienes hacía ya 4 años que no veía. María buscó a una persona que la reemplazara en su trabajo principal mientras estaba fuera y así poder tener su empleo cuando regresara. Sin embargo, *yo llegué de mi país y me quedé sin trabajo. (...) o sea, me dijo él que busque a una reemplazante, pero él ya era su meta sacarme de ahí, del trabajo, porque se arregló con la reemplazante... (...) Yo tenía que pagar un piso y eso ¡y me pareció muy injusto!* (María_E1, 2012).

La soledad, la Iglesia y la preparación para la llegada de su familia

María (...) *sali[ó] del trabajo de esa manera, de mala fe de él (...)* (María_E1, 2012). La pérdida de este empleo principal a su regreso de la visita a su familia genera en María una gran desesperanza. Aunque intenta pelear por medio de un abogado de una ONG este despido para ella injusto, no consigue más que unos 100 euros por indemnización de los 4 años trabajados.

Aunque no cesa en su búsqueda de empleo, en este momento, María, está desesperanzada. Se siente de nuevo sola y sin confianza en el hombre, y recuerda que existe un Dios:

[Y]o me acerqué precisamente, como te he comentado, porque yo ya no, ya no veía en quién confiar, a dónde ir. Claro, aquí tengo amigas o personas de distintos lugares, y no tenía familia.. .y eso.. claro, mi hermana estaba aquí, pero mi hermana hizo su vida y ...

pues esa soledad.. una de las cosas que me [hizo] acercarme...y esa soledad ha sabido suplir el Señor. Dios ha sabido suplirme esa esa soledad que estuve pasando. Ya no sentía más soledad, no me sentía sola, me sentía llena como si tuviera todo (sonríe). Así me sentía. Es por esa razón que me me he acercado y por muchas otras cosas...(..)

(...) estuve pasando... mucha dificultad. y yo sab, yo sabía, como todos, que hay Dios (...) me habían invitado... un panfleto creo que me regalaron en la calle, que lo tenía guardado...y por ahí también algunas amigas también iban a la Iglesia... entonces yo la única solución lo veía ahí. Tengo que buscar de Dios, qué más puedo hacer. De esa manera me fui acercando, conocí al pastor. (...) ellos[los pastores] tienen mucha sabiduría. (...) yo me sorprendí de la sabiduría que tenía al menos donde esta Iglesia que he ido, el pastor tenía mucha sabiduría, y unos consejos muy buenos. y siempre hablaba de la biblia, y la biblia se relacionaba con, con el diario vivir que diría uno. (...) todas esas palabras que había allí en la biblia, a mí me ayudaba bastante, y era lo que estaba viviendo, lo que pasaba y lo que estaba pasando. Unas palabras de sabiduría, sí. Y me dio mucho apoyo. (María_E1, 2012).

Las palabras de la biblia y los consejos de los pastores le daban sentido a todo lo que estaba pasando, a su sufrimiento, y le daba herramientas (sabiduría) para enfrentarse a las situaciones de su vida cotidiana.

Todo esto la ayuda en un momento que María *[s]e sentí[a], muy muy sola.. (triste/con dolor) entonces en ese momento de soledad, lo único que pude ver es a, a Dios. Que el único que me podía ayudar... (...) Tú confías en Dios y eso es muy diferente. Es una cosa tann poderosa (con profundidad, serena) Para mí es así. Y lo veo desde ese punto de vista. porque ...lo he visto! O sea he visto la mano de Dios, el poder de Dios. ¡Y que me ha levantado él! ni psicólogo, ni pastillas, ni nada (María_E1, 2012) 1).*

María relaciona directamente el haberse acercado a la Iglesia con los cambios positivos que vivió durante ese año. Poco a poco, con la ayuda de amigas también inmigrantes, algunas de las cuales van a su misma Iglesia, María consigue más trabajo en el servicio doméstico por horas, en distintas casas. También consigue un piso con las características necesarias para poder traer a su familia y, finalmente, los papeles de la reagrupación familiar:

Por ejemplo, si tenía tristeza, esa tristeza se ha convertido en gozo. Y si no tenía paz aquella vez estaba intranquila, vivía intranquila, porque no tenía a mi familia (profundo), eso... eso era como madre más sufría, he sentido paz. Y pasó un tiempo y Dios me trajo

a mi familia. Para mí fue algo sorprendente, en 4 años lo que no pude hacer, se hizo en un año que había conocido al Señor. Yo había pedido un piso, porque Dios escucha (...) y me lo ha conseguido (...) no tenía trabajo, empecé a buscar, y no faltó, que se me abrió puertas por otro lado. No faltó amigas, señoras con las que trabajaba, [que] hicieron papeles y esto para hacer traer a mi familia. Aquí en el piso no tenía ni muebles, ni nada. Pero como te digo... mi fe, mi fe, fue tan grande, que las cosas aparecieron, lo de la Iglesia, los hermanos me trajeron cosas y se llenó esto de cosas... y lo del trabajo también vino así, y los papeles de reagrupación también se hizo, y .. ya salió. (María_E1, 2012).

María también comenta que no tenía mucha amiga, pero ya una vez que me acerqué a Dios conocí mucha gente cristiana... mucha gente así, que aprendí de ellas también. Amigas que buscan mucho de Dios (...) tenía un grupo de amigas también que nos... nos poníamos a leer la biblia, a buscar, a hacer vigiliás, animarnos unas a otras, a ayudarse. Si una estaba en alguna cosa mal o triste... o ... le faltaba algo... o su familia está mal allá en su país o tiene necesidades... lo más grande que hacíamos era ponernos juntas y orar, y clamar a Dios (María_E1, 2012).

Durante este tiempo, mientras consigue los suficientes trabajos para poder vivir, María también acude a las entidades del tercer sector o los servicios públicos de empleo: cuando estuve así desocupada, sin trabajo... estuve haciendo unos cursos de manipulación de alimentos, después de ..de... de riesgos laborales, informática... y en ... internet... Sí, bueno, averiguar, informarme, sobre estudios que, qué hay posibilidad de que yo pueda estudiar (María_E1, 2012). Aunque las opciones son limitadas [p]orque ahora aquí, es todo homologado, o sea para ...para estudiarmmm... estudiar esto de cuidado para personas mayores, ahora actualmente piden...homologa[r] el título de bachiller. Entonces para nosotros [personas inmigrantes] es un proceso de allá pedir [ayuda a alguien en el país de origen], es un gasto de dinero, bueno una inversión de dinero... pedir, y tiempo. Se necesita tiempo, y alguien que te lo haga allá...en mi país (María_E1, 2012).

Poco a poco María consigue trabajos como empleada de hogar, por horas en distintas casas situadas en distintos barrios de la ciudad. Se desplaza viajando en autobús, trayectos que aprovecha para dormir, porque está cansada, o leer la biblia. Cuando tiene tiempo libre, procura ir a distintas entidades para buscar recursos de formación. Se reúne con sus amigas cristianas, en su casa o en la de ellas, y prepara la llegada de su familia. Los domingos, sin excepción, María va a la misa de la Iglesia.

¿Por fin juntos?

Casi cinco años después de su llegada a España, María consigue la reagrupación familiar. Eso significa que sus hijos y su marido pueden venir a vivir a España con ella, y así lo hacen.

María está feliz por tener con ella a sus hijos, que ahora ya tienen 8 y 13 años respectivamente, y a su marido. Sin embargo, en poco tiempo comienzan a surgir dificultades. Por un lado, la adaptación de los niños al nuevo contexto es dura. Elementos como los horarios, el clima, las costumbres en España o el colegio, en el que atrasan a los niños un curso académico, hace que la adaptación no sea fácil. Aunque María cree que para ellos ese cambio no fue tan duro como para su marido: *(...) el horario es diferente. Allá se come, el almuerzo, le decimos, del día, comen a las 12, como muy tarde a las 12.30. Y aquí se come como a las dos, tres de la tarde. Entonces hay una variación enorme. Aquí hace mucho frío y allá, allá no hace tanto frío. Entonces esos cambios, a veces son bruscos. Como son niños, casi no lo notaron tanto, pero sí mi esposo* (María_E1, 2012).

Además, la situación socioeconómica del país hace que para el esposo de María, informático, sea muy difícil encontrar trabajo. Así, comienzan las primeras tensiones con su marido, quien en ocasiones, la insulta y le recrimina: *"¿para qué me trajiste!"* (María_CC, 2012).

En un par de meses, su esposo decide volver a su país para arreglar algunos asuntos en el negocio que había dejado allí. María, *vive esto como un alivio porque el marido no lo estaba pasando bien aquí* (María_CC, 2012).

En la época en la que María estaba sola con los niños: *me levantaba muy temprano. Dejaba la comida hecha y ... lo único que hacía era... (profundo) llamar a mis hijos por teléfono [para ver] si habían comido, si estaban yendo al cole, y eso.. .para mí fue muy...muy sacrificado. Aunque no tenía trabajo todo el día y... me quedaba unas horas, aun así, los niños siempre hay que estar tras de ellos. Y de esa manera me organizaba. Y trataba de organizar mi tiempo. Y en mi tiempo libre dedicarme a ellos. (...) Ah... los llevaba a la piscina...que es otro presupuesto también, pero, por los niños, a fin de que se distraigan* (María_E1, 2012). Es decir, *llegaba del trabajo, iba a buscarlos hasta donde estaba mi hija, y mi hijo había ido al otro lado, a pasar baloncesto... y ya le decía que me espere. Siempre comunicándonos por teléfono. Entonces a la niña la recogía y*

venía a pie caminando (...), y nos encontrábamos allá (María_E1, 2012). Luego se iban juntos a la piscina, hasta las once, once y media... entonces nos comíamos unos bocatas por ahí... (...) Después de la piscina, ya en casa *muy tarde, muy tarde ya tomaban (risas) leche o algo, ya bien cansados y al día siguiente a las 7 y media hay que levantarse para ir al cole (...)* me tocó pasar bien, lo pasamos bien porque después de 5 años que esté con mis hijos... para mí era una bendición, una alegría... sí (G1P6_E1).

María también lleva a sus hijos a la Iglesia los domingos porque es *una manera de socializar, porque hay muchos niños [de mi país] (...)* así socializan, [porque] *esta parte del cambio que está siendo duro* (María_E1, 2012). En uno de nuestros encuentros María, *se sonríe y afirma que tiene una mente sana en un cuerpo sano, la parte espiritual y la parte física* (María_CC, 2012).

Unos meses después vuelve su marido. María cuenta que vuelve porque tiene miedo de no poder reclamar a sus hijos desde su país y que ella se los quede en España.

La situación cada vez se vuelve más tensa entre ellos, y más compleja en su día a día. María cuenta que *está difícil la situación para los varones* (María_E1, 2012), no hay trabajo para ellos. Esto repercute en su marido y en ella: *yo también no lo puedo ver así, sin trabajo. Se está deprimiendo. Me comentaban algunos amigos que todos habían pasado por eso cuando vinieron sus esposos. Algunas familias quisieron traer sus esposos y entonces, que habían pasado por eso. Y ahora peor todavía [porque no hay] trabajo. Sí, entonces anímicamente uno, se decae... porque el hombre generalmente allá trabaja ¿no? Trabaja, en mi país. Entonces que venga aquí y que esté sin trabajo es una situación bien... incómoda y triste para él. (...)* Yo como mujer estoy sufriendo y otro que estoy llevando toda la carga de la casa, de los gastos de todo. Sí, por eso también tengo que pedir alguna ayuda... porque no... no... no me llega y como tengo niños y todo eso... (profundo, triste, contenido) (G1P6_E1).

Como cuenta en la entrevista, lo que gana en sus trabajos no le alcanza para cubrir los gastos básicos para vivir ella y su familia. Por ello tiene que pedir ayuda y lo hace en el Tercer Sector (ONG, entidades religiosas, servicios sociales, etc.). En su caso, no pide apoyo porque no tenga trabajo, sino porque éste es cada vez más precario: *Es que ahora como han cambiado las cosas, están asegurándote por horas, y algunos no quieren asegurarte, o te aseguran... o bueno... ¡hay todo un cambio total! Y los trabajos están así. Si hay, cobras. Y si no lo hay, no lo hay. Y de repente te dicen que ya, que ya no quieren tus servicios porque no te pueden pagar, o porque (...)* o porque a tu jefe le han despedido o ...o le han disminuido de sueldo. O te disminuyen de horas. (...) Los

empleadores le dicen y *“te pago así, tanto”, y lo del seguro, “ahora si quieres seguro te voy a disminuir de tu propio sueldo”. (...) pues yo, como tengo familia, tengo que coger [esos trabajos con esas condiciones] ¿qué voy a hacer? No me queda otra.* (María_E1, 2012). Las condiciones, o incluso el tener trabajo o no, pueden cambiar de un día para otro, sin previo aviso.

A pesar de ello, María se siente afortunada: *mira que las cosas también están difíciles y igual tengo trabajo, este trabajo que tengo. Pues ya es para mí... es una bendición, porque hay muchas personas que están, que no tienen quizás trabajo... o están buscando. ¡Para mí es una bendición! Yo agradezco por todo. Aunque sea por las cosas que estoy pasando, por las dificultades: ¡uno aprende de eso!* (María_E1, 2012).

En contraposición María también reflexiona sobre experiencias desagradables cuando tiene que ir a solicitar apoyo para poder llegar a fin de mes. Entre trabajo y trabajo, hacerse cargo de su casa y de cuidar a los hijos, María encuentra tiempo para ir a distintas entidades a solicitar aquello con lo que la puedan ayudar. Aunque siempre ha usado estos servicios para buscar capacitación-*[s]acar ventaja aquí en España, no no quedarme simplemente como empleada del hogar* (María_E1, 2012)- o trabajo *-[a]ntes ibas y te ofrecían trabajos, pero ahora ya no hay tanta oferta, porque los trabajos están muy escasos ahora y con muy bajo sueldos* (María_E1, 2012)- ahora, con los gastos de su familia y con la precarización del trabajo, necesita solicitar apoyo para con lo básico. En algunas ocasiones esto ha sido ayuda económica para comprar el material escolar de sus hijos o para pagar facturas de luz y agua atrasadas. Más frecuentemente pide que la ayuden con comida.

En distintas ocasiones María cuenta cómo es *horrible tener que pedir ayuda* (María_CC, 2012). Comparte algunos episodios en los que se siente juzgada y mal tratada por el personal que la atiende. Así, cuando fue a buscar ayuda a distintas entidades obtuvo respuestas como *que saliera adelante como pudiese, que no había nada para ella o “¿para qué trajiste a tus hijos ahora?”; “¿por qué no te vuelves?”; “Tu marido volvió y seguro que está haciendo su vida con otra”* (María_CC, 2012). Ante esto, María asiente con contundencia: *no tengo por qué contarles mi vida, nadie sabe cómo es mi marido, ni por qué se vino, ni por qué se fue... él tiene muy claro que vino por sus hijos. Y... no voy a contarles mi vida* (María_CC, 2012).

Tener la necesidad de seguir solicitando ayuda, aun encontrándose con estas respuestas, hace que María se sienta humillada. *Aquí estamos como mendigando* (María_CC, 2012) pero a la vez explica que consiguen llegar a fin de mes gracias a las ayudas de

alimentación. Ella y su marido, en la intimidad, *reflexionan que si no fuera por eso, por todo lo que les están dando, ¡cuánto dinero se estarían gastando!* (...) También *entre ellos bromean con que comen todos los días fideos o arroz, fideos o arroz* (María_CC, 2012).

Toda esta situación (la ausencia de trabajo para él, el empleo precario de ella, la falta de recursos económicos, y la sensación de mendigar) les afecta emocionalmente de forma negativa. Poco a poco empiezan a plantearse volver a su país porque *para sufrir, por lo menos sufrimos con los míos* (María_CC, 2012). Sin embargo, en cuanto María profundiza en esta idea, dice no quiere volver *porque todavía me faltan dos años para conseguir la nacionalidad...y después del sacrificio...* (María_CC, 2012) hecho quiere conseguirla. Por otro lado, la idea de que su marido y sus hijos retornen le parece muy dolorosa porque sus hijos *[y]a no me van a conocer si se marchan* (María_CC, 2012). María no sabe cómo volver a vivir sin sus hijos.

En este contexto, María sigue yendo a la Iglesia cada domingo porque *hay soluciones para el... para una cosa, para otra cosa y .. y ..(...). Sientes una paz, una tranquilidad ahí, y te vas llena, es como comer, como comer comida, el alimento espiritual, es pan de vida!* (María_E1, 2012). También en la Iglesia, como ya hiciera en otras ocasiones, María pide consejo al pastor sobre cómo gestionar esta situación. Esto contrasta con la posición de su marido, quien no va a la Iglesia ni quiere ni oír hablar de eso. No entiende la relación que María tiene ahora con la Iglesia.

Aunque planean darse un tiempo para decidir qué hacer, si volver o no, las cosas se precipitan. Sus hijos y su marido vuelven a su país.

De nuevo sola

Después de tanto esfuerzo *resulta que para mi marido no había trabajo y los niños no podían acostumbrarse y él estaba tan deprimido tan, tan, que se sentía tan mal sin trabajar y pues yo tenía que mantener la casa. Y en ese momento ya tuvieron que marchar. Tuvieron que irse. Para mí fue muy doloroso, muy doloroso, no me entraba por la cabeza. Era otra vez alejarse de mi familia. Tantos años, tanta lucha para hacerlos traer a ellos y se iban como agua de las manos* (María_E2, 2014).

María afronta este dolor de varias maneras. Por un lado *esa tristeza, lo hacía pasar comiendo y me di cuenta. Inclusive estaba subiendo mucho de peso, y era eso. Lo veía como si eso me ayudara. Y aparte el trabajo* (María_E2, 2014).

En esta época María se decía a sí misma: *vine a trabajar, pues que más me queda: trabajar. ¿Qué puedo hacer? Porque si no trabajo sería que me vaya a mi país. No me queda otra. Y aparte, también yo lo veía como si tapara con mi trabajo lo que yo estaba sin mi familia. El día ...tanto así, [que] el día que no trabajaba me sentía tan, tan sola, tan sola, tan, tan ...así una fuerte depresión y lloraba ...Pero los días que iba a trabajar pasaban así como si fuera una máquina ¿sabes? trabajaba, trabajaba y así, a pasar mis horas con eso...* (María_E2, 2014). María se buscó todos los trabajos que pudo para ocupar sus días, ganar dinero para ahorrar y mandar a su familia: *trabajaba desde las 7:00h de la mañana hasta las 22:00 h de la noche* (María_E2, 2014).

Por último, parece gestionar ese dolor yendo a la Iglesia: *yo soy cristiana evangélica y visito la Iglesia y ahí puedo ver amigas, conversar un poco con ellas, y más que todo, porque yo sigo un apoyo espiritual (...) es lo que me da la fuerza para seguir adelante. Como un psicólogo para mí. Dios, es más que psicólogo* (María_E2, 2014).

Un año después de que se marchase su familia, María comienza a darse cuenta de que se siente como un robot: *el domingo tenía una señora para ir a bañar, iba a bañarle una horita y ya me iba a la Iglesia. Y venía aquí, a casa, y toda la semana no había hecho casi nada en casa. Entonces por lo menos hacía la limpieza y pasaba la hora. Eso yo lo veía como si fuera un robot, (...) era, llegar el fin de semana, -bueno el sábado también trabajaba (...) - entonces el domingo ya me iba a la iglesia ya llegaba por la tarde a dormir y en la mañana levantarse. Ir como un robot, así de lunes a viernes. Y lo veía así: rutina, rutina todos los días. O sea, ha llegado un momento me he puesto a pensar "esto no es vida, no es vida para nadie", y encima afectándome a la salud (...) me puse a pensar y dije "tengo que hacer algo, tengo que parar, no sé, no sé, alguna otra manera tiene que haber. Alguna solución" decía dentro de mí* (María_E2, 2014).

En esta rutina María es consciente de que su salud se ve afectada de varias maneras. Por un lado *no podía ni comer. O sea, no podía comer tranquila. No podía desayunar tranquila. Siempre estaba mirando la hora, y es la hora para ir (...) no me queda tiempo para hacer nada. Lo único, llego por la noche, bien cansada de hambre, de sueño y solo [me da tiempo] a bañarme, a comer algo y a dormir. Inclusive eso (...) en cuanto a mi salud me ha afectado bastante. El no comer en sus horas el venir así tarde y comer, dormir [poco] me ha afectado bastante en la salud* (María_E2, 2014).

También es consciente de que *porque andaba de aquí para allá y como también la humedad de aquí (...) la humedad me estaba haciendo mal a los huesos de las manos.(...) estuve muy mal, muy mal los huesos de las manos. Me dolían mucho,*

mucho(...) Y aparte, también, tanto estar parado todo el día, estaba sintiendo mucho dolor en las piernas, en las várices (...), las sentía bien cansadas, no paraba de darles con agua fría. Con agua fría me calmaba un poco y, a poco rato, otra vez (María_E2, 2014).

Viajes, cambio de perspectiva y planes de futuro

En el último año, María tuvo la oportunidad de hacer varios viajes. Dos de ellos con la Iglesia Evangélica. Durante estos viajes María pudo reflexionar y descansar. Confirmaba así que necesitaba bajar el ritmo de trabajo: *me ayudó mucho así anímicamente, espiritualmente, como siempre te lo digo, y aparte de eso también me ayudó en mi salud, sí. No sé si fueron por los 15, eran casi 15 días de estar en [ese país], no sé si fue por la emoción o al final un milagro de Dios que vine (...) vine más tranquila. No sé. Por fe, seguramente. Porque llegué sana de allá. ¡Sana! No me dolía nada. Estaba más contenta, más feliz. Como que me levantaba la moral para seguir adelante. (María_E2, 2014).*

Otro de los viajes que realizó fue a su país de origen, a visitar a su familia. Esta experiencia supuso un momento de inflexión. María comienza a plantearse si puede seguir alejada de su familia: *no vi crecer a mis hijos. Me perdí la infancia de ellos. Los dejé niños y ahora ya son adolescentes. Entonces eso es muy doloroso (...) ya son muchos años que estoy lejos de mi familia y quiero recuperar por lo menos el tiempo perdido con mis hijos que ya son adolescentes y quisiera... ellos me necesitan mucho, me necesitan mucho (María_E2, 2014).*

Tanto su salud como la distancia con sus hijos, hacen que María cada vez tenga más claro que *el dinero no lo es todo. Es algo muy importante, pero hay momentos que no lo es todo. No compra el amor de la familia, ese calor que... uno puede estar con la familia, de disfrutar con los hijos, de disfrutar... En el caso mío, yo tengo a mis padres, que ya son mayores, de verlos que se están envejeciendo, de mis hermanos, el cariño de... yo tengo 9 hermanos, uno pues está aquí, el cariño de ellos, ese apoyo (...) aquí uno se siente solo, la verdad (María_E2, 2014).*

María regresa a España de su visita, con todas estas reflexiones en su cabeza. Comenta que cuando se incorpora a su rutina de trabajo, tiene las emociones a flor de piel. Por eso, cuando, a diferencia de otras veces, en uno de sus trabajos, su empleadora le exige tareas que para ella son injustas, María estalla. No era la primera vez que su

empleadora me decía que había chicas que trabajaban por menos dinero, por menos horas y hacían muchas cosas en menos horas. Y todos los días andaba con eso, que me decía...que me echaba en cara, que trataba de humillarme. No trataba, íme humillaba! (María_E2, 2014). Pero esta vez decide no aguantar más: *No era la primera vez. Más antes también me trataba mal. Pero trataba de, de no llegar a mayores, como ese día. Yo me sentí muy agobiada, muy nerviosa. "Dios mío, mejor me voy, me voy a marchar". (...)Le dije "Me voy a marchar". Yo me salí. Yo soy muy sensible, estaba llorando mucho, dijo "Pero no era, no era para que te pongas así, de esa manera. No... lo siento", que no sé cuál, que no sé qué. Empezó a disculparse y yo lloraba, lloraba, eran sentimientos encontrados, porque hace (...) poquito había visto a mi familia y ¡no era justo! Que venga desde lejos a trabajar y a ver tanta cosa, tanto sufrimiento. Yo no lo veía justo y ponía en una balanza, mi familia ponía me ponía yo, y si valía la pena trabajar, si el dinero lo era todo. (...) La situación esta tan difícil, tan... que te dicen así, que otras chicas trabajan por menos, que hacen más cosas, (...) te quieren bajar hasta lo más mínimo ¿no? Pero uno por lo menos tiene dignidad, yo tengo mi dignidad y tampoco voy a estar así* (María_E2, 2014).

Ese día, María dejó el trabajo, que le ocupaba 4 horas por las tardes. Sintió que dejarlo era como si una carga de mi espalda hubiese salido. *Económicamente no sé cómo estaré. Por fe también tendré que vivir, no hay otra. Porque tengo que pagar un piso y bueno comprar la comida, mandar a mi familia, y muchas cosas. Pero dentro de mí hay una esperanza de que alguna manera voy a salir adelante* (María_E2, 2014).

Ante este nuevo panorama María está pensando en formarse en España ya que por fin tiene algo de tiempo para ello. También, piensa en la opción de retornar y montar algún negocio allí. Cuando estuvo en su país percibió que *la situación mejoró y te dan ganas de volver allá. Y aquí lo ves casi apagado, al menos en [Galicia] ¿no? (...) Llegué y lo sentí como que frío, como que muy apagado, muy triste* (María_E2, 2014).

En esa reflexión sobre retornar o no, recuerda todas las dificultades que ha pasado en España, pero también sobre cómo *el estar aquí ha tenido sus ventajas, sí. Gané un dinerito, el de ahorrar, puedo hacer algo. No será mucho pero por lo menos algo. Y la ventaja es, la gran ventaja que tuve es la nacionalidad. Después de haber pasado tanta peripecias, tantos años y ahora actualmente mis hijos también están tramitando la nacionalidad española y esto...con esto nos abre puertas para ir a toda Europa* (María_E2, 2014). De esta manera María sabe que les da una oportunidad de futuro a sus hijos. Así lograría continuar con la cadena de trayectoria ascendente de su familia:

ella está mejor de lo que lo estuvieron sus padres y espera que eso es lo que les haya podido dar a sus hijos.

Unos días más tarde, María me cuenta que ha encontrado un curso de peluquería para hacer por las tardes. Empieza la próxima semana.

6.1.1.2.3.- Mareas altas y mareas bajas: ocupaciones para navegar

En la historia de María existe una línea argumental caracterizada con altos (mareas altas) y bajos (mareas bajas), en las que las distintas ocupaciones sirven para sobrevivir a los cambios y reconfigurar el proyecto vital.

La primera marea baja en la historia de la protagonista sucede tras su migración a España. María se siente muy sola tras dejar a su familia en el país de origen y se siente explotada y discriminada en su empleo. Esta marea baja continúa hasta la vuelta sus vacaciones en su país, cuando se queda sin empleo, sin recursos y sin esperanza sobre qué hacer: este es el punto de baja mar.

Entonces María, comienza a participar en la Iglesia, una ocupación colectiva en la que encuentra a gente con la que comparte valores, y encuentra en la religión, sentido a lo que está ocurriendo. Esta ocupación genera recursos sociales y personales que ayudan a negociar esta marea baja, que se escapa del control de María.

La línea argumental comienza a subir cuando la protagonista encuentra trabajo, un piso y consigue traer a su familia a España. Sube así la marea. Sin embargo, esta subida parece desbordar a María, quien ahora debe ampliar su abanico de ocupaciones para poder mantener y cuidar a su familia (incluyendo ir a buscar ayuda a las entidades sintiendo que está *como mendigando*). En este contexto en el que la marea desborda a María, ir a la Iglesia cada domingo sigue siendo fundamental para que María navegue esta situación. Además, en este momento, participar en ocupaciones con sus hijos, como ir a la piscina, reconforta y ayuda a María a continuar en su día a día.

La línea argumental vuelve a descender con el retorno de los hijos y el marido. En este momento María, además de continuar yendo a la Iglesia cada domingo, navega esta situación empleando todo su tiempo en trabajar *como si fuera un robot*. Esta situación se va acercando poco a poco a la baja mar: en el contexto de crisis las condiciones laborales son cada vez más precarias, las humillaciones más frecuentes y las repercusiones en la salud de María más caras. Tras ir de vacaciones a visitar a su

familia, María toca fondo y pone límite a una de las situaciones de opresión que vive en uno de sus trabajos y lo deja.

Al final de la historia de María, parece que la marea empieza a subir, puesto que la protagonista quiere emplear el tiempo que ahora no trabaja para poder desempeñar ocupaciones que le puedan servir para ascender socialmente en España: va a comenzar un curso de peluquería.

Así, en esta historia, la protagonista navega las situaciones relacionadas con los cambios en los contextos socioeconómicos que ha vivido el país a través de su compromiso en distintas ocupaciones.

6.1.1.3.- La historia de Lucía: “para que la gente entienda”

6.1.1.3.1.- Conocer a Lucía

Antes de comenzar el trabajo de campo de esta investigación, ya conocía a Lucía. Es una de las voluntarias de una de las organizaciones a las que he acudido a solicitar colaboración para esta investigación. Nunca había pensado en ella como una posible participante, precisamente por su rol como voluntaria. Otra de las participantes de esta investigación me indicó que ella podría ser una informante, puesto que cumplía los requisitos. Rápidamente me doy cuenta de todo lo que había dado por hecho. Reflexiono sobre esto, una vez más la realidad me sorprende, son muchas las ideas previas que tengo que cuestionar. A los pocos días, con la mente abierta a este entendimiento expandido de la realidad, contacto con Lucía. Ella accede a participar encantada.

Lucía sugiere que realicemos las entrevistas en la entidad en la que es voluntaria, puesto que le resulta la opción más cómoda para ella. Nos ceden un espacio, en el que se puede escuchar el ajetreo de la oficina (timbres, personas entrando y saliendo, etc.). Acordamos en varias ocasiones los encuentros pero no se realizan. Lucía me explica que ocurren imprevistos, como por ejemplo que su pareja la tiene que recoger antes de tiempo, o que se había olvidado y ya tiene otros planes. Finalmente logramos hacer dos entrevistas en un espacio temporal mayor del planeado (casi dos meses).

Cuando por fin nos sentamos a charlar, Lucía parece una chica tímida. Esto coincide con la imagen que recuerdo de su labor en la propia entidad, donde la he visto como voluntaria generalmente en un segundo plano. Siempre activa, en movimiento, colaborando con lo que fuese necesario, pero sin llamar la atención.

En las entrevistas Lucía habla con un tono muy bajo, trata de tener una sonrisa presente, y trata de reírse contando algunas situaciones que son duras. A pesar de estos intentos, noto que Lucía no está bien anímicamente. Se la ve triste y decaída.

Tras vernos en dos ocasiones, Lucía me hace llegar su diario personal vía una tercera persona. En él, expresa con mayor contundencia la tristeza que se intuye en su discurso. Además, Lucía tiene una enfermedad crónica desde hace muchos años, que le produce

dolor con el movimiento. Después de escribir tres páginas de diario, me pide disculpas por la caligrafía y explica que su enfermedad le provocaba dolor al escribir. Me conmueve el compromiso adquirido con la investigación. ¿Todo el mundo soportaría ese dolor para colaborar en una investigación?

Tiempo después contacto con Lucía por teléfono para aclarar unos datos objetivos que no habían quedado claros. Charlamos unos 10 minutos en los que, además, me pone al día de su situación. Lucía bromea con que quiere participar en la graduación de mis estudios. Por supuesto, invito a Lucía, al igual que a todas las participantes, a acudir a este acto. Nos despedimos con su confirmación para participar en el grupo de discusión.

6.1.1.3.2.- La narrativa de Lucía

En su país

Lucía, antes de emigrar, llevaba diez años trabajando en una fábrica como responsable de sección. Había acabado los estudios de bachillerato y la formación para desempeñar este puesto la había realizado en la propia fábrica: a lo largo de los años trabajados había participado en multitud de cursos de la empresa.

Lucía estaba casada y su marido trabajaba en el mismo sector. Fue a él a quien le ofrecieron trabajo en una fábrica en España con unas buenas condiciones laborales. Aceptar este trabajo fue el motivo de la emigración de ambos.

En un primer momento emigró el marido de Lucía. Durante el primer año en el que él estaba en España, Lucía *había venido como turista a visitar un par de veces* (Lucía_CC, 2014), pasaba unos meses con su esposo y regresaba a su país. Más o menos un año después, su esposo consiguió los papeles de reagrupación y Lucía pudo emigrar a España en una situación administrativa regular.

La llegada a España

Lucía llega definitivamente a España con 31 años. Relata que en esta época *yo tenía la suerte de ir todos los años a mi país* (Lucía_E2, 2014). Esto la ayudaría a conseguir elementos de gran utilidad a su vida en España, como reflexionaría más adelante:

entonces todos estos años, fui, recogí toda mi documentación, la traje, y homologué todos mis estudios (...) y con la nacionalidad tampoco [tuve problema], porque igual como iba a [mi país] igual traje todos los papeles, estuve todo el tiempo que necesitaba estar, y, ya me dieron la nacionalidad (Lucía _E2, 2014).

Durante los primeros años *que estuve aquí, casada, estaba en casa (Lucía_CC, 2014).* Lucía cambia de tema o contesta muy escuetamente al hablar de estos años, especialmente cuando en la conversación sale su marido. Sin embargo, al hablar de su cotidianeidad en la actualidad, explica sucintamente algunas de sus ocupaciones cotidianas en esta época.

Al principio, cuando llega a España, Lucía no puede trabajar legalmente puesto que, aunque tiene el permiso de residencia, no tiene el permiso de trabajo. Paradójicamente, es en esta época cuando comienza a trabajar, pocas horas, en el servicio doméstico. Empezar en este ámbito no fue algo que buscarse intencionalmente sino que, un día, en el mercado, cuando hacía la compra, un tendero que era también latinoamericano *me escuchó el acento y comenzamos a charlar (Lucía_CC, 2014).* En esta conversación le cuenta a Lucía que le hacía falta una chica para hacer las labores de casa, cerca de donde vivía ella, y dijo *“¡bueno!” y así comencé a trabajar en el servicio doméstico (Lucía _CC, 2014).*

Claro, trabajaba en el servicio doméstico pero por horas. Claro, trabajaba, me pagaban un dinero pero sin seguridad social [en “negro”] (Lucía_E1, 2014). Tras un año aproximadamente *me salió permiso de trabajo pero claro, no tenía eh, ningún trabajo que me pagara la, la seguridad social ni nada. Porque como siempre fue por horas... que ¡claro! igual me convenía porque como, claro, no tenía que pagar nada de nada [porque] en ese tiempo estaba casada, y problemas con la seguridad social no tenía... porque como mi marido... se suponía que yo era la, la carga de él o su, bueno, por ser su pareja tenía...lba con él a todo lo que era la salud y eso, entonces claro trabajaba en eso [servicio doméstico] (Lucía_2014).* Aunque trabajaba en negro le parecía que el riesgo era relativo puesto que la sanidad estaba cubierta por la cartilla de su marido.

Durante estos años, Lucía *además de estar en casa procuré formarme en un poco de todo: cursos de cuidado de personas mayores, gallego, internet...(Lucía _CC, 2014).*

También en esta época, comenzó a participar en un grupo de [actividad artística], en el cual había una gran diversidad de perfiles de participantes. Entre ellos mujeres

inmigrantes procedentes de Latinoamérica. Este grupo de [actividad artística], como explica más adelante, tiene un fin concreto: *que tiene que ver, claro, con toda la, ahhh, la gente que con, -cómo te explico yo- ¿los problemas que se pasan en la vida diaria? Que nosotros los llevamos a la [actividad artística]. Por ejemplo, lo mismo ¿no?: los problemas de inmigración, los problemas de la violencia de género, todas esas cosas. Nosotros tenemos dos [piezas] de [actividad artística]: una que trata de inmigración y la otra de violencia de género. Y claro, en la obra presentamos un... un problema de equis persona, que siempre han sido casos reales, que nosotros lo llevamos a la, a la [actividad artística]. Y vamos a los colegios o donde nos llamen y es un [actividad artística con] fórum. Que por ejemplo, nosotros [presentamos] y luego la gente que va a la [actividad artística] puede, participar y tratar de dar soluciones a la persona que está pasando el problema y claro entonces ahí se interactúa con la gente, la gente del público. Es muy bonito* (risas) (Lucía_E1, 2014).

Así, se puede entrever que el día a día de Lucía en esta época consistía en estar en casa, hacer cursos esporádicamente, trabajar pocas horas en el servicio doméstico y participar en la [actividad artística], en el que continuará hasta la actualidad.

Tras el divorcio

Aproximadamente 7 años después de llegar a España, Lucía se divorcia. En nuestros encuentros Lucía no habla de su vida antes del divorcio, ni de qué pasó en éste. Sí da a entender que fue un proceso doloroso y traumático en varias ocasiones. Por ejemplo, cuenta que *ahora la, la [presentación] que tenemos de violencia psicológica [en la actividad artística] que igual me toca muy de cerca* (Lucía_E1, 2014). Cuando vuelve a salir el tema de su divorcio, Lucía se queda callada o cambia el tema de conversación. Sin embargo, sí deja claro que divorciarse marca un antes y un después en su vida.

Cuando Lucía se divorció *ahí ya empecé a buscar trabajo, a buscar trabajo, de todo, ¡claro! Yo nunca había vivido lo que era buscar trabajo, ni nada aquí. Y claro, lo único que me decían era trabajo: "empleada doméstica, empleada doméstica"* (Lucía_E1, 2014). Lucía comienza a ir casi cada día por las distintas entidades del tercer sector buscando un empleo en el servicio doméstico. Algunas de estas entidades funcionan como mediadoras y suelen tener ofertas en este sector para mujeres inmigrantes.

Aunque en este momento Lucía ya tenía nacionalidad española y por tanto podría trabajar legalmente, sus recursos socioeconómicos son escasos y la situación la obliga a mantenerse en el empleo sumergido. Tras divorciarse *[e]l primer año tuve la pensión compensatoria de 300 euros, que para mí sola no llegaba* (Lucía_CC, 2014). Esta prestación económica no era suficiente para poder subsistir. Por ello, al mismo tiempo tramitaba una ayuda autonómica para la inserción social. Esta tramitación hacía que fuese imposible para ella trabajar, puesto que si lo hiciese, sus ingresos aumentarían, aunque no de forma estable, y perdería la oportunidad de conseguirla. Ante esta situación Lucía busca trabajos pero de nuevo, en negro.

Anduve yendo a asociaciones, [a la entidad Y], estuve, bueno todo lo que, me decían que vaya, iba. {¿A buscar trabajo?} Claro, a buscar trabajo (Lucía_E1, 2014). Lucía recorría las asociaciones y otras entidades del tercer sector también para que la ayudasen con comida. Lo cuenta rápido y con dolor en su relato. Estos recorridos parecen no ser muy fructíferos. Aunque intenta conseguir trabajo en otros ámbitos, no parece que exista la opción. Lucía ilustra este argumento cuando reflexiona sobre cómo es la vida de una mujer inmigrante cuando no tiene trabajo: *para una que no está trabajando, todos los días levantarse con esperanza a ver si puede aparecer algo o, tratar de buscar. Y que ves que nada, que no hay nada, que no hay nada. Y que buscas trabajo en algo bueno, que sabes que no te va a resultar, y: "empleada doméstica". Que a veces vas a entrevistas y, y claro, a veces no te quieren porque eres latinoamericana, o porque uhmm, eres muy morenita, o eres muy gordita, o que, por que tu acento no les gusta. Entonces claro ¡la rabial!, y enviar curriculums a todos los sitios, y que no pasa nada, no pasa nada y una desesperación todos los días* (Lucía_E1, 2014).

En una de las visitas en busca de trabajo, le comentan a Lucía que existe la opción de estudiar un ciclo formativo de nivel superior. En *las asociaciones buscando trabajo y eso, aparte me dijeron que -en una- había posibilidades de estudiar, y claro, sin estudios... ¿estudio? o ¿trabajo? Y claro, ¡justo encontré otro trabajo! Donde igual ya eran 4 horas, pero tampoco me pagaban la seguridad social. Igual, trabajando en casas, cuidando una señora y limpiando, haciendo las cosas de la casa* (Lucía_E1, 2014). Lucía decide empezar a estudiar el ciclo formativo a la vez que trabaja en esta casa. En su día a día durante casi un año y medio va a combinar estas dos actividades.

[L]uego terminé de estudiar, hice mis prácticas, de lo que había estudiado y luego ya termino la práctica, y a buscar trabajo. Y ahí busqué un trabajo a jornada completa, ¡que fatal!, {¿En el servicio doméstico, también?} Sí, sí bueno la persona era buena gente, todo eso, pero claro en el trabajo era, muy, como decir, era muy explotadora, como quien dice. Era una persona que no te quiere ver parada en ningún momento, ni nada. Y claro yo pensaba que era la única que vivía estas cosas así, pero, claro como yo estoy en un grupo de [actividad artística], y mi otras compañeras igual son algunas latinoamericanas, y que también trabajan en lo mismo, claro lo contaban. Que tenían peores experiencias que las mías, que pasaban en las casas malos tratos (Lucía_E1, 2014). Lucía pone un ejemplo de estos malos tratos: A una compañera, por ejemplo, trabaja 8 horas seguidas y, no le dan la comida, no le dan desayuno, no le dan nada de nada (Lucía_E1, 2014). Y compara esta situación con la suya: y claro a mí me dejaban salir a la hora de la comida, pero, si los niños de la casa se enfermaban -porque había 3 niños- tenía que quedarme todo el día, desde las 8 de la mañana hasta las 8:30 de la noche. Y claro un ratito para comer, y luego seguir trabajando, seguir trabajando, y sin quedarme quieta. Y por ejemplo si yo estaba haciendo algo y me demoraba un poco, quedaba como medio parada, mirando a ver qué hacía, la señora me decía: “¡no te pares, no te pares, sigue, sigue!” Y era una cosa así, como, trabajar, trabajar, trabajar, y el sueldo, claro, no estaba tan mal. Claro, me pagaba la seguridad social, pero claro el trato era que el que me molestaba (Lucía_E1, 2014).

Lucía explica que este ritmo y condiciones de trabajo afectan a su salud, especialmente por su enfermedad crónica: *estaba todo el día trabajando, y claro me dolía el cuerpo, todo eso, pero sabía que a la noche iba a llegar a mi casita, a descansar, a tomar mi medicación, y a dormir (...) cuando estaba trabajando, dos o tres veces tuve que ir a urgencias, pero claro esperaba hasta el fin de semana. Y aguantaba el dolor toda la semana. Y de urgencias el fin de semana para que me vean, porque claro, durante los días de trabajo, tampoco (Lucía_E1, 2014). Manejar su enfermedad con este trabajo era muy complejo: una cosa que me pasó que yo tengo que ir cada dos meses al médico. Entonces 15 días antes tengo que hacerme una analítica. Y claro yo me avisaba a la señora de que tenía que irme a hacer una analítica al, un día equis, y “sí, sí, sí, no hay problema”. Ah vale, entonces llega el día, ehh, por ejemplo: hoy le digo, que mañana voy, y me dice, “pero ¿cómo?!” Que yo tenía que ir a prepararle los zumos a los niños y no sé qué (...) Después de negociar con su empleadora, Lucía consigue convencerla de que puede ir antes a trabajar, dejarle los zumos hechos a los niños, ir rápido a hacerse*

las pruebas y volver. Tras mostrarse reticente la empleadora accede. En el centro de salud, había mucha gente y Lucía tardó más de lo esperado. Mientras estaba en el médico su empleadora le mandaba mensajes: *“a qué hora vienes, que a qué hora vienes, que a qué hora vienes”, y al final el último que me envió me decía que su marido tuvo que dejar de una reunión por mi culpa, porque yo no me di prisa, y no sé, haciéndome sentir culpable. (...) me hicieron tremendo escándalo y después me dice: “tienes que comprenderme, porque si yo tengo una persona aquí, es para que esté a mi completa disposición”. Y digo, bueno, vale, y claro, yo callada. Y claro diciendo ya “yo tengo la culpa, yo tengo la culpa, yo tengo la culpa” y sabiendo que no. Porque yo avisé, es que es la salud ilo mínimo! (...) Lucía continúa explicando lo sucedido. En este trabajo entraba a las 8 de la mañana se suponía [que] yo trabajo hasta la una y media. Y luego de cuatro y media a ocho y media, pero como te decía, si los niños se enfermaban, tenía que quedarme todo el día. Y los viernes quedarme a dormir en la noche, porque ellos salían. Entonces tenía que quedarme a dormir para el otro día irme a la una de la tarde. Y eso, tenía que estar ía su completa disposición! Es eso lo que me molestaba, eso de, que te digan “tienes que estar a mi entera disposición” es como, como decir, “tienes que estar aquí esclavizada, hacer lo que yo diga”. Lo que, claro, y como estás sin trabajo, sin nada, eh, bueno ya como que lo aceptas. Claro, es que no te queda que decir que sí, o aparece algo o, o...te haces millonaria de repente, jajaja íy ya! Pero si no, aguantar lo que sea (Lucía_E1, 2014).*

El sentimiento que uno siente al estar en esas casas, al, al ver, por ejemplo, las horas en que comen y tú tienes que estar ahí mirando o esperando al lado. O claro, o por ejemplo, la ropa sucia... (...) una cosa muy asquerosa que me da, que me da hasta [vergüenza] contarlo, por ejemplo, el marido de la persona en donde yo trabajaba eh, no sé si tenía problemas cuando iba al baño, o algo, pero la cosa es que su ropa interior siempre estaba manchada. Y claro el primer día que eso, la mujer llega y me dice, ¿no? que “tienes que lavarla a mano” y, y eso, pero “¿cómo lavarla a mano? Y ínunca le lavé ni a mi padre la ropa así!, y claro, tienes que humillarte a hacer eso (...) más que nada los malos tratos, lo, lo, ilo que te hacen hacer!, eh..., y... ícomo que te menoscaban! (Lucía_E1, 2014).

Lucía describe su rutina, como la de muchas otras mujeres inmigrantes que trabajan en el empleo doméstico: *todos los días lo mismo, llegar, levantarse, ir al trabajo, trabajar como burros, (risas) tener poco tiempo para comer, llegar a la noche reventada y claro, a descansar. Y al otro día, otra vez lo mismo, y así, todos los días lo mismo, lo mismo, lo*

mismo, lo mismo, los mismos sentimientos, la misma impotencia, la misma rabia, pero el saber que no tienen nada más, ningún otro ingreso, tienes que aguantar, y aguantar (Lucía_E1, 2014).

Lucía intenta combinar esto con la participación en su grupo de [actividad artística]. Este grupo *ahora ya somos asociación. Antes era un grupo solo. Y por lo general, bueno, este año hicieron un proyecto, eh ... para los colegios, que iban a los colegios por las mañanas a dar, ehh, a mostrar la obra y eso. Y bueno, ahí nos pagaron un dinerito, por cada uno, 30€ creo que era por actuación. Claro pero yo, a mí no me...justo estaba trabajando, entonces claro, pedir permiso ahí en el trabajo: ¡nada! El anterior sí, el anterior sí, sí que, sí que fui a los institutos y eso. Y ahí ya me pagaban un dinerito, (...) pero claro no es por el dinero, es porque, porque para que la gente entienda (Lucía_E1, 2014).*

Las obras en las que participaba tienen más sentido para ella ahora: *yo antes cuando empezamos por la, la pieza de inmigración, eh, claro, yo no había vivido tan de cerca lo que era, lo que pasaba un inmigrante, (...) cuando estaba interpretando la obra(...) yo me veía en el lugar de la, de la, porque se trataba de una chica de empleada doméstica. Y claro ¿cómo va a ser para tanto? [Pensaba Lucía al trabajar en esta actividad] cuando, cuando la estábamos creando. Pero, es que yo lo viví, ya lo vi de otra manera. Dije, en realidad las pasan muy mal, de hecho demasiado suave la obra para lo que en realidad se pasa trabajando en una casa, porque en realidad te tratan como un esclavo (Lucía_E1, 2014).*

Ver las reacciones de los niños en los colegios llega a ser una experiencia muy satisfactoria para Lucía: *darle a conocer a la gente lo que a una persona que ha pasado eso, eh, eh, dárselo a conocer y que ellos lo vean, de otra manera, de otra perspectiva...porque por lo general dice, "violencia psicológica ¿qué es?" Y a veces no te das cuenta que hay cosas pequeñas que te hacen y que, según tu son normal, pero resulta que te están violentando y, y no te das cuenta. Y el verlo que, las mujeres, los hombres, eh...la posición que toman, es con respecto a esas situaciones, entonces es bonito mostrarles a ellos lo que pasa y lo que no pasa. Claro a veces sales enrabiado porque ellos no, como tiene que subir la gente a... actuar contigo, y te dan unas soluciones tan tontas (risas) que te da rabia, "pero cómo esta gente puede pensar esto?" (...) Igual que lo de inmigración, porque por ejemplo, cuando íbamos a los colegios, eh veíamos la clase de niños que nos tocaba, a veces se notaba que en sus casas eran*

racistas, racistas, porque por ejemplo, un día entró uno a, a con mi compañera y claro le decía, "tipiña" así como menospreciándola y todo, y ¡¡ah!! Nosotros estábamos ya (risas), "yo quiero matarle" (...) y otras chicas que igual sus mamás eran trabajadoras de casa y eso, igual se ponían en el lugar de, de su madre, y claro le corrían las lágrimas y eso, como para que, la satisfacción de que los niños vean como, eh... de, de que entiendan lo que pasan a esa gente (Lucía_E1, 2014).

Cuando llega el verano, Lucía deja este trabajo a jornada completa (...) porque bueno no te quiero decir...en qué hora en verano querían que trabaje de interna, porque ellos se iban a otro pueblo, y por 100€ más de lo que me pagaban. Y claro, ¡no! {Dijiste que no}. Que no, que me buscaba otra cosa o no sé. Así, no (Lucía_E1, 2014).

En la actualidad

En un día normal, me levanto con muy pocos ánimos, la verdad, por encontrarme sin trabajo y con la incertidumbre de no saber qué es lo que va a pasar durante el día, si tendré suerte o no. [Hago mi tarea de voluntaria] de 10 a 12, luego hasta las 13.00 ayudo en lo que pueda a mi amiga [que trabaja en la entidad], pregunto si hay alguna oferta de trabajo que pueda ser para mí, me voy a mi casa, como, y por la tarde me dedico a buscar ofertas por internet. A veces suelo hablar con mis amigos para saber si tienen alguna oferta para mí. Suelo salir a pasear a mi perrito, así me despejo y puedo pensar en otras cosas. Por la noche me cuesta dormir pensando en el día siguiente a ver si voy a tener suerte y en cómo hacer frente a los gastos de la casa (Lucía_D, 2014).

Al dejar este empleo, la actividad con mayor peso de Lucía en el día a día es buscar trabajo. En esta nueva búsqueda de empleo Lucía emplea distintas estrategias: anotarse en el INEM, el boca a boca, la presencia en la entidad donde es voluntaria, donde puede que lleguen ofertas de trabajo o preguntar a los contactos, entre otras.

A diferencia de la última vez que se quedó sin trabajo, ahora tiene un título de formación profesional en España. Sin embargo, explica que eso no le permite acceder a otro tipo de empleo. Lucía reflexiona sobre los motivos de ello: *en el INEM me inscribí, bueno como antes no tenía título, me inscribí con lo de [titulación] pero no creo que salga, porque hay tanta gente dando vueltas sin trabajo, que como que... Me dicen que soy un poco pesimista pero, pero es que como que la realidad es esa, que demasiada gente*

dando vueltas [buscando trabajo]. Y claro, piden personas con experiencia, que es lo que yo no tengo. Y claro a mí ya me está pillando la edad, tengo 40 años, van a preferir, obviamente, una persona más joven. Entonces igual como que te, como que te traba un poquito, y claro los trabajos que más salen, son por ejemplo, empleada doméstica, pero, para interna (Lucía_E1, 2014). Lucía explica que no puede trabajar de interna por dos motivos, el principal *mi salud, no, no me conviene, porque claro (...) de interna, no sé hasta qué hora voy a trabajar, no sé si voy a poder dormir casi, bueno tomarla [la medicación] sí, pero poder decir "voy a tenderme a descansar un rato" ... es que me da miedo, o que me dé algo fuerte* (Lucía_E1, 2014). Como comentaba, no es la primera vez que acaba en urgencias por las demandas del trabajo como empleada del hogar. El segundo su pareja: no le parece que teniendo pareja ella se vaya a vivir a otra casa.

Pero no solo encuentra limitaciones para trabajar de lo suyo: *por la tarde [la paso] mirando por si aparece alguna oferta, inscribiéndome en las que puedo, y, y nada. Desechando el resto, que casi son todos desechos. Porque, la mayoría piden o, o tener carné de conducir o hablar gallego -en esta empresa de telefonía-y nada pues no me puedo inscribir. Claro, de horario completo o tener un estado físico, salió una el otro día que no pude....por tener un estado físico. Y claro, yo ahí ya, ¡uff!, yo no, nada (suspiro). Y otros trabajos que quedan lejos que hay que movilizarse, en coche, tampoco tengo (...)* [E]ntonces, a lo que puedo aspirar, como digo yo (triste) de trabajo de casas por horas, porque en lo mío difícil encontrar... (Lucía_E2, 2014).

Además de buscar trabajo Lucía, por las tardes, cuando se conecta a internet *"siempre me estoy mirando la, bueno aparte la oferta de trabajo y eso, viendo a ver que más me puedo inscribir (...) tengo ganas de estudiar trabajo social (...) pero eso hay que tener dinero...Entonces a ver, claro quieres hacer muchas cosas, pero el, la falta de dinero es la que te frena siempre. Bueno en mi caso que me frena, porque por papeles y nada de eso yo no tengo problema, pero sí, lo de trabajo y el dinero* (Lucía_E1, 2014). También busca otras maneras *de ver de los gastos de pagar la luz, el agua, pensar de donde voy a sacar, o qué vamos a hacer y viendo tipo de ayudas, pero que tampoco me, me la dan, porque no cumplo con los requisitos...*(Lucía_E2, 2014).

Los fines de semana intento descansar un poco más durante la mañana. Luego de levantarme realizo junto a mi pareja las tareas de la casa que durante la semana no hago porque las hace él (aprovecho de [homenajearlo] con una comida rica). Por la

tarde a intentar conectar con mi familia de [mi país]. No les cuento, eso sí, lo que me pasa para no angustiarles. Sacamos a pasear a [mi perro]. Y le toca baño el domingo. En fin, que los fines de semana trato de desconectar un poco de los problemas, intento no hablar de lo malo con mi pareja para no agobiarlo (Lucía_D, 2014).

En todos los encuentros Lucía expresa su preocupación por la situación con su pareja. Por un lado está agradecida de que él la esté ayudando, y dando soporte en estos momentos; pero por otro, volver a depender únicamente de una persona la preocupa mucho:

yo ya te había contado que soy divorciada y eso, y claro el hecho de estar dependiendo de otra persona, otra vez, uff, me pone de malas, sí, no me gusta, no me gusta. (...) [Es] que no me gusta depender de... es que ya dependí mucho de una persona y claro, a la hora de la hora, me quedé de brazos cruzados y sin nada. Y todo lo que había luchado...quedó ahí. Y no quiero que me vuelva a pasar. No digo que me vaya a pasar pero tampoco digo que no, entonces (risas) (...) Entonces, claro, me siento inútil, impotente, que no esté colaborando en nada me pone de malas (Lucía_E2, 2014).

Lucía explica que *quiero valérmela por mí, mi misma, entonces, eso es lo que más me frustra, que no quiero depender de nadie. Y claro, que él es bueno y me dice "no, tranquila no pasa nada", pero es que yo esta vez si pasa... yo quiero ser independiente. Bueno tener mi pareja sí, pero tener, yo disponer de, yo quiero estudiar esto, con mi dinero, no deberle nada a nadie, entonces eso es lo que me agobia todos los días (Lucía_E1, 2014).* Sin embargo, la situación *hace que al final mi orgullo tenga que tragármelo y recibir de buena manera lo que gracias a Dios [mi novio] me da sin condiciones (lo que antes nunca tuve) (Lucía_D, 2014).*

Lucía sigue participando en la [actividad artística], de la que comenta: *la semana pasada que estuvimos [trabajando en ella], y ya mañana por la tarde [tenemos presentación] (risas) Un poco de entretenimiento. Bueno, igual saco un dinerillo extra, y vamos a ver... (...) Paso tiempo con mis amigos y me distraigo un poco igual. ¡Bueno! y todas las [compañeras] pendientes que si saben algo de trabajo ya me van a avisar (Lucía_E1, 2014).*

Esta es una de las pocas actividades de ocio o de *desconectar* que realiza porque *básicamente no, sin dinero no puedes salir. Y tienes que estar en la casa sola, y quedarte en la casa (risas) Claro, no es que me disguste estar en la casa. Me gusta, pero no sé...*

Estar en la casa sin preocupaciones: "¡oh! Vuelve a llegar el lunes y voy a trabajar". Pero claro, es que llega el lunes y nada....llega el martes y nada....y así...(Lucía_E2, 2014). Lucía, angustiada comenta ¡Ay! Me estoy empezando a desesperar... no logro encontrar nada, ah...Y claro ya están empezando a faltar las cosas, en la casa, y, ver cómo vas a pagar el alquiler de este mes...las cuentas y eso ...(Lucía_E2, 2014).

Lucía termina su diario explicando cómo toda su situación va a cambiar a partir de ahora: *hoy he sabido que nuevamente debo someterme a una nueva intervención quirúrgica [...] Esto me corta toda posibilidad de seguir buscando empleo a corto plazo ya que no sé cuándo será. Esto me agobia más porque tendré que resignarme a esperar la operación, la rehabilitación y luego a buscar trabajo, porque mi condición actual, a la espera de una intervención, dudo que alguien me contrate. Lo mismo me consuela que tengo el apoyo de mi pareja que sé que me cuidará mientras pasa todo esto (Lucía_E2, 2014).*

6.1.1.3.3.- Navegando el contexto: ocupaciones humillantes y ocupaciones para el cambio

En la historia de Lucía existe una línea argumental que desciende bruscamente al divorciarse y que, con pequeñas fluctuaciones, seguirá cayendo hasta el final del relato.

El descenso brusco de la trama está relacionado con el divorcio de la protagonista y la entrada a una nueva realidad en España que no imaginaba. Aunque ya había trabajado en el servicio doméstico (puesto que habían escuchado su acento y se le ofrecieron este puesto) nunca había sido su ocupación principal, ni su sustento. Sin embargo, cuando necesita el trabajo para mantenerse, se encuentra con que la sociedad sólo le ofrece esta opción (*"empleada doméstica, empleada doméstica" (...) porque eres latinoamericana*). De esta forma, su vida diaria cambia completamente. Mientras no encuentra trabajo, Lucía procura alternativas para sobrevivir (ayudas económicas, de alimentación, trabajo en las entidades del tercer sector) y solicita apoyo de las instituciones. Este apoyo a su vez genera que deba buscar trabajos en "negro" (Esta tramitación hacía que fuese imposible para ella trabajar). Así, son los criterios de la administración y la situación de pobreza, y no la legal, la que la obligue a ello.

Más tarde, Lucía encuentra trabajo en el servicio doméstico. Las condiciones le recuerdan a la esclavitud ("*tienes que estar a mi entera disposición*"), condiciones que le habían descrito pero que sólo al vivirlas pudo comprender. La protagonista trabaja muchas horas, sin descanso ("*como burros*"), y esto repercute en su salud. Además de aguantar las humillaciones por parte de los empleadores, debe soportar el dolor de su enfermedad, agudizado por el trabajo. Sólo en los momentos que no trabaja puede permitirse cuidarse. Finalmente, Lucía pone límite a esta situación y deja el trabajo. Ahora tiene pareja y será él quien le de soporte.

Aunque Lucía procuró formarse como técnico en España para tener opciones a otros trabajos, en la búsqueda constante de empleo que realiza en su día a día, las oportunidades laborales se limitan al empleo doméstico en condiciones precarias (por ser latinoamericana, por haber mucha gente profesional de su ámbito desempleada, por ser mayor de 40 años, por las demandas físicas de algunos empleos, entre otros). A su vez, esto hace que tenga que depender de su pareja, lo que la *infantiliza* y va en contra de su manera de querer vivir la vida. Todo ello genera incertidumbre y desesperación, repercutiendo en su estado anímico.

Sin embargo, Lucía no pierde la esperanza y participa en ocupaciones que ayuden a generar un cambio en la sociedad. La actividad artística en la que participa con un grupo, la ayuda a compartir frustraciones, a estar conectada para informarse sobre ofertas de empleo, así como a hacer algo por cambiar la realidad tan dura a la que se enfrenta como mujer inmigrante, trabajadora del servicio doméstico.

La historia, finaliza decayendo, puesto que la necesidad de una operación coarta toda esperanza de encontrar empleo a corto plazo. Una vez más, el contexto le pondrá trabas: *porque [en] mi condición actual (...) dudo que alguien me contrate.*

6.1.1.4.- La historia de Elena: "como las hormiguitas"

6.1.1.4.1.- Conocer a Elena

Elena participa en los grupos organizados para dar a conocer la investigación. En el primer encuentro llega unos minutos tarde y en la sala ya hay 6 personas más. Enseguida destaca su liderazgo y energía: sin timidez, se presenta a cada una de las participantes, se ofrece para preparar el café y sirve a todo el mundo. En muchas ocasiones lidera la conversación pero siempre dejando espacio para las demás, especialmente para Cristina, también participante de esta investigación, quien no se separa de ella.

Tras aceptar participar en este estudio, concertamos la primera entrevista. Ante la propuesta de vernos en un lugar cómodo para ella la respuesta es clara: fuera de la casa donde está viviendo. Actualmente está en una casa de acogida. Nos veremos en un parque cercano. Al comenzar rápidamente me aclara que aunque tiene 36 años *"yo me siento como una persona de 56...con las mismas...cansancios de una persona, de una mujer ya grande. A lo mejor porque he ido muy acelerada"* (Elena_E1, 2013). Elena, sin tapujos, me cuenta su historia cargada de intensidad en los hechos que narra. Entiendo su reflexión. Además, me explica que me va a contar algunos episodios de su vida que no le cuenta a nadie, como los malos tratos de su exmarido. Elena cuenta esta historia con entereza y mucha fuerza.

Los siguientes meses intentamos concertar un encuentro para la siguiente entrevista. La llamo en diversas ocasiones. Muchas de ellas no me atiende o me explica que no está en un buen momento porque tiene que hacer recados: acudir a algunas entrevistas de trabajo, a arreglar papeles e ir al médico todos los días. Está *"más o menos"* porque *tiene la tensión altísima y le están haciendo pruebas. [Su médico le dice] [q]ue es algo emocional "* y prefiere que nos veamos después de este proceso (Elena_CC, 2013).

Unos meses después conseguimos quedar usando la mensajería instantánea del móvil. Otra vez me propone vernos fuera de la casa. Está muy angustiada porque *"no sé si es verdad o es mentira pero nos están amenazando que van a cerrar todo, que no hay dinero, que ya este mes no hay dinero para pagar la luz"* (Elena_CC, 2013). Esta vez nos veremos en una cafetería porque el tiempo no acompaña para quedar al aire libre.

Llego al lugar y la hora acordados y espero una media hora por Elena. Preocupada la llamo. Me contesta avergonzada, se había quedado dormida: *“estoy tomando una pastilla relajante para dormir”* (Elena_CC, 2013) y se le pasó la hora. En la cafetería, buscamos un rincón apartado para tener intimidad y conversamos con calma. Elena está más decaída que en el último encuentro.

Después de esta entrevista nos volveremos a ver dos veces más. En este momento ya había conseguido mudarse y vive en un piso compartido. Aunque me cuenta que está mejor, al preguntar en qué sitio se sentiría cómoda para vernos, sigue prefiriendo quedar en otro lugar que no sea su casa. En un par de ocasiones me presento en el sitio y hora acordados. Elena se había olvidado y tenemos que aplazar la entrevista. Finalmente conseguimos hacer dos entrevistas más, de una media hora de duración cada una. A ambas trae a su hija de 10 años. Esto resulta incómodo para mí porque me parece que es pequeña para estar en la conversación y le puede afectar emocionalmente escuchar a su madre elaborar algunos de los temas que tocamos. Sin embargo, mientras nos acomodamos en la cafetería escogida por ella, reflexiono y decido continuar por varios motivos: las dificultades que hemos tenido para vernos, las que ya me ha contado ella que tiene para dejar a su hija con alguien, la temática que vamos a abordar es también la vida diaria de la niña, y, sobre todo, porque Elena ya sabe cómo va a ser la conversación (puesto que ya hemos hecho varias entrevistas), por lo que entiendo que ella como madre está de acuerdo en que esté presente. De todas maneras procuro quedarme en un nivel superficial, solamente preguntando por lo que hace en su día a día, dejando la decisión a Elena del grado de profundidad al que quiere llegar con su hija delante. En estos encuentros aprovecho para entregarle el diario pero Elena nunca lo llegará a hacer.

En la última entrevista Elena y su hija están pletóricas. Esta misma mañana Elena ha conseguido un trabajo cuidando a una señora mayor y limpiando su casa. No para de hablar y de reír.

6.1.1.4.2.- La narrativa de Elena

En su país

Elena, en su país de origen, de pequeña, vivía con su familia -de posición socioeconómica acomodada- en el interior. Desde muy joven ella quería ser independiente: *mira yo quería vivir mi vida desde los 15 años, yo quería ser independiente, autónoma, o sea, llevar el control de todo* (Elena_E1, 2013). A los 15 años terminó en bachillerato y *entonces hice unos años de maestra voluntaria rural, loca perdida en un pueblo [a] 20 km, de mi casa (...) porque yo quería salir de casa* (Elena_E1, 2013). Aunque unos años más tarde regresaría a su casa *a mí el pueblo [donde estaba la casa familiar] siempre me quedó pequeño, siempre, siempre, y a los 17 años me fui de casa, me fui del pueblo a la capital que son 5 horas* (Elena_E1, 2013).

Elena consiguió convencer a sus padres, quienes la apoyarían económicamente con el dinero para subsistir 6 meses. El primer día en la capital la sobrepasó y decidió volver a su pueblo. En la cena en familia, el padre le preguntó qué había pasado. Cuando Elena acabó de contar su historia el padre le dijo *“bueno Elena usted nos fue ayer diciendo que ¿usted iba a ser responsable de su vida? Que nos lo iba a demostrar. Agarre sus cosas”. Me llevaron a la estación de autobuses otra vez, “Váyase, demuéstrelo, ahora demuéstrelo”* (Elena_E1, 2013). Esto le dolió muchísimo a Elena y no volvió a su casa hasta un año después.

En la capital Elena rápidamente se busca la manera de hacer su vida. Alquila un piso y a la semana ya había conocido a alguna gente quienes finalmente la ayudarían a conseguir trabajo. Elena también consigue entrar en la universidad y estudiar magisterio. Mientras estudiaba trabajaba en una casa de un empresario. Allí, además de cuidar a los hijos de un amigo del empresario, se hacía cargo de los empleados de la casa: más de 20.

Finalmente, Elena y el empresario de la casa acaban convirtiéndose en pareja y casándose. Elena cuenta que tenían un tren de vida muy alto. Ella estaba contenta con su vida, había acabado de estudiar y es *licenciada en educación* (Elena_E1, 2013). Sin embargo, este nivel de vida puso en una situación de riesgo a su marido, a quien secuestraron por dinero. *Entonces cuando hubo el rescate y todo eso, cuando lo devolvieron a casa dijo “Vámonos a España” [donde él tenía familia]. Y nos vinimos por*

eso pero no, esa nuestra idea venimos así a España no, no, no, no me gustó. Venimos no nos sentó bien a ninguno de los dos (Elena_E1, 2013).

Los inicios en España

Elena con 24 años emigra a España con su esposo. Una vez aquí la manera de enfrentarse al cambio fue muy distinta en la pareja: *yo sin familia, sin hablar el idioma...yo en seguida me puse a aprender el idioma, sabía de allá, porque el gallego que se habla allá no es el mismo gallego de aquí, entonces yo me confundía. Ahí me puse con el idioma, y, [la familia de él me decía] "entiende Elena es que él está deprimido, el cambio, bueno ¿entiendes? el cambio" la primera vez ...el segundo mes, ya el cuarto mes era imposible entender tanto cambio (...) aquí se me volvió delincuente, o sea, lo que no hizo allá en [mi país], me lo hizo aquí, drogarse, bueno de todo, de todo en un año estaba alcoholi...en 6 meses estaba alcoholizado, y yo dije no. Yo no me casé con un alcohólico, perdona. Entonces cuando me quedé embarazada de la nena, yo no podía estar con él, porque se ponía violento (...) lo que no me dijo allá me lo dijo aquí. Aquí, se dio cuenta que era negra. Cuando me insultó ya me separé. Yo me separé a los 5 meses de estar aquí, entonces como aquí se vive de apariencia, íbamos a bodas, íbamos a todo como pareja, pero él vivía en una casa y yo vivía en otra. La gente se dio cuenta cuando le denuncié* (Elena_E1, 2013).

Elena fue víctima de malos tratos. Después de años su exmarido acabó en prisión *porque es que el loco padre de mi hija nos prendió fuego en la casa, nos quiso matar (...)[entonces] el hombre en la cárcel y ¿tú qué haces? Se me fue la olla [la cabeza], porque la familia me dejó de hablarme. O sea yo no tengo familia, la familia era la familia de él, (...) yo solita en esta casa, claro salías de la habitación, la niña, se orinaba, vomitaba, bueno horrible vivir en esa casa* (Elena_E1, 2013). Elena explica que en esa época no hacía nada más que estar en su habitación y que se le fue la voz: *estuve 6 meses que sólo escribía, escribía, escribía, escribía, hasta que un día [la psicóloga] me dijo, "Elena lo tienes que hacer por tu hija"(...) un día dije "mira Elena, lo que ella dice tiene razón, estás sola, te van a quitar a la niña"* (Elena_E1, 2013). Un tiempo después recuperó la voz y comenzó a ir a la psiquiatra.

Elena y su hija siguieron viviendo en su casa del pueblo hasta que la psiquiatra *me dijo que por salud mental tenía que dejar esa casa* (Elena_E1, 2013). Estaba en un

programa público de atención a víctimas de violencia de género y le concedieron un piso en el que viviría casi 6 años con otras mujeres también víctimas de violencia machista.

En el programa de atención a víctimas de violencia de género

Durante los años que Elena vivió en este piso, procuró continuar formándose en multitud de ámbitos: *hice un FP en diseño gráfico (...) hice secretariado, hice conductora de máquinas elevadoras, cajera, y terminé con auxiliar de enfermería geriátrica* (Elena_E1, 2013) y trabajó en distintos lugares como un centro comercial, una biblioteca y en el empleo doméstico. Conciliar el trabajo con el cuidado de su hija era difícil porque *no hay guarderías que te cuiden a los niños de noche. Yo, me pasó cuando trabajaba en [el centro comercial]. Trabajaba para que una chica me cuidara la nena, porque nunca vi el dinero(...) el turno de la tarde sales a las 11 de la noche, 11:30 de la noche, y sin taxis, sin coche, fue [sacrificadísimo], y quería saber cómo se trabajaba en un centro comercial grande, por eso aguanté y aguanté, pero cuando me salió la oportunidad del ayuntamiento los dejé* (Elena_E1, 2013). El dinero que ganaba trabajando en el centro comercial iba directo para pagarle a la persona que cuidaba a su hija. En aquel momento aún tenía algo de dinero ahorrado pero pronto se le acabaría. Mientras trabajaba en el centro comercial, le propusieron entrar a un programa para mujeres divorciadas y: *[t]rabajé en el ayuntamiento en un programa de inserción laboral que hay, un año en la biblioteca y fui bibliotecaria un año, encantadísima, encantadísima* (Elena_E1, 2013).

La dificultad de conciliar el trabajo con el cuidado de la hija, estando sola, es una dificultad de la que Elena hablará en multitud de ocasiones. Reflexiona sobre la diferencia de España con su país: aunque allí hay otros elementos negativos, cree que esto está mejor organizado: *[aquí] las guarderías municipales están en el mismo horario del colegio de 10 a 2. Y claro, nadie trabaja puntualmente de 10 a 2. Y la tarde ¿qué haces con la muchacha? No tienes con quien dejarla, ahí es un fallo que hay aquí con los niños. [Mi país] será todo, pero donde se trabaja con niños, las guarde...hasta que el padre sale del colegio, las guarderías están abiertas (...) es una cosa que a lo mejor hay que implantarla aquí un día, porque hay madres que trabajan de noche, madres solas* (Elena_E1, 2013).

Por eso, cuando el programa de inserción en el ayuntamiento había acabado, y encuentra trabajo en el servicio doméstico donde la dejan llevar a su hija, Elena soluciona un gran problema. Empezó a trabajar en este ámbito poco a poco. Primero consiguió trabajo, gracias a la recomendación de un exjefe, acompañando a una señora a hacer fisioterapia dos días a la semana. Y *le encanté a la señora, me dio las llaves de la casa, o sea entré con buen pie como dicen aquí. Y era lunes y jueves, y la señora le gustó tanto que íbamos lunes, martes, miércoles, jueves a la terapia. Se puso buenísima enseguida, entonces me dijo: "ahora quiero que venga..."-era solo acompañarla a la terapia- "ahora quiero que me acompañe hacer las compras, ahora quiero es para hablar". Al final me quedé con ella 4 años. ¡Sí, sí, sí, sí, sí pero muy bien! Me aceptaron muy bien, no tienen hijos, un matrimonio que no tenía hijos, me aceptaron a la nena, y estuve con ellos hasta [febrero], bueno antes, [enero], hasta [enero]* (Elena_E1, 2013). Elena podía ir con su hija a trabajar lo que suponía una gran ayuda. Incluso cuenta que este matrimonio la apoyaba en otras cosas con su hija. Por ejemplo, la llevaban en coche (en mitad de su horario laboral) cuando inesperadamente tenía que ir a buscar a la niña al colegio.

Además de trabajar, durante esta etapa dedicaba su tiempo a ayudar a las otras mujeres con las que vivía, dándoles apoyo emocional y acompañándolas en todo el proceso-incluyendo ir a juicios, arreglar asuntos burocráticos, etc.-: *en este programa de violencia estuve hasta que me cansé de tanto problemas de las mujeres. Porque con estas cosas de querer ayudarlas, meterme en el paquete de ellas, yo las acompañaba. Yo estaba en el programa pero como yo estaba bien, yo estaba animosa, yo "¡venga vamos aquí a hacer estos papeles". Bueno y andaba para allí y para acá, hasta con la guardia civil colaboraba (...) el día que dejé de estar en el programa de violencia fue cuando una señora se estaba separando y el padre violó a la niña de 15 años, y dije ya no más, porque íme provocó matar a ese hombre!(...) estas cosas de querer solucionar las cosas y no poder hacer nada... no, hasta [aquí]...dije "ya no me importa. Ya me salgo"* (Elena_E1, 2013).

Elena, salió del programa y se buscó un piso para ella. Continuaba trabajando en el servicio doméstico. Ahora, viviendo en su casa, Elena continuaba ayudando a otras personas, esta vez a nuevas amigas que había hecho. Por ejemplo, los fines de semana, en su tiempo libre, Elena cuidaba a los hijos de estas amigas mientras ellas salían de fiesta. Explica que ella es una persona muy sociable y *cuando tenía mi casa todas [mis amigas] se iban los viernes, porque todas mis amigas son de Perú, de Ecuador, yo hablo*

con todo el mundo, y les gusta mucho el chupe[beber], salir de baile, de ligue y todo esto. Y todos me dejaban los niños (...) viernes, sábados, domingo y lunes, porque una se me iba para [otra ciudad] y aparecía en lunes. Yo: "no... tranquila" como yo no salgo de noche, no bebo, no fumo, y no hago nada... (Elena_E1, 2013). Además Elena escuchaba y aconsejaba a sus amigas. Es algo que siempre ha hecho y que continuará haciendo a lo largo de su historia. Por ejemplo, Elena explica cómo a una amiga también le pasa cada rollo, entonces tengo que escucharla, hermana. No me queda otra, yo "tranquila niña todo se va arreglar", todo espléndido, todo bien. Ella me dice "tú con lo de [espléndido] ya lo arreglas todo". Pero hermana tienes que pensar algo positivo si piensas en el problema, el problema te vuelve loca, no ves solución (Elena_E1, 2013). Sin embargo, Elena deja claro desde el primer momento que *ellas no saben mis problemas ¡eh! a ninguna le digo* (Elena_E1, 2013).

Casa de acogida: cambio de rutina

A los 4 años de estar trabajando en la casa de este matrimonio la señora fallece y Elena se queda desempleada. Unos meses después Elena no consigue trabajo y ya sin recursos económicos, ni apoyo social, se ve en la necesidad de mudarse a un piso de acogida con su hija.

Su rutina cambia completamente. Ahora Elena aprovecha las horas que su hija está en el colegio para buscar empleo: *así de camarera, de cuidar niños, cuidar mayores, lo que tengo experiencia, lo que sé hacer. De cajera, de dependienta...(...)* y así, *de limpieza, lo que sé hacer* (Elena_E1, 2013). Para eso acude a las entidades del tercer sector, a Empresas de Trabajo Temporal (ETT), busca en internet, leyendo los periódicos, hablando con la gente y dejando CV por los comercios: *una semana normal, empiezo con mi agenda en mano, por supuesto, porque si no íse me olvida todo! Dónde tengo que ir, lo que tengo que hacer, a qué sitios no he ido o tengo que volver a ir, a llevar curriculum, sobre todo. Revisar el correo, las ofertas en el en la biblioteca [donde hay acceso gratis a internet] (...) Vemos las ofertas y las chicas [de la entidad donde vivo] nos prestan el teléfono, eso antes de las 10. Yo tengo que estar aquí [en la entidad] tempranito. Yo a las 11 yo ya he resuelto mi mañana. Al menos que tenga que ir [a la entidad X] que voy los jueves, que es el último día. Que ahí hasta las 12 no sales tú de allí, porque es por turno, hay que esperar, y eso es lo que lleva más tiempo* (Elena_E1, 2013). En esta entidad X, hacen de mediadores entre empleadores y mujeres inmigrantes

(siempre de ofertas en el servicio doméstico); y atienden por turno de llegada. Elena va temprano, al igual que muchas otras mujeres inmigrantes. Suele haber mucha cola por lo que se le va toda la mañana esperando, para no encontrar nada. Suele haber ofertas para empleada interna, que ella no quiere porque tiene a su hija: *pero siempre tienen algo, aparte de una [oferta de interna] de, un kilo de pasta, o arroz, te dan un poco de comida, ¿sabes? no es solo el trabajo, también te ayudan con algo de alimentos* (Elena_E3, 2013).

Y así *buscando trabajo, a todos los sitios que dicen, eso es un día a día* (Elena_E1, 2013). Este día a día la deja *cansada porque si el sitio acá, uno está en la otra punta y el otro está en la otra punta. Pero cuando es por aquí cerca, -que la mayoría de las ETT están cerca- ya como sé dónde están voy rapidito y...Pero desesperada y con angustia, tú dices "dios mío, aquí me van a llamar". Pasado media mañana ya no te llamaron, bueno esperas la tarde* (Elena_E1, 2013). Elena describe algunos de los días en que en algún lugar le han solicitado que deje su CV para estudiar la posibilidad de llamarla: *ese es el día más angustioso, cuando te dicen "tráigalo, acércalo [el CV]", digo "¡uy dios mío me van a llamar hoy" Toda la tardeya te quedas fría en la noche, "no me llamaron". Y mañana a buscar otra vez lo mismo, esa es la rutina, no me desespera ya eso. No, no, nunca me he desesperado por... voy con calma, pero genera adrenalina ¡eh! Sí,sí,sí, ya en la tarde se te baja otra vez la moral pero, te mantiene despiertillo así* (Elena_E1, 2013).

Elena describe su situación con respecto al empleo: *el otro día me salieron dos horas, una amiga "Elena ves y dile que te mando yo" Pero dos horas no te sirven de nada. Una vez a la semana, eso no es trabajar. Pero no me han llamado de ningún sitio, estoy esperando. No me voy a volver loca porque ya, es desesperante la situación...Es lo bueno aquí que las muchachas, bueno yo le digo las muchachas las de allí las de la ONG, nos dan alimento, porque si no nos dieran alimento yo ya me hubiera ido para mi casa [en mi país] corriendo ...aunque el padre de mi niña diga que no, porque si yo tengo una oferta laboral de [mi país] y casa que tenemos, gracias a dios, mi niña y yo en [mi país], yo me puedo ir. Aquí no tenemos casa, no tenemos trabajo, no tenemos nada. Él no nos ayuda con nada, porque él se declaró, insolvente. Ya tu verás...* En muchas ocasiones Elena hace hincapié en que *hubiese tenido mi hija sola, sin el hombre al lado estaría mejor* (Elena_E1, 2013) porque él no le da la autorización para llevarse a la niña del país así que *aquí nos tenemos que quedar hasta que la niña sea mayor de edad*. Incluso, Elena explica que *no puedo viajar, no puedo hacer nada, porque tengo que*

estar aquí en [la ciudad], he tenido ofertas laborales en [Mallorca], Cómo me voy a ir a [Mallorca] ¿y le dejo a mi niña los fines de semana a ese hombre? ¡Nooooo! Imposible (Elena_E1, 2013)

Ante estas situaciones Elena se repite: *pero bien, bien, [espléndido] total, todo [espléndido]. No, porque si le ponemos otro nombre -fatal- me hundo, me deprimó. No, a mí no me agarran por ahí. Las cosas no están para deprimirse y el que se deprime lo medican, entonces anda dopado por ahí por la vida, no se da cuenta de la realidad. Yo ya estuve dopada, cuando yo me separé. Perdí el habla* (Elena_E1, 2013) y no quiere que le vuelva a pasar.

El resto del día, Elena hace *la comida, la comida de casa, la niña, lo normal, limpiar la casa, lavar, planchar ...No, planchar no me gusta, plancho puntual. Saco la cuenta, de donde voy a ir los 4 días: lunes, martes, miércoles y jueves dónde voy a ir, qué me voy a poner. Y entonces eso es lo que plancho, en esos 4 días, la nena también(...)* [Por] *las tardes bueno, ahora con [una profesional del centro] han ideado [actividades para] las niñas jugar con globos, hacer actividades y (...)* *nada más, en las tardes no hay nada de buscar trabajo. Eso es mentira, se engaña que, bueno aunque me dijo una amiga que buscara por las tarde en milanuncios.com que, a lo mejor, por las tardes, también salen ofertas, sobretudo de camareras. ¡Ah! ¿qué pasa con las camareras? Que las buscan hasta 30 años, 30 años y con experiencia* (Elena_E1, 2013).

Además, a veces Elena tiene que ir al médico porque *tengo artrosis, aquí donde tú me ves divina de la muerte pero tengo artrosis* (Elena_E1, 2013). Elena tiene una amiga que conoció hace unos años en un curso quien para Elena es *una súper amiga (...)* *que fue la que me trajo a [la entidad donde vivo]. Ella cree que es mi mamá, (...) me llama todos los días o me escribe, no me deja en paz (risas): "tienes que pensar, tienes que hacer esto y tienes que ir..."* (Elena_E1, 2013) Esta amiga la apoya y la acompaña a las citas médicas, al igual que Elena hace con ellas. Además con Dolores, esta amiga, es con quien queda los fines de semana: *comemos porque a mi niña le gustan las lentejas y ella siempre trae lentejas hehecitas, guisaditas, como dice ella. Comer, comer, vamos a su casa o vamos a un parque o a una cafetería y comemos (...)* Y dedican el tiempo también a *hablar de cualquier cosa que haya pasado, la niña cómo está, las cosas cómo van en casa, cómo son las chicas, y entonces empezamos a despellejar, esas cosas que se hablan cuando estas con confianza con alguien* (Elena_E1, 2013). Así, se

dan apoyo emocional y comparten información sobre los recursos y ofertas de trabajo, entre otros.

[L]os domingos son el peor día de mi vida, porque el domingo la nena está con su familia [con el padre], y estoy sola en casa, sola. Porque las chicas se van también. Las amigas que trabajan de internas se van el domingo a las 4 de la tarde o las 5 [incluida Dolores]. O sea que quedo ¡¡uh!! Es el peor día, ni como, porque no tengo apetito, pero luego ya a las 11 de la noche me vuelve el apetito es porque viene mi muñeca (Elena_E1, 2013).

En la casa de acogida: tensión in crescendo

Unos meses después, Elena no ha conseguido trabajo. Aunque mantiene en términos generales sus ocupaciones cotidianas, la situación se hace cada vez más insostenible. A la frustración por no conseguir trabajo se le suman conflictos en la convivencia. Todo ello ha contribuido a que Elena tenga problemas con la presión arterial: *tiene la tensión altísima y que le están haciendo pruebas. Que es algo emocional (Elena_CC, 2013), la vez aquella la tenía a 19-15 (Elena_E3, 2014).*

Elena pone dos ejemplos de las últimas ofertas laborales que ha tenido. Por un lado, el señor con el que había trabajado más de 4 años, le ofrece volver a trabajar en su casa: *tengo otra propuesta, el señor con el que trabajaba, es medio abusador, pero bueno (...) que viviera con él, o sea él me propuso vivir en su casa, pero cuando fuese de noche que me metiese con él en la cama (...) me dio una cosa y yo: "¡[Qué] falta de respeto! (Elena_E2, 2013). Sin embargo, cuenta que alguien sí aceptó esa propuesta, por necesidad. Una conocida, que tiene a sus hijos en su país de origen y necesitaba el dinero para enviar: *aceptó a acostarse con el señor en la cama ¿sabes? Ahora lo que pasa ahí, no lo sé. Pero cada quien acepta sus condiciones y sus cosas ¿sabes? Yo no puedo aceptar eso, de ahí a la prostitución hay un paso. ¡Chica, qué dices! ¡Por favor! (Elena_E2, 2013).**

Otra de las ofertas vino a través de una de las profesionales de la entidad donde vive. Era una oferta de interna por 500€, *y sin salir ningún día. Tenía que salir la última semana del mes ¿Pero qué dice? ¿Qué dice? ¡No! Que dices... hay gente que acepta esa situación. Yo no, eso es una explotación, terrible, horrible y humillante, pero ella dice*

¿no?: “Elena que la necesidad...” ¿Necesidad? Por eso pasan esos casos de humillación y explotación, porque la gente se calla y lo aguanta, lo que hay que hacer es no aguantarlo y no voy a aceptarlo (...) A mí eso de que me vas a poner aquí como una mula... Negrita pero no esclava, compadre, se equivoca (risas) [La profesional me dice] “tienes que aceptar el trabajo porque si no te vas de la casa” ¿Perdona? yo me voy si tú quieres, pero tú a mí no me vas a obligar a aceptar unas condiciones infrahumanas, separarme de mi hija, que me ha costado tenerla, por 500€. Es que antes me prostituyo ¡por dios qué dices! (Elena_E2, 2013).

Esta actitud de los profesionales es algo que Elena no entiende. En su recorrido por las entidades o en la participación de actividades de formación que organiza las mismas instituciones, Elena reflexiona sobre los mensajes que dan las/os profesionales. Elena dice que parece que atienden mejor a las personas que van y dan pena o adulan a las/os profesionales: *yo no he sido baja la bola. Baja la bola es adular: “¡Qué bonita eres! ¡Qué camiseta tan bonita!”, yo para eso no valgo.* (Elena_E1, 2013) En el último curso, un técnico *quiso decir es que había que dar penita, o sea, como convencer a la otra que lo necesitas. Oye tú, si quieren, te agarran por tu curriculum o por tus habilidades, pero no tienes que estar bajando la cabeza más de la cuenta, entonces para mí es una inducción al sometimiento* (Elena_E2, 2013).

Paralelamente, la convivencia en la casa de acogida resulta muy complicada. Sumada a la presión de algunos profesionales para que encuentre trabajo, están los roces con las otras mujeres que viven allí, incluidos discusiones con alguna persona bajo los efectos del alcohol. Elena siente que abusan de ella: *es que parece que soy la esclava de la casa, no chica, no me gusta eso que abusen ¿sabes? A mí no me importa, ayudarlas, decirla, traerlas, llevarlas, eso es lo de menos. Pero chica (...) que se coman las cosas, el yogurt, se comen el queso, vale, [joder] un poquito de por favor. Ayudar sí pero no esclava* (Elena_E2, 2013). Elena durante la semana busca los lugares donde es económico comprar comida o le dan comida, por eso le duele que se lo quiten: *yo voy a un sitio a buscar alimento, a mí no me faltan mis cosas, pero porque yo las busco, no se las quito a nadie* (Elena_E2, 2013). Además, Elena era la persona que limpiaba y cocinaba para todas en la casa hasta que puso límite y apareció el conflicto. *¡Ay no! Esa casa me tiene loca, pero yo quiero irme (...) no puedes tener tranquilidad mental, a mí la tranquilidad mental para mí es indispensable* (Elena_E2, 2013).

En este contexto, Elena sigue con su horario de actividades: su día a día empieza temprano, a 7:30, *porque tengo que levantar a la niña, ducharla, (...) vamos al colegio, vengo, bueno ahora como he estado diariamente, tomándome la tensión todo este mes, vengo del colegio caminando [al centro de salud], [del centro de salud] voy a [la biblioteca], veo las ofertas de trabajo me meto una hora en internet, si tengo algo que hacer, lo hago. Y luego vengo a casa, hago la comida y me vuelvo a la 1:40 a recogerla otra vez. Todo eso lo tengo que hacer antes de la 1:40, venimos a las 2:40, 2:30 estamos en casa otra vez. Hasta allí bien, la tarde es más relajada, porque es para ella a hacer los deberes y eso* (Elena_E2, 2013). La médico de Elena le ha mandado tomar medicación para “relajarse” *me como la comida y la pastillita que es una sola, y ya no soy persona, demasiado relax para mi cabeza* (Elena_E2, 2013).

Además, desde hace un mes, Elena ha empezado un curso árabe los viernes por la tarde porque *¿qué voy hacer? ¿Me voy a quedar en la casa echada?* (Elena_E2, 2013) En la casa de acogida ni siquiera puede ver la televisión, tiene que verla con las compañeras y *eso me da un estrés* (Elena_E2, 2013). Tuvo que vender su propia televisión y ya no puede verla tranquila en su habitación y *la tele es independencia para mí, es libertad* (Elena_E2, 2013).

Un tiempo después a Elena se le presentan dos oportunidades. Por un lado, una amiga la llama para decirle que tiene una oferta de trabajo, limpiando una oficina, que le puede interesar. Elena habla con el potencial empleador y empieza a trabajar 2 días a la semana, mientras la hija va al cole. Con este trabajo, aunque son pocas horas, Elena podría irse de esa casa: *porque yo no estoy cómoda, si yo lo acumulo [el sueldo] imagínate, lo... me va a llevar tiempo, como las hormiguitas. Así es como se hacen las cosas, hablamos de [septiembre], [octubre], [noviembre], [diciembre], ahorrando, ahorrando, ahorrando, yo me puedo ir de allí en enero.* (Elena_E2, 2013). Con esto en mente, Elena, por las tardes se dedica también a buscar un piso en que la acepten sin contrato de trabajo, avales o fianza. Por eso se va caminando con su hija a las zonas más económicas de la ciudad y habla con la gente, para tratar de encontrar o convencer a propietarios de que le alquilen. La otra tarde habló con un señor y le explicaba: *“mire señor realmente estamos por aquí porque estoy buscando un sitio para vivir, un alquiler barato” Que no sé qué, que no me pidan tantas cosas (...) el señor me dijo que pedían 2 meses, (...) entonces 600€, o sea tendría que trabajar hasta marzo, ¡ay dios mío! para reunir 600€! ...pero bueno es que esta la meta ahí, el objetivo itodo canalizado!* (Elena_E2, 2013).

Por otro lado, existe la opción de hacer un curso. En su ruta de las mañanas por las entidades, Elena se enteró de esta opción: *porque es que hoy también fui a [la entidad Z], en la mañana, cuando dejé a la nena (...) y es, el [horario del] curso es, muy malo para mí. Pero yo decía si lo hago es un mes intenso, 8:30, 14:30(...) ¿quién me recoge a la muchacha, antes? Claro, ahí lo tengo complicado, pero sería bueno hacerlo como un curso de...-¡ah! no tengo la agenda aquí- de....ayuda a domicilio o algo así, eso siempre tiene salida laboral, y más si tienes el curso más actualizado* (Elena_E2, 2013). Por eso a Elena se le ocurre que la mejor opción es enseñarle a la hija a ir sola en autobús al colegio. Las próximas semanas se dedicará a eso por las mañanas.

Piso compartido

Elena consigue combinar el trabajo, el curso y el cuidado de su hija. En un tiempo se muda a una habitación, con su hija, en un piso compartido y *voy mucho mejor ya, de 9 - 11 [ahora] a 19 - 15 que tenía y la tranquilidad de estar en un sitio sin tantas complicaciones, sin tantas historias* (Elena_E3, 2014).

Una vez acabado el curso, vuelve a comenzar su rutina de buscar trabajo por las entidades. Ahora incluye en su ruta residencias de mayores y centros de día: *iba -y sigo yendo - porque así no, no quiero perder la, están cansados de verme en todos los sitios, a los centros de día a llevar el curriculum. Yo busco el trabajo por allí y bueno, [voy] a donde metí el curriculum (...) a mí me gusta que me vean (...) pero nada y allí indignada, hay ofertas de trabajo pero de interna. A mí de interna no lo acepto y nada, ir a los sitios, revisar el correo en las tardes y en la mañana leo en las noticias y la ofertas de empleo en el tablón de anuncios de [la biblioteca municipal] (...) [Y] bueno, decepcionadísima porque como he ido a los mismos sitios, ¿sabes? pero bueno no queda que volver a ir, volver a ir(...) te hunde eso saber que llaman a otros y a ti no, pero nada a mí ya eso no me hunde. Yo sigo, vuelvo otra vez, y vuelvo otra vez al comienzo al uno comienzo otra vez, y los vuelvo a llevar...(Elena_E4, 2014)*

En estos momentos Elena incluso piensa que puede trabajar como interna pero si le dejan llevarse a su hija: *yo estoy luchando porque alguien me acepte con la nena, es difícil, pero yo seguiré ofreciéndome así. Ella dice que no, pero no se sabe, mi amor, uno tiene que agotar todo. Es desesperante [ir a las entidades] porque tú no sabes si van a tener una oferta para ti, o no* (Elena_E3, 2014).

Elena tiene una amiga en el extranjero que le ofrece trabajo por unos meses, pero no puede irse porque no puede llevar a su hija. La situación es desesperante. Elena cuenta reflexiona: *no sé cuál es la solución a tanto desempleo, porque cada día cierran más empresas, cada día la gente se deprime más, cierran sus pequeños negocios, no sé cuál es la solución* (Elena_E4, 2014). Elena explica que *el tema de la crisis es terrible, hay mucha gente, del colegio de [mi hija], bueno yo no tengo contacto con más nadie, gente del Ecuador y Colombia que se han ido a su país, con los niños chica, me da rabia pero bueno, (...) las cosas están muy mal, que hacen que se vuelven otra vez a sus países, y mucha gente, muchas familias que están volviendo, porque yo creo que no ven solución, o se hunden, ¿sabes? Se desaniman de que tanto le digan que no, que no haya solución, yo creo que es una mezcla de todo, se cansan de luchar contra la corriente* (Elena_E4, 2014).

Elena, consigue trabajo cuidando a una señora mayor en su casa por las mañanas. Elena está pletórica. Explica que todo lo que la hace estar mal *yo lo relaciono con lo del trabajo, que no haya la, que no tenga la posibilidad.. pero ya la tengo, gracias a dios, ya eso va a pertenecer al pasado, del resto yo sé que vamos a estar bien* -hablándole a su hija- *¿a que sí, mi amor?*

6.1.1.4.3.- Como las hormiguitas: resistencia a través de las ocupaciones

Esta historia presenta dos líneas argumentales: una constante que aparece ya en la adolescencia y está relacionada con la acción estratégica de la protagonista a la hora de articular los recursos disponibles para lograr sus objetivos (por ejemplo, cuando la protagonista consigue hacer su vida, sola, en la capital de su país tras irse de la casa familiar); y una segunda, que desciende de forma heterogénea, vinculada a los eventos traumáticos y situaciones difíciles. Ambas evolucionan entrelazadas a lo largo de la historia.

La línea argumental descendente aparece con el cambio que sufre su marido después de migrar y la violencia ejercida por éste. Así, la trama llega al punto más bajo y remonta cuando la protagonista pone en marcha su habilidad para articular recursos (por ejemplo los que emplea en la época que está en el programa para víctimas de violencia de género). Así, de forma entretrejida las dos líneas van haciendo que la trama vuelva a

ascender: Elena consigue trabajar como cajera, bibliotecaria, en el servicio doméstico y alquilar su propio piso.

El siguiente descenso, abrupto, ocurre años más tarde cuando Elena se queda sin trabajo, lo que comienza una bola de nieve que cada vez la deja en una situación de mayor vulnerabilidad: sin recursos socioeconómicos llega a necesitar alojamiento e irse a una casa de acogida.

En este contexto, las dos líneas argumentales se combinan: Elena, organiza su semana en la agenda y día a día realiza las actividades planificadas (lleva a su hija al colegio, va a buscar trabajo a diferentes entidad o ETT, vuelve a enviar el CV a donde es necesario, va a buscar ayudas para la alimentación, etc.). En el desarrollo de esta rutina vive presiones de distintos tipos (por parte de profesionales, en la convivencia, etc.) así como la desesperación de no encontrar un trabajo digno. Sin embargo Elena no cede a las presiones y mantiene su una rutina desempeñando estas ocupaciones.

Además, la protagonista explica que debe enfrentarse a este día a día con actitud positiva porque no puede permitirse decaer (*el que se deprime lo medican, entonces anda dopado por ahí por la vida, no se da cuenta de la realidad*). Pero la situación que vive acaba repercutiendo en su salud: tiene hipertensión arterial lo que su médico vincula a *“algo emocional”*. Elena integra el cuidado de su salud como una ocupación más en su día a día, y continúa desempeñando su rutina.

Así, aunque la necesidad se agudiza Elena resiste manteniendo sus ocupaciones. Se propone su objetivo y como las hormiguitas, sin prisa pero sin pausa, mantiene su rutina para conseguir un trabajo, humilde pero digno, que le permita vivir independientemente con su hija. Por ello, se puede interpretar que el desempeño de las ocupaciones cotidianas de la protagonista son el espacio de resistencia a la opresión vivida en el día a día.

Al finalizar la historia, la resistencia en las ocupaciones parece haber servido: Elena consigue un trabajo en el servicio doméstico y ya *eso va a pertenecer al pasado, del resto, yo sé que vamos a estar bien*.

6.1.1.5.- La historia de Ana: “tengo espíritu luchador”

6.1.1.5.1.- Conocer a Ana

Contacto con Ana a través una trabajadora de una ONG en la ciudad. Esta profesional me advierte que Ana está en una situación muy vulnerable, tiene un hijo de 8 años, acaba de tener una bebe y mudarse al piso de acogida de su institución por no tener apoyos en España. En este piso es donde nos reuniremos, tal y como Ana sugiere.

Acudo a la cita a la hora acordada. Me abre la puerta la compañera de piso, quien me comenta que Ana no ha llegado aún y me invita a esperarla dentro. Mientras esperamos y conversamos. Ana y su compañera mantienen contacto por mensaje, indicándome que esta de camino. Pasan casi dos horas hasta que Ana llega. En este momento ya he tomado la decisión de aplazar la entrevista para otro momento: la conversación con su compañera, quien también está viviendo una situación vulnerable, me deja mentalmente cansada y debo estar en menos de una hora en otro lugar por un compromiso laboral. Quiero dedicarle el tiempo y la energía necesaria a Ana.

Entra Ana, con sus dos hijos. Viene casi sin aliento. Ha perdido un bus y ha tenido que esperar y caminar bastante para poder llegar lo antes posible. En 10 minutos organiza a los niños y nos sentamos a charlar mientras le da el pecho a su bebé. Me impresiona su presencia, que inunda la habitación, su fuerza y su entereza, que contrasta con la idea que, sin darme cuenta, me había formado de ella, tras la advertencia de la profesional.

Le sugiero aplazar la entrevista para otro momento en el que ambas tengamos disponibilidad, ya que quisiera dedicarle el tiempo necesario. Está de acuerdo pero, casi sin tiempo para pensar, y a tenor del título del estudio que lee en voz alta de la hoja de información, comienza a contarme su historia. Lamentablemente, la grabadora no estaba encendida en este momento, aunque la conversación fue recogida inmediatamente después en el cuaderno de campo. Ana acaba nuestra conversación explicándome que me cuenta todo esto *para que entienda que no todas las historias son iguales, y cómo es que ella acabo en España. Tenía muchas ganas de hablar, y de contar, de decir cosas que tienen que mejorarse, cosas que no funcionan. De contribuir desde su experiencia* (Ana_CC, 2014).

En nuestro siguiente encuentro, retomamos esta conversación. Esta vez la entrevista dura media hora aproximadamente. En mitad de la charla, una amiga llama a Ana y tiene que interrumpir nuestro encuentro. En la siguiente semana intentamos volver a vernos, pero resulta complicado ya que, aunque concertamos citas, Ana tiene que cambiar nuestros encuentros sobre la marcha y no conseguimos volver a sentarnos a charlar. Sin embargo, Ana se asegura de hacerme llegar su diario personal en el que describe con mucho detalle cómo ha sido su experiencia en España.

6.1.1.5.2.- La narrativa de Ana

“Nací prematura, sin haber completado las 30 semanas de gestación, mi abuela dijo que lo superaría y tengo espíritu luchador” (Ana_D, 2014).

En su país

En su país de origen Ana y sus hermanos se forjaron *carreras universitarias sin mayor dificultad y cada uno encaminó su vida* (Ana_D, 2014). Ana hizo dos carreras relacionadas con la gestión de empresas, una en la universidad pública y otra en la privada. Antes de venir a España, trabajaba en su ámbito profesional, era responsable de una sección importante en la gestión en una empresa multinacional y estaba comenzando un pequeño negocio con su pareja.

El viaje a España

Hace 8 años, decidió venir a visitar a su hermano, quien trabajaba en una ciudad del Mediterráneo. Ana estaba embarazada de 4 meses, pero había comprado *el billete antes de saber [lo], aprovechando los denominados beneficios que la empresa ofrecía a los empleados.* (Ana_D, 2014), así que decidió viajar de todos modos. Durante este mes disfrutó de sus vacaciones con su hermano y se gastó tranquilamente el dinero que tenía.

Durante mi estancia [en España] asesinaron al padre de mi hijo [en su país de origen] (Ana_D, 2014). Ana relata como allí es común que te paren en la calle y te disparen

para robarte. En este caso, su pareja se dirigía a la pequeña nave en la que estaban comenzando su negocio, cuando recibió un disparo que acabó con su vida.

Con el asesinato de mi pareja mi vida dio un vuelco. (...) Llegué siendo una mujer comprometida, cuando murió sufrí muchísimo, me sentí viuda (...) (Ana_D, 2014).

Ana no pudo volver a su país porque los médicos no la autorizaban a volar: su cuerpo se había descompensado *-el azúcar por las nubes, problemas con la tensión arterial, etc.* (Ana_CC, 2014)- y era necesario vigilar su salud.

Embarazada, sin dinero, y en esta ciudad con su hermano, consiguió trabajo como camarera. Tenía que trabajar duro. No le contó a su jefe que estaba embarazada por miedo a perder el trabajo, así que hacía todas las tareas, incluso las pesadas, *como si no estuviera embarazada* (Ana_CC, 2014), puesto que, como reflexionaría en más ocasiones, Ana siente que *[a]llá soy licenciada, aquí soy inmigrante* (Ana_D, 2014).

El primer hijo de Ana, Mario, *nació con una patología [en xxx] que fue tratada durante dos años.(...)* y tras la muerte de su pareja *me mentalicé en procurar la salud de mi hijo* (Ana_D, 2014). Una vez más, hasta que los médicos no le diesen el alta, no podría volver a su país. Por ello su permiso de estancia en España fue ampliado.

El día a día en el Mediterráneo

Su día a día en esta época consistía en trabajar en el empleo doméstico desde las 6:30 de la mañana hasta la hora del colegio de la hija de su jefa, a quien llevaba a la parada del autobús, siempre con Mario en el carrito; correr hasta el hospital donde tenía que recibir tratamiento su hijo, esperar allí unas 3 horas; volver a la casa de su hermano y hacer las tareas del hogar; correr a otro hospital donde su hijo recibía otras sesiones, esperar otras 3 horas; salir para ir a trabajar en el último turno de un ciber (haciendo la caja, limpiando, etc.) para finalmente entrar a limpiar la cocina de un restaurante hasta que acabase *pero no logré hacerlo nunca antes de dos horas y en ese momento me podía ir a mi piso a descansar, cambiarme de ropa, equipar la bolsa del bebe, asearme y comenzar otra vez. Tenía libres las mañanas de sábados y domingos con la niña (...)* *El cyber y la cocina del restaurante no me dieron nunca un festivo.* (Ana_D, 2014).

Una vez controlada la situación [de salud de Mario] me encontraba estable, tenía trabajo así que decidí quedarme aquí, por la seguridad, la tranquilidad. (Ana_D, 2014). En uno de nuestros encuentros, Ana reflexiona sobre la incoherencia de su situación legal: primero la “obligan” a quedarse y luego, cuando ya ha iniciado una vida en España la “obligan” a marcharse, ya que la ampliación del permiso de residencia fue revocada porque su hijo ya estaba de alta.

El día a día en Galicia

Después de estos 2 primeros años, Ana decide mudarse a Galicia, donde comparte piso con una chica divorciada que tenía gemelos (...) de 8 años. (...). *Hay un centro que busca empleos del hogar y me apunté, en poco tiempo me llamaron de dos casas en la misma urbanización. Trabajé en ellas mientras Mario iba a la sala de 3 años en parvulitos y tenía las tardes libres. Disfruté tanto a mi hijo en esa época, me encantaba porque tenía dos trabajos de dos horas cada uno de lunes a viernes, uno al lado del otro, con dos jefas estupendas, el dinero aunque era poco yo vivía cómoda y feliz y tranquila aproveché para conocer lo que conozco de Galicia, no he vuelto a vivir así. (Ana_D, 2014).*

Tiempo después *conocí al que fue mi esposo y nos fuimos a vivir juntos (...)* En 2010 me casé y me divorcié en el 2013 (Ana_D, 2014). Esta es la única información que Ana comparte sobre su relación. En nuestros encuentros, cambia rápidamente de tema cuando esta relación aparece en la conversación.

Cuando se divorció *asumí mantener la casa y a mi hijo, quería continuar con el nivel de vida que había alcanzado. Por eso trabajaba de servicio doméstico para una jueza con dos hijos una niña de 6 años y un bebe de año y medio. Su esposo es ejecutivo de una empresa (...) ese trabajo me quedaba cerca de casa entraba muy temprano tenía que llevar a Mario a madrugadores³⁰, cuando salía le iba a buscar porque yo daba clases de apoyo en casa, y en la noche lo llevaba conmigo a un bar donde trabajaba haciendo limpieza cuando cerraba al público. Volvíamos a dormir y a empezar otro día. (Ana_D, 2014)*

³⁰ Programa extra-escolar que se desarrolla antes de las actividades curriculares, utilizado generalmente por infantes cuyos cuidadores entran a trabajar antes del horario del colegio

[E]l trabajo y la vida familiar rara vez se complementan (Ana_D, 2014). Por eso tiene que aceptar trabajos que me permitan enviar [a Mario] al colegio, que pueda llevarlo sino al cole mismo a la parada del bus y que me permita recogerlo (...) El programa de madrugadores y el comedor escolar son de gran ayuda, para ella es *[u]na fortuna el comedor escolar. Un tesoro el colegio le encanta lo pasa genial (Ana_D, 2014).*

Así, en su día a día gestiona y coordina todos estos elementos para tratar *siempre de cumplir con los compromisos escolares, médicos y sociales de Mario, lo que me añade estrés y satisfacción a partes iguales.* (Ana_D, 2014)

Ana describe en detalle todo lo que como madre cree que, hasta hace unos meses su único hijo, necesitaba para poder estar bien: una buena alimentación, equilibrada, aunque es difícil con pocos recursos económicos; la importancia de participar en actividades con sus iguales; las actividades más sociales como ir a fiestas de cumpleaños, aunque suponga un esfuerzo grande para su economía; la calefacción en invierno; la racionalización de la televisión; el tiempo y la energía para hablar y ver cómo ha ido el día. Enfatiza en todo esto *porque quiero que se considere que se necesitan recursos económicos y humanos para lograr todo esto. Yo estoy sola y aun así lo consigo con trabajo (Ana_D, 2014).*

Ana se siente *padre y madre, rechazo la violencia apoyo el diálogo a su vez se enriquece el lenguaje siempre le hablo a mi hijo con palabras firmes y formales una vez que lo meto a la cama le doy caricias y mimos (Ana_D, 2014).* Cuando se duerme Ana realiza las tareas del hogar y pone especial énfasis en preparar todo lo que puede llegar a ser necesario para su hijo el día siguiente (ropa, ropa interior, chubasquero, paraguas, material escolar, notas informativas del colegio, etc.). *Amanece lo levanto con mimos, frases respetuosas y recordándole sus obligaciones. Pobre tan pequeño y tan ocupado, (...) Cuando se marcha [al colegio] me pongo a lo mío. Trabajo, diligencias... (...)* (Ana_D, 2014).

En esta vida diaria Ana sabe que ha cambiado: tiene que *trabajar rápido, acelerado pero bien! (...)* *atender al niño, atender la casa, atenderte tú (...)* *te vas pasando como un segundo plano, poco a poco, poco a poco, hasta que ya no eres la misma sudamericana coqueta y y....arreglada que llegó aquí. Eso lo he denominado yo, perder la identidad. Es tal cual, es que pierdes la identidad. La prioridad antes era el pelo, las*

ñas, las sandalias(...) esto no volví a usar yo hace 7 años, no lo volví a usar porque perdía mucho tiempo en él, tiempo que puedo usar en otra cosa (G1P10_E2, 2014).

La época de transición de Ana

Tiempo después, Ana sufre acoso por parte de su exmarido. Esta es la razón que la lleva a mudarse de la casa en la que habían convivido. Como consecuencia tuvo también que dejar el trabajo en el servicio doméstico, pero le ofrecieron más horas en el bar.

Ante este escenario, Ana alquila un piso frente a su trabajo y así, *atendía en el bar por la mañana de 10:00 a 14:00 y de 18:00 al cierre, para ello llevaba a Mario al cole y le iba a buscar. Venían mis alumnas y volvía de nuevo al trabajo del bar. Era agotador, pero compré coche y pude traer a mi madre de vacaciones (Ana_D, 2014).* Eso sí, aclara que siempre por poco tiempo *para evitar que me la ilegalicen!* (Ana_E1, 2014).

Tiempo después, Ana conoce a un hombre, quien se convertirá en el padre de su segunda hija *y planificamos una vida juntos, pero era celoso, machista y se acabó la relación antes de que naciera la niña, además el bar perdió clientela y me quedé sin ese trabajo, no pude seguir pagando el piso ya no podía dar clases y me mudé a una habitación en un piso cerca del cole de mi hijo que seguía con las actividades extraescolares fútbol, natación, judo, informática e inglés las cuales fue dejando paulatinamente porque me era difícil costear (Ana_D, 2014).*

Paralelamente Ana (...) *estaba sin trabajo, embarazada [de su segunda hija], con un hijo, viviendo de alquiler, sin recursos.* (Ana_D, 2014) Ante esta situación, Ana pide ayuda a los servicios sociales y a las entidades del tercer sector de acción social (ONG's, entidades religiosas, etc.). Algo que nunca había tenido que hacer y de lo que había huido. Hasta este momento siempre se había buscado la vida y había podido salir adelante.

Una de las instituciones religiosas que da soporte a distintos grupos en situación vulnerable, consigue un trabajo para Ana. Hacerse cargo del cuidado del jardín y el trabajo doméstico de un *Pazo*³¹. Sus labores son bastante extensas y el sueldo pequeño. Además le *daban ropa usada y alimentos en la medida de sus capacidades.* [Sin

³¹ Pazo: "Casa solariega gallega, especialmente la edificada en el campo" (Real Academia Española, 2014). Suele tener grandes dimensiones.

embargo] *mi pobreza era galopante, el avanzado estado de mi embarazo ocasionó el abandono del trabajo del Pazo puesto que era bastante fuerte(...)* No pude seguir pero me pagaron algunos alquileres [mensualidades], facturas de luz, me hicieron compras de alimentos pero era una odisea coordinar adecuadamente las ayudas (Ana_D, 2014).

Ana vincula esta situación al contexto global y a la situación socioeconómica que vive el país: *España está atravesando una profunda crisis y se nota en todo. En contra de mi voluntad me he visto en la imperiosa necesidad de pedir ayuda a los organismos* (Ana_D, 2014) Ana decide entonces ir a la casa de acogida donde reside en la actualidad, *por no llegar a deberle [a la persona arrendadora], me salí cuando supe que no iba a poder (0.02) confrontar la situación y (...). ¡Estoy sin deuda! (satisfecha) pero, quiero decirte, me tuve que salir del piso, me tuve que ir a una casa de acogida pero no le debo a nadie.* (Ana_E1, 2014).

En la actualidad

Cuando nos conocemos, lleva dos semanas en la casa de acogida. Su día a día ha cambiado y le cuesta definirlo porque está en una época de transición. Estos días está saliendo mucho a hacer trámites, por la situación de cambio que está viviendo, pero enfatiza que aunque ahora mismo tiene mayor intensidad, hacer papeles es una constante en su vida como inmigrante: *nunca te falta un trámite que hacer, nunca, nunca se acaban los trámites, ¡nuuuunca! Siempre tienes que estar buscando un papel para cualquier cosa, si no es para lo del colegio, es para lo del empadronamiento, sino para lo de los coches, si no para lo de las casas, para cualquier cosa.* (Ana_E1, 2014).

Poco a poco se va asentando en la casa de acogida. Cree que mudarse y aceptar la ayuda de esta institución ha sido una buena decisión, *no me ha salido mal por el contrario he desmontado mitos,(...) esto no es como, como piensa mucha gente. Me incluyo porque yo pensaba así, es que es una cosa de atención integral, te sientes en tu casa, entras y sales cuando quieres* (Ana_E1, 2014). Estar en este piso le permite *volverme a estabilizar, primero emocionalmente. Que ya me estabilicé en una semana* (se sonríe) *Porque me resultaba muy... me resultaba muy traumático (profundo) tener que reconocer que no pude con la situación.* (Ana_E1, 2014).

Sin embargo, también enfatiza que *no deja de parecerme desagradable. Cambiaría, si pudiera, muchas cosas porque no comparto la idea de recibir algo por nada. El apoyo está genial pero se debería ganar de alguna forma además tendría que haber asesoramiento, plantear salidas viables a la situación* (Ana_D, 2014).

Ana reflexiona sobre la filosofía de los servicios sociales y entidades del tercer sector: *dan el paquete de garbanzos, pero no dan la caña para enseñar a pescar de qué sirve eso?* (Ana_CC, 2014). Cree que *sería mucho más útil trabajar con las mujeres, para ofrecerles, por ejemplo, montar entre ellas una cooperativa y que puedan buscarse la vida* (Ana_CC, 2014). Siempre que ha podido ha intentado poner en práctica esta filosofía. Me cuenta como ha enseñado a conducir a 5 amigas, de forma ilegal, pero luego tres de ellas han podido sacarse el carné, o cómo *hago de psicóloga* (Ana_CC, 2014) de algunas amigas que han tenido que acabar trabajando en el servicio doméstico después de tener una buena posición económica, después de perder todo durante la crisis. *¡Depende de cómo te lo tomes!* (Ana_CC, 2014).

Ella piensa que la actitud es clave: *Ir al ritmo de la vida sin más recursos que mis pies mi espalda y una actitud de superación de lucha por conseguir lo propuesto. Mantengo una filosofía de día productivo y trato de ser positiva tener buen humor aunque muchas veces te vengas abajo (...). Creo que tengo capacidades que no he podido demostrar, he adquirido otras habilidades, he sacado a relucir virtudes que desconocía que poseía, y sinceramente, me siento orgullosa de estar criando sola a dos hijos con el ejemplo, la honestidad, la responsabilidad* (Ana_D, 2014) *(...) es el aprendizaje, la enseñanza que me ha dado todo esto, yo te digo...sé que me tocó vivirlo y me pareció bien que me haya tocado vivirlo, porque lo que he vivido aquí y lo que me ha enseñado si me lo hubieran contado no lo hubiera creído (énfasis). Y lo que he aprendido no me lo enseñó nadie, nunca, y pensé que había estudiado mucho. O sea, se supone que sacas dos carreras, buuff "que estudiada". No, no (0.02) Era puro aplicar lo que decía la teoría de los libros, eso era lo que hacía antes. Ahora yo eh...trazo mi vida y la hago, sé para dónde voy, sé las consecuencias de todo lo que puede pasar o no, ¿entiendes?* (Ana_E1, 2014).

Es por ello que está interesada en participar en esta investigación, cree firmemente que ella puede ayudar a que otras mujeres no pasen esas situaciones *porque pienso que las he vivido todas más una, ¡todas más una!* (Risas) *De todas las que me han pasado, y*

como la mayoría han sido malas no quiero que la gente las pase, porque se ya sé cómo se evitan. (Ana_E1, 2014).

Pone un ejemplo: alquilar un piso. [S]i alguien [que] está alquilando un piso se da cuenta de que te puedes defender, se cuidará ..., es más, estás en ese piso que pensaba alquilar y te dice, "pero vamos a ver otro piso que está mejor que este". (...) Pero si se da cuenta que eres un neófito, que te puede fastidiar, que te puede timar, porque eso no tiene otro nombre, te timará. Y no habrá mundo ni remedio que, que, que al que puedas acudir, al que pueda recurrir, ¡no lo habrá! Porque "usted firmó el contrato", ¿entiendes? (...) Eso, eso lo aprendí de darme golpes, golpe tras golpe. (Ana_E1, 2014).

Ana ejemplifica uno de estos golpes: tener que pagar el agua del pozo (cuando es gratis) que encima no funcione, y al avisar al casero, aún decírselo, y decírselo de buenas maneras, porque me considero una persona educada ¡y recibir una grosería, del hombre! O sea, un un un trato grosero, soez (...) y no tener a dónde recurrir, no tener a quién decirlo, "oye mira, este hombre me está haciendo esto, por lo menos para que llegue y "Oiga, señor usted no puede hacer esto a esta persona". No hay eso, entonces para que no tengas que pasar por eso (...) tómate tú tus precauciones, ¡y revísalo antes! Y vuélvete quisquilloso. "Y esto cómo es, y esto cómo es, y esto cómo es" (enérgico). Pero si nadie te lo dice, lo tienes que aprender con la experiencia (Ana_E1, 2014).

Ana está convencida de que la migración y las situaciones como las que ella ha pasado generan la posibilidad nada despreciable [para la sociedad] del aprovechamiento, originando la explotación humana en muchos aspectos y el detrimento de la condición de individuo. (...) el hecho de ser mujer, madre sola, con escasos recursos y en muchos casos con ninguno. La mejor definición es vulnerabilidad. (...) Quiero ayudar a evitar que otras mujeres vivan lo que yo he vivido por desconocimiento (Ana_D, 2014).

Mirando el futuro

Ana ha vuelto a trabajar en el Pazo. Sigue siendo mucho trabajo pero me han dado libertad de horario y la posibilidad de llevar conmigo a mis hijos, a cambio de un sueldo escaso, pero si tuviera que pagar canguro aunque ganara bien me quedaría más o menos lo que gano (Ana_D, 2014).

Por su cabeza no pasa volver a su país de origen, porque [e]stamos en situación irregular pero no nos condiciona la delincuencia, prefiero la lucha, las desavenencias, las dificultades. Aquí, la vida vale, vivo sin miedos. (...) Yo quiero ser buena ciudadana y buena madre, buena persona. Solo pido una oportunidad real, adaptada a mis necesidades y capacidades (Ana_D, 2014).

Mientras, Ana afirma *de eso va el día a día! De ahorrar! lo más que pueda, tratar de ganar dinero lo más que puedas, guardar lo más que puedas, para poder gastarlo en lo que lo tienes que gastar, verdaderamente* (énfasis). *Y eso, en eso se te va el día. Ir a trabajar para ganar ese dinero pero no morir en el intento* (Ana_E1, 2014).

Ana finaliza su diario con esta frase: *Gracias por interesarse en nosotros* (Ana_D, 2014).

6.1.1.5.3.- Resurgiendo de las cenizas: "re-re-re-negociar" las ocupaciones cotidianas

En la historia de Ana existen dos líneas argumentales intrincadas y que parecen tener una relación inversamente proporcional. Por un lado se puede identificar una trama con trayectoria descendente, resultado de los eventos traumáticos que narra Ana. Algunos de ellos son el asesinato de su primera pareja y su decisión de quedarse en España, la situación administrativa irregular una vez que su hijo tiene el alta médica, o la pérdida de empleo en el contexto de la crisis socioeconómica española. Por otro, una segunda línea argumental que se relaciona con la capacidad de resiliencia de Ana, la cual va *in crescendo* al enfrentarse a estas situaciones. Así, a lo largo de la historia, los eventos traumáticos desembocan en situaciones que parecen cada vez más insostenibles pero Ana "resurge" y consigue enfrentarse, sobreponerse, manejar las nuevas situaciones e incluso hacer una lectura positiva de lo conseguido. Ella misma reflexiona sobre cómo lo vivido la ha hecho aprender, sentirse orgullosa y con mayor capacidad de control en su vida: *he adquirido otras habilidades, he sacado a relucir virtudes que desconocía que poseía, y sinceramente, me siento orgullosa de estar criando sola a dos hijos con el ejemplo, la honestidad, la responsabilidad (...) es el aprendizaje, la enseñanza que me ha dado todo esto (...) Ahora yo (...)trazo mi vida (...).*

La relación de estas dos líneas argumentales se concreta en el desempeño de las ocupaciones cotidianas de la protagonista. Ana, se ve en la necesidad de negociar en múltiples ocasiones sus ocupaciones al ritmo de los cambios en su contexto cotidiano, de

su capacidad de resiliencia y de la maestría para sobrevivir que va adquiriendo al navegar en el sistema socioeconómico y cultural español. Por ejemplo, al llegar a España debe compaginar trabajos de bajo estatus con el cuidado de su hijo y las labores del hogar, sin tener casi descanso, repercutiendo incluso en su identidad (de “licenciada” a “inmigrante”). Más adelante, explica cómo emplea los recursos del sistema como el servicio de “madrugadores” para poder compaginar sus ocupaciones; cómo intenta generar las oportunidades de participación en actividades educativas, de ocio y de socialización para su hijo, en un contexto de pocos recursos económicos y sociales o cómo se ve en la necesidad de pedir ayuda a las entidades del tercer sector, lo que la lleva a orquestar distintas ocupaciones (trabajo de gran carga física en su segundo embarazo o realizar trámites, entre otros) para poder conseguir lo básico para sobrevivir (comida, luz, agua, etc.); generando situaciones de gran estrés y frustración (por ejemplo la necesidad de la casa de acogida).

En estas negociaciones ocupacionales, construidas en el día a día aparecen dos motores que motivan y dan empuje para “seguir adelante”: sus hijos y su capacidad de liderazgo. Ana quiere *(..)ser buena ciudadana y buena madre*. Por ello en la negociación de ese día a día, sea cual sea la situación que se le presente, desempeña sus ocupaciones con el fin de darle lo mejor como *madre y padre* a sus hijos: contención emocional, oportunidades de participación en la educación, la vida social, en la sanidad, alimentación equilibrada, etc. Para todo ello es necesario gestionar sus propias ocupaciones buscando alternativas que le permitan conciliar. Por ejemplo con trabajos durante el horario escolar y/ o que permitan llevar al hijo al colegio o trabajos que permitan que estén los hijos presentes, que suelen estar relacionados con empleos de bajo estatus; o atender a los hijos y realizar el resto de ocupaciones cuando duermen, también en detrimento de su descanso. Esto repercute en su salud de manera compleja ya que aunque explica que gestionar así sus ocupaciones hace que se deje a ella misma en un segundo plano y *añade estrés*, conseguir hacerlo también le genera *satisfacción*.

Por otro lado, Ana también es proactiva con su entorno, conteniendo emocionalmente a amigas que puedan estar en situaciones similares y/o empoderándolas para que puedan ser más autónomas en su día a día (por ejemplo, enseñándoles a conducir). En este sentido reflexiona sobre la necesidad de informar más a las personas que pasen situaciones como las que ella ha vivido y también, sobre el cambio que es necesario en los servicios que se ofrecen a estas personas, buscando un mayor empoderamiento a través de la capacitación en lugar de la asistencia. Así, este segundo motor no sólo se

relaciona con cómo en los contextos descritos articula desempeñar estas ocupaciones empoderando a su entorno, sino que ejemplifica la actitud proactiva que también subyace al resto de ocupaciones cotidianas.

La historia de Ana finaliza con una reflexión que ilustra la complejidad de la posición social en la que se encuentra. Después de presentarse como una mujer fuerte, luchadora y orgullosa de lo conseguido hasta el momento a pesar de lo que se le ha ido presentando, Ana finaliza su diario agradeciendo que nos hayamos interesado por su historia. Ana se sabe en los márgenes, al otro lado de la línea del pensamiento abismal.

6.1.1.6.- La historia de Cristina: "bueno, otra vez a la lucha"

6.1.1.6.1.- Conocer a Cristina

Conozco a Cristina en uno de los grupos organizados para dar a conocer esta investigación. En el grupo hay 8 mujeres y Cristina se caracteriza por ser una de las personas más risueña, aunque algo tímida. Durante el grupo hace piña con otra persona, que también será participante esta investigación, Elena. Cristina está muy atenta a lo que dice, a dónde va, cómo y con quién habla. Me da la sensación que quiere aprender de ella.

Cristina acepta a participar en el estudio. La próxima vez que nos veremos será en el grupo de discusión. En este grupo de discusión Cristina participa ratificando lo que otras participantes dicen, a la vez que escucha atenta las experiencias de otras personas. Cuenta que ella lleva poco tiempo en España, aproximadamente un año, pero sí se ha encontrado con muchas de estas situaciones.

Ese mismo día, por la tarde, quedamos para hacer la primera entrevista. La elección del lugar no ha sido fácil. Ante la sugerencia de vernos en un lugar que le sea cómodo, Cristina prefiere quedar fuera de su casa. Entre varias opciones (distintos parques o espacios de uso público) decidimos vernos en una cafetería.

Esa misma tarde nos vemos en una cafetería de una zona céntrica de la ciudad. Al entrar enseguida noto cómo algunas personas nos miran. Reflexiono sobre mi aspecto y el de Cristina. La vestimenta, el tono de piel y las maneras de movernos en el espacio, son muy distintas. Siento la sensación de ser juzgada "¿qué harán aquí esas dos personas juntas?". Nos sentamos en un rincón apartado para tener intimidad. Quiero que Cristina esté cómoda para contar su historia y que nadie la escuche. Como haría con cualquier otra persona a esa hora, le pregunto a Cristina si quiere tomar algo o tomar una tapa. Por supuesto, yo invito. Cristina, tímida, asiente y pide una tapa. Más tarde, cuando me va dibujando su día a día, me doy cuenta de que esta podría ser la única comida del día de Cristina. Esto me impacta, pero continúo la entrevista con naturalidad.

Mientras me cuenta su historia, Cristina bromea y se ríe de muchas situaciones que le han pasado. En un par de momentos se emociona, pero enseguida se seca las lágrimas,

e intenta sacar una sonrisa. Cuando miro el reloj, ha pasado 1 hora y 45 minutos. Cristina lleva hablando sin descanso desde que llegamos. Intento ir cerrando la entrevista y volvernos a ver en otra ocasión porque el cansancio hace que me cueste un poco seguir su discurso. Sin embargo es difícil porque Cristina está muy comprometida contándome su historia. Poco a poco, con sutileza y tratando de acabar la entrevista con algún tema menos cargado emocionalmente, conseguimos cerrar a las 2 horas y 22 minutos. Nos despedimos con la intención de volver a vernos para la siguiente entrevista y acabar aquellos temas que dejamos sin tocar.

En los siguientes meses, intentaré localizar a Cristina vía telefónica en múltiples ocasiones. Algunas de ellas no consigo hablar- tiene el móvil apagado o no atiende-, en otras sí. Cuando hablamos generalmente Cristina me pide que la llame en otro momento porque en esa semana está liada con trámites. Me dice que lo está pasando mal: *“Esto es duro. No es fácil encontrar trabajo, no es fácil encontrar trabajo para los emigrantes”* (Cristina_CC, 2013). Tras unas semanas, conseguimos quedar para vernos y hacer otra entrevista. Media hora después de esperarla en el sitio y la hora acordada, llamo a Cristina para ver si le ha pasado algo, puesto que no se ha presentado. Me cuenta que está muy mal por un dolor en la espalda. No puede ni moverse. La noto muy apagada. Me cuenta que tiene que ir al médico porque no aguanta el dolor. Acordamos que la volveré a llamar la próxima semana.

En la siguiente conversación telefónica me cuenta que ya está mejor del dolor. Cuando le pregunto qué le había dicho el médico, me explica que no fue porque no tiene tarjeta sanitaria. Se disculpa por no haber podido hacer la entrevista el último día *“me dio mucha pena contigo”* (Cristina_CC, 2013). Me cuenta que tiene una buena noticia: aceptaron a su hijo en el colegio. Hasta el momento tenía problemas con esto. En cuanto a la planificación del próximo encuentro para la entrevista me dice que estos días no puede quedar porque tiene varias citas: le han dicho que en una entidad social puede que haya trabajo. Me propone que la vuelva a llamar en una semana.

En los siguientes intentos de quedar con Cristina, su teléfono está apagado. Preocupada, en una conversación con Elena le pregunto si sabe algo de ella. Me cuenta que se ha vuelto a su país.

6.1.1.6.2.- La narrativa de Cristina

En su país de origen

Cristina vivía en su país de origen sola con su hijo de 13 años. Se había divorciado del padre unos años atrás. Después de haber trabajado en distintos lugares (limpiando en una empresa, por ejemplo) llevaba un tiempo sin encontrar trabajo. Ella recuerda *que yo es que siempre quise irme de allá* (Cristina_E1, 2013). A Cristina éste le pareció un buen momento para poner en marcha aquella idea de venir a España, que en algún momento había hablado con su exmarido: *ya no estaba trabajando ya, tampoco tenía que estar pendiente del niño [porque ya era mayor](...) mi mamá ya no estaba, porque mi mamá se fue por refugiado político ¿no? Y entonces ya, la vida como "¿yo aquí [en mi país de origen], qué?* (Cristina_E1, 2013).

Cristina recuerda que, aunque su país tiene cosas positivas, los medios económicos eran escasos: *una viene también de un país, también que, tiene una cultura muy buena, tiene un desarrollo en el sentido de la salud muy buena, pero la economía está difícil la economía allá. Allá hay una libreta de abastecimiento, que le dicen libreta de abastecimiento, un cartoncito, (...) entonces con esa libretica tú tienes que ir a -¿cómo decir?- un, una bodega que le dicen, bodega allá a una casetica, para que te den arroz, frijoles -un poquito-, azúcar -un poquito-, entonces este hombre no entiende que es...con eso el pueblo no vive, no vive un mes* (Cristina_E1, 2013).

Sin embargo, Cristina explica que este no fue el único, o principal, motivo para emigrar: *[si] yo hubiera sentido un poco con... -porque todo no es material ¿no?- un poco más de cariño hubiera sentido. Un... no sé, que me querían mi familia, no sé, sentirte querida por tu familia, no sé. Quizás lo piensa uno un poquito más [emigrar]* (Cristina_E1, 2013). Cristina no tenía apenas relación con la familia que le quedaba en su país: *"¡Ay! pero esta soledad" ¡Ay! "Pero esto, pero aquello", me decía yo por dentro, porque no... tampoco se lo reflejaba yo tampoco al niño. Porque tú al final, tú a los hijos no puedes estar reflejándoles tú las cosas. Que no se compliquen, después se atrofian la mente. Y entonces yo me quedaba calladita ahí, sufriendome y me agobié mis cosas por dentro, decía "bueno que no viene nadie", pero bueno mi familia sabían dónde yo vivía, no iban porque no querían, y así pasé años. Por eso cuando me vino la salida, empezamos con el lio de los papeles y eso, ¡le eché ganas!* (Cristina_E1, 2013).

Así, ella y su exmarido comienzan a madurar y llevar a cabo la idea: *nos habíamos dejado hace mucho tiempo, y entonces, hicimos...bueno él tenía hace mucho tiempo los papeles [la nacionalidad española³²], “[Cristina], vamos a ver si nos apuntamos”. Tuvimos que volver a casar, tuvimos que volver a casar, porque nos habíamos divorciado y nos tuvimos que volver a casar, y entonces hicimos, reiniciamos los peleles, esto, gastos por aquí, gastos por allá...* (Cristina_E1, 2013). Este matrimonio no implicó reiniciar su relación de pareja. El único vínculo que mantienen es la paternidad del hijo en común: *no tenemos ningún vínculo de relación, bueno tenemos un hijo, como es padre de un hijo* (Cristina_E1, 2013). Así, hace un año, consiguieron emigrar los tres juntos a España.

La vida en España

Al llegar a España, Cristina solía salir con su marido a pasear para conocer el nuevo contexto: *salíamos más desde el principio, para acá, para allá, mirando los lugares, los supermercados las cosas* (Cristina_E1, 2013). En seguida, recuerda, se sorprendió al ver la realidad de España: *el papá de mi hijo me decía “¡Mira, mira, mira Cristina!” -yo no me lo podía creer-. “No quiero ver eso”. Porque veía gente -ahora no los veo tantos- pero bueno (...) veía gente durmiendo [en] los pisos, en los cartones, en los coches. “¡Ay! ¡Dios mío!” Se ve duro porque, “¡Ay dios mío! ¡Si son gente de aquí, en España, gente que ha nacido aquí!”* (Cristina_E1, 2013). Cristina se conmueve con la dureza de *¿cómo se llama esos de las casas? cuando te...los desahucios... No tienes para pagar, “bueno arriba”, te lanzan a la calle con todo tu cacharro, es duro...* (Cristina_E1, 2013).

En los encuentros no se ahonda en esta primera época aunque Cristina sí comentaría que cuando estaban juntos todo lo que hacía fuera de casa o bien lo hacía con él o bien no lo hacía: *cuando estaba él aquí, ¿a qué lugar yo iba? Él era el que iba con ellos [unos amigos del mismo país], él era el que sabía, él era el que conocía, él era el que todo, ¿y yo qué?* (Cristina_E1, 2013).

Cristina, en esta época, no busca trabajo *porque yo vine en régimen de casada, al venir de casada ¿quién es el que tiene que, que mantener la familia si venimos yo y el niño? es el esposo (...)* Sin embargo, para él resultó difícil encontrar trabajo. Cristina cuenta

³² Aunque nunca había estado en España, tenía la nacionalidad ya que alguno de sus antepasados era español.

que él consiguió trabajar un día en una empresa. A partir de ahí, no consiguió nada más.

Piso de acogida

Ambos sin empleo, la situación se vuelve crítica y acaban yendo a vivir los 3 a unos pisos de acogida de una entidad del tercer sector. En este recurso deben compartir piso con otras personas, inmigrantes de distintas nacionalidades, también en situación de vulnerabilidad. Este recurso no ofrece viviendas mixtas, por lo que Cristina vive en un piso, y su marido y su hijo en otro.

Así la cotidianeidad de Cristina tiene unas nuevas reglas de funcionamiento impuestas por la entidad. Estas reglas marcan su día a día pero de un modo que Cristina no considera justo. Por un lado, debe realizar tareas de limpieza y cuidado del espacio bajo el criterio arbitrario de las profesionales. Por otro, la separación de su hijo, que incluye la prohibición de no poder ir a su piso a hacerle de comer- puesto que su padre no lo hacía- generan frustración en ella: *entonces [su padre] no cocinaba al niño, no le cocinaba al niño, allí arriba [en el otro piso]. No... ¡Era un lío! ¡Una historia! No podía yo sacar comida para fuera, ni darle de comer al niño, ni nada por el estilo. A veces lo hacía, porque eso son sentimientos de madre, entonces un día me llamaron "¡Ah! ¿Le estás dando la comida a tu hijo?"* (Cristina_E1, 2013). Las personas responsables quieren que su hijo, de 14 años ahora, se cocine para él, algo que a Cristina no le entra en la cabeza: *"pero tiene que aprender a cocinar" [decían los profesionales]. No, eso no es así. No, perdona, las raíces que nosotros venimos, no es así.* (Cristina_E1, 2013). Por eso, en su día a día tiene que organizar sus actividades para buscar la manera de que, sin que la vean, poder ejercer de madre en sus términos: cocinarle a su hijo a escondidas, subirle la comida, o buscar la manera de hacérsela llegar.

En general, Cristina siente que las exigencias de la entidad para con la convivencia son abusivas *"ustedes no pueden hacer cosas que no eso, no pueden gritar, no pueden hablar, no pueden..."* (Cristina_E1, 2013), y que las tiene que aceptar porque no tiene otra opción: *los españoles, no tienen mente, lo que le gusta es la rectitud, el agobiarte, a ver hasta qué punto tú das, al vacío para que, porque como no tienes casa, no tienes techo, te humillan. No tienes a donde recostarte. Te humillan: "no... la escalera hay que limpiarla, no... la lavadora no se puede poner" (...)* *"eso no se puede hacer porque se*

gasta energía y la botamos". Todo es la amenaza aquella de "la botamos"[la echamos]. Entonces yo soy una persona, que soy un poquito echada para adelante (..) entonces qué me pasaba a mí, guardaba eso (...) eso así por dentro, yo digo "coño, así (...)¿ a dónde voy a ir si este no es el país mío?, (...) entonces tiene que callar y aguantarte porque tienes un niño y es verdad que no tienes por dónde ir. Te humillan mucho, no me gusta, no me gusta que al emigrante, ni que a las personas se [las] humillen tanto (Cristina_E1, 2013).

Paralelamente, fuera de la convivencia, Cristina y su esposo organizan su tiempo para tener su situación administrativa en regla. Algunas mañanas, las dedican a ir a arreglar papeles. Las leyes han cambiado y su permanencia en España se complica más de lo que habían anticipado desde su país: *"hay una ley nueva que pusieron nueva aquí que no, uno no coge los papeles así tan fácil"* (Cristina_GD1, 2013). Esta ley implica que su marido, para poder estar aquí con su familia, tiene que trabajar y cotizar una cierta cantidad de dinero. Más adelante reflexionaría: *si yo hubiera sabido las leyes de aquí, quizás me hubiera demorado un poco en venir* (Cristina_GD1, 2013).

En una de estas mañanas dedicadas a mantener su situación administrativa en regla, Cristina y su esposo fueron a las dependencias de Extranjería: *en extranjería nos dijeron ¿no?, "cualquiera de los dos puede conseguir el trabajo"* (Cristina_E1, 2013) y *te da un papel con el número NIF³³ eso, pero en realidad cuando tú sales con ese papel a buscar trabajo, no te lo dan las empresas. "No, no. Tú tienes que tener el papelito, el cartoncito³⁴", parece que es un método* (Cristina_GD1, 2013).

El padre de su hijo no consigue trabajo. Cristina se desespera porque *"después, está bien, tuviste ese trabajo, bueno no pudiste más, tú[a su esposo] tenías que haber seguido buscando tú trabajo, porque después vino eso que tenía que cotizar la seguridad social, demostrar, demostrar, que estaba cotizando que tú puedes mantener a tu familia, a la mujer y al hijo. Y no, entonces empezó con la computadora a meterle el dedito a la maquinita, que por aquí por allá (...) [buscando] curso o no sé qué. Un día sale uno de enfermero, yo le digo "bueno métete en eso" [él responde] "¡Ay no! Que enfermero no, que..." "no sé qué historia, que no sé qué más", ya la mente se le atrofiaba* (Cristina_E1, 2013). Cristina no comparte la manera de afrontar la situación del padre de su hijo.

³³ Número de identificación fiscal.

³⁴ El cartoncito: hace referencia al permiso de trabajo.

Cristina comienza entonces a buscar trabajo. Empieza a salir por las mañanas a recorrer la ciudad caminando y anotarse en las bolsas de empleo o en las entidades del tercer sector que gestionan ofertas en el servicio doméstico. Rutina que continuará hasta la actualidad y que describe con mayor detalle más adelante, cuando ésta se intensifica.

Sin embargo encontrar trabajo le resulta complicado puesto que no tiene papeles, ni contactos en España. Por eso, le da gran importancia a poder establecer nuevas relaciones sociales. Así, cuando acude ocasionalmente a espacios públicos como parques o bibliotecas, busca la manera de entablar conversación con la gente. Sin embargo, el padre de su hijo, le pone obstáculos. *Tú sabes que muchas señoras que contratan gente para trabajar en casa de limpieza esto y lo otro, pero para trabajar en una casa de esas, sin documentación, tienes que tener unas referencias de alguien que te conozca, de alguien que tú le caigas bien, ¿tú sabes cómo estas españolas? ¡Ay por Dios! Alguien, que tú le caigas bien...* (Cristina_E1, 2013). Un día, en la biblioteca municipal, Cristina se encontró por casualidad con una señora española que tenía familia en su país y entablaron una conversación. Cuando estaban hablando, el padre de su hijo se acercó, se metió en la conversación y le dijo a esta señora que Cristina estaba viviendo en una entidad social: *¡dejen que la señora hable conmigo! Que a lo mejor es una luz que me puso Dios (...) señor mío, usted nadie le pregunto dónde estaba durmiendo, ¡eh!! Quédese callao, que callaíto se ve más bonito, y ya empezaron a chanchullar con la vieja, pero ya la vieja se levantó y se fue. Señor mío, dejen hablar a las personas (...) uno no puede tener una persona al lado que te ponga tantos obstáculos* (Cristina_E1, 2013).

En el piso de acogida, las ocupaciones diarias son difíciles de manejar en la convivencia. Cada una de las mujeres con las que convive tiene su manera de hacer las cosas *con nuestros acierto, nuestras cosas* (Cristina_E1, 2013) pero la mayor dificultad surge con los profesionales de la entidad y los compañeros de piso de su esposo e hijo: *un hombre, yo estaba en el piso con el esposo y mi hijo, este hombre parece que estaba medio enamorado [de mí] con no sé qué historia, no sé qué más, pero yo le dije a él "no, no, yo no quiero ir a tomar café contigo, ni nada". Fumao me abrió la puerta del cuarto, me recosté en la cama buscando un papel, un documento, y entonces el muchacho dice que yo estaba [teniendo] relaciones con él. ¡Eso era para matarse, para morirse! ¡Yo con mi hijo ahí!* (Cristina_E1, 2013). Esta situación genera un conflicto en la entidad y amenazan a Cristina con llamar a la policía. Cuando Cristina le cuenta esto a su madre por teléfono ella le dice: *"ahí en ese momento tú tenías que haber dicho "sí,*

llama a la policía, y hazme aquí el análisis de orina y hazme el análisis de todo” y no coger miedo”. Si pero me amenazaron, en llamar a la policía y me mandaron para [nombre entidad] (Cristina_E1, 2013).

En este momento, desde la entidad, envían a Cristina a otro recurso donde residirá durante quince días.

Quince días fuera

Desde el día que Cristina entró en este recurso, destinado a dar alojamiento a mujeres en situación de vulnerabilidad, sintió que era como una cárcel. *Cuando yo entré a mí siempre me pareció eso como una prisión. Y no me equivoqué. Las muchachitas [las compañeras] locas esperando para irse de 3 de la tarde y a las 8 había que entrar (Cristina_E1, 2013).* Esta entidad tiene unas reglas estrictas de funcionamiento, incluyendo los horarios de salida y entrada, que configuran el día a día de Cristina. Las personas que están en el centro deben encargarse de las tareas de mantenimiento. Después de comer pueden salir, de 3 a 8 de la tarde. Luego, vuelta al centro para la cena. Pero *yo no comía, porque la comida la calentaban de un día para otro, y entonces yo cogí, venía aquí a escondidas (Cristina_E1, 2013).* Cristina volvía a la entidad en la que estaba, en la que una compañera le daba comida a escondidas de las profesionales. Ambos recursos están separados por varios kilómetros que Cristina hacía caminando.

Además, en su día a día Cristina se encargaba de limpiar en el centro *a veces me tocaba la biblioteca limpiarla, cuando no el salón (Cristina_E1, 2013).* Por la noche, Cristina dormía en una habitación compartida con muchas mujeres. Las personas responsables cerraban con llave el cuarto, algo que ella no podía aguantar *no me gusta dormir con las puertas ...atrarcar, con pasar con llave, que no es lo mismo un pestillito que pasar con llave, y la [persona] aquella lo pasaba. Que me ponía a pensar de noche, ¿y si se le queda la llave? ¡Por donde coño salgo yo! (Cristina_E1, 2013).* Cristina no conseguía dormir bien. *Ya después cerca de la mañana venían, nos despertaban (Cristina_E1, 2013)* y volvía a empezar la rutina.

Los conflictos entre residentes y con los profesionales, eran una constante. En el tiempo que Cristina estuvo allí hubo robos, acusaciones cruzadas, etc., en los que ella se vio

envuelta, sin haber hecho nada. Y *suerte a dios y a todo lo que existe, porque tiene que existir algo, que yo no me desequilibré, ¡porque eso era para desequilibrarte todo! Yo leía mucho, un libro que yo tenía, pero eso era para desequilibrarse, que trabajo ibas tú a encontrar así señora mía ¡NINGUNO! ¡Ninguno!* (Cristina_E1, 2013).

Tras quince días, llaman a Cristina de la entidad donde todavía estaba su hijo y su esposo, para que volviese. Sin entender muy bien qué pasaba: *Yo fui, recogí mis bultos para irme* (Cristina_E1, 2013).

Piso de acogida: “no me botas, me voy”

A su vuelta al piso de acogida, la situación sigue igual que antes de marcharse. Su día a día vuelve a adoptar la rutina previa a estos 15 días. Sin embargo, el padre de su hijo no aguanta más la situación y decide volverse a su país. *Él no cotizaba lo suficiente para reagrupar entonces se dio por vencido y no quiso seguir buscando, se aturdió y, no sé, cerró la mente, porque a lo mejor si hubiera seguido buscando hubiera encontrado otro trabajito demostrarle al Gobierno, a la Seguridad Social de que un hombre, padre de familia puede cotizar, de que puede mantener a su familia (...) [M]e dejaron en la cuneta tirada* (Cristina_GD1, 2013) (...) [si] *él se hubiera quedado, hubiera hecho mis papeles, yo con mis documentos: “bueno, vete ya después tú para donde tú quieras irte”. Ya cumplías conmigo, te ibas para donde quisieras y solución del caso resuelto. Pero como... ¡este caso esta durísimo!* (Cristina_E1, 2013). Al marcharse su marido, la posibilidad de conseguir permiso de residencia y trabajo a través de la reagrupación desaparece.

Ante esta nueva situación, Cristina está dolida *pero bueno, creo que al año, tengo entendido, que al año puedo coger los papeles por mediación de la ciudadanía del niño. Tengo esperanza, voy a seguir para adelante* (Cristina_GD1, 2013).

La marcha del padre de su hijo, por otro lado, supuso un cambio positivo en su vida porque él era *una persona que se cree que se las sabe todas, entonces no me dejaba enganchar una, después que se fue he visto un cambio en mi vida grande, si lo he visto, poco, poco a poco* (Cristina_E1, 2013). Cristina da ejemplos de algunos de estos cambios. Por un lado comienza a salir sola por la ciudad y a aprender a moverse en el nuevo contexto: *yo para aprender aquí las calles no fue fácil, yo tenía que ir, yo tenía*

que entrar por un lugar y me fijaba. Pero como a ese lugar iba dos o tres veces ya sabía por dónde entrar, ya después daba la vuelta y ya sabía por dónde salir (Cristina_E1, 2013). Por otro, comienza a usar las nuevas tecnologías, las compañeras del piso en el que está y su hijo la ayudan a aprender a usar internet en las bibliotecas municipales.

A pesar de estos cambios positivos, Cristina define su *día a día... noto que en este país, en estos momentos -y en otros momentos igual me parece a mí así ¿no?-, es duro. El emigrante la pasa dura.* (Cristina_E1, 2013). Cristina se despierta temprano para salir a buscar trabajo *yo, como a las 8:00h o por ahí ya yo voy* (Cristina_GD1, 2013) a caminar y buscar trabajo por las distintas entidades del tercer sector de la ciudad. [E]/ *día a día, uno trata de buscar el trabajito... va a las organizaciones... va aquí... va allá... pero es como si todos moviera en el eje de una misma unidad, no sé, a ver cómo explicarte. Tú vas a la [entidad X], casi es lo mismo que [la entidad Y], tú vas que si yo que sé cuándo (risas) y todo se mueve en círculos, ¡es lo mismo! (...) vas a la [entidad X]: "No, sí. Que no tenemos" que esto, que lo otro. Te toman papeles no sé qué, no sé qué más. Vas a [la entidad Y] y esto es lo mismo. Y todo es, con ¿no?, se lo vuelve para uno que es emigrante, como la vida así en un, vínculo cerrado (...) entonces tienes que esperar, ajá, tienes que esperar que te llamen, te avisen, pero mientras tanto los días corren y tu necesidad se va agudizando, un poquito más, y un poquito más y un poquito más. Como mucha gente que se regresa. Mucha gente se regresa [a su país]* (Cristina_E1, 2013).

Cristina explica esa necesidad comparando su realidad diaria con la que vivía en su país: *aquí el jabón te lo tienes que comprar para bañarte o el gel ese ducha. Pero allá, cómo decir, allá, allá tienes un amigo o una amistad, "oye no tengo para bañarme", y te da aunque sea la mitad del jabón. Pero aquí no te dan la mitad del jabón, aquí tienes que lucharla tú (...) uno tiene que tratar la manera de luchar las cosas por uno mismo, ¿entiendes? Porque cada persona tiene su situación (...) es diferente a [mi país]. Llama la atención porque es distinto, en [mi país] no tienes un plato comida vas pa casa un familiar o un amigo, te lo dan. Ese plato [de] comida no te cuesta. Aquí juégalo que te cuesta* (Cristina_E1, 2013). Por esto Cristina tiene que encontrar trabajo pronto. Necesita poder hacer frente a los gastos de la vida. Si bien es cierto que la entidad en la que viven ahora le proporciona comida y techo, eso no duraría mucho.

De nuevo la convivencia en la entidad se complica. Esta vez acusan a su hijo de robar alimentos. Cristina, sabiendo que su hijo no ha sido, lo dice pero decide buscarse cómo

comprar esos alimentos y devolverlos. Aunque no profundiza sobre la argumentación que le dieron, Cristina explica que la amenazan con que su hijo pueda ir a un centro de menores. Así que decide irse de esta entidad. Habla con unos amigos del padre de su hijo, con los que tiene relación ahora que él se ha ido y ambos se van a vivir con ellos.

En relación a la entidad, más adelante, cuando una amiga que reside allí bromea con que vuelva comenta: *que voy a ir ¿para qué? ¿Para que me quiten a mi hijo? ¿Qué madre quiere que le quiten a su hijo?* (Cristina_E1, 2013). Cristina reflexiona y dice: *mi consejo es que no se metan nunca [en esas entidades]. El que pueda salir del hoyo que salga pero que nunca se metan en ONG (...)* (Cristina_E1, 2013). Su experiencia con estas entidades la hace pensar que existen grupos de preferencia a la hora de dar apoyo: *ya que me dejen tranquila. Está buena la historia. A los negros esos, sí, ¿y a uno, no? ¡No!* (Cristina_E1, 2013). Finalmente, explica que pasar por esos recursos debe ser algo temporal, y lo deseable es que cada uno pueda hacer su vida a su manera: *Ojalá todo el mundo pudiera salir de ahí ¿verdad?, y pudiera encontrar su camino, es muy importante encontrar su camino* (Cristina_E1, 2013). Ella ya no confía en nadie del sector: *son gente que, aunque uno no le guarde un poquito de rencor, sí las tengo medidas* (Cristina_E1, 2013). Cuenta que cuando encuentra a profesionales de esta entidad por la calle ya no cuenta nada de su vida. Si le preguntan *[Profesionales:] “¿Cómo te va?, [Cristina:] “Bien”, [Profesionales:] “¿Cómo estás?”, [Cristina:] “Bien”. ¿Qué quieres saber? ¿Joderme en qué? No tienen derecho* (Cristina_E1, 2013). Por eso, cuando ahora le preguntan estos profesionales cómo está viviendo contesta *“mi esposo, mi esposo me va a mandar dinero de mi país”, le dije -toma eso- ¡Si no tiene donde caerse muerto!* (risas) (Cristina_E1, 2013).

En la actualidad

En la actualidad Cristina, se encuentra más cómoda en el piso de estos compatriotas. Esta familia la apoya. Por ejemplo, *el hijo de la señora, bueno me regaló un telefonito, me compró una tarjetita de eso y me actualizó. Eso y me está enseñando, eso de comunicarme con las muchachitas* [algunas amigas que hizo en la entidad en la que estaba](Cristina_E1, 2013). La madre de este chico, que trabaja en el servicio doméstico, la va a ayudar a conseguir empleo: *la señora de la casa donde yo estoy, ella trabaja los fines de semana, y ella me dijo “mira Cristina, no te preocupes que cuando...si a mí me*

sale otro contratito, [si] a mí me saliera otro trabajico, lo que haría era lo siguiente, yo voy a la entrevista y hablo de ti, ¿me entiendes?” (Cristina_E1, 2013).

El cambio de vivienda también implica que, además de seguir buscando trabajo en ese “vínculo cerrado”, tenga que buscar ayuda para con la alimentación. Así, a su día a día buscando trabajo por las entidades del tercer sector se le suma la búsqueda de otros elementos básicos. Cristina se levanta cada mañana temprano para salir a buscar trabajo *este día, el día a día no es fácil. Muchas veces salimos con un poquito de café, sin desayunar* (Cristina_E1, 2013). Explica que aunque se levante temprano para aprovechar el día, no resuelve los trámites porque: *yo me levantaba a las siete también pero es que -cómo explicarte-, aquí pasa un poquito lo que pasa a veces en [mi país], claro que en [mi país] pasa de otra forma, aquí no sé, todavía estoy reciente de llegar aquí. Allá en [mi país] tiene una cosa que tú vas a un lugar y no resuelves de momento el papel o lo que vas a buscar ¿no? Pero tú sabes que siempre hay una amistad (...) y uno le dice “te voy a dar 30 pesos te voy a dar no sé cuánto”, en dinero, y te resuelve a lo que tú vas. Claro, aquí que hacen esperar y te echan para la bolsa de empleo esa y espera tiempo ahí* (Cristina_E1, 2013).

Cristina explica que con ir a las entidades una vez no es suficiente para poder conseguir empleo, sino que debe seguir yendo porque si no lo hace con frecuencia se olvidan de ella: *uno tiene que ir entonces ahí, ahí: “mira yo soy la muchacha, que mira ¿te acuerdas de mí? Que si no sé qué historias” (...) para que te vean la cara (...) cuando uno así, no, no conoces así a las personas, entonces tienes que estar yendo, estar yendo, para que entonces ella se ría en tu cara y entonces “ah bueno, si me sale algún empleo”. Pero tienes que ir todos los días, todos los días, meterse 15 días en esa gracia. Entonces no hay salud que aguante eso* (Cristina_E1, 2013). Además, en muchas entidades las respuestas de los profesionales generan dolor: *lo que duele es la falta de comprensión, y la falta de nivel ¿no ¿ porque tú piensas que esta persona que te atiende, tiene un poquito más de nivel que uno y tiene un poco más de cultura, que trate mejor a las personas, las tratan muy mal, muy déspotas, así, no sé: “Ah bueno Cristina está bien, no pasa nada, que vaya bien” Pero ya la frase que te están diciendo es para que te levantes y te vayas... Sí, ellos son así* (Cristina_E1, 2013).

Sin embargo Cristina persiste. Ya ha recorrido todas las entidades de la ciudad, no sólo buscando empleo sino posibles ayudas. En ocasiones en estas entidades le piden muchos papeles, como el DNI de su marido- que ya no está, pero con el que sigue

casada- lo que implica más trámites para finalmente, como ha sucedido hasta el momento, no conseguir ninguna ayuda. Además, todo esto lo tiene que resolver desplazándose caminando porque no tiene vehículo ni dinero para pagar el transporte público. Cristina explica que ya *no quiero ayudas, nada porque, qué pasa: que te meten un lío de ayuda, porque te mandan a buscar este papel, te mandan otro papel, papeles, bueno y ¿entonces?, porque ni siquiera la ayuda esa de emergencia me dieron, nos dieron (...) que no quiero más peloteo conmigo, como persona, porque ¡uno se cansa!* (Cristina_E1, 2013). Además, Cristina cuenta que para una de esas ayudas *cambió la ley también ahora. Porque ahora tienes que estar trabajando 6 meses allá para entonces poder venir con ese papel [a España]. Quiere decir que ellos [los políticos] al parecer ellos están apretando para que el emigrante se vaya, ¿entiendes?* (Cristina_E1, 2013). Esta es una reflexión que Cristina repite en varias ocasiones al explicar las limitaciones que se encuentra en el día a día, como los cambios en las leyes, la dificultad para conseguir ayudas o trabajo.

Así, Cristina durante la semana se dedica a *caminar y caminar buscando trabajo, pero el problema es que las empresas esas de hogar no contratan a la gente que no tenga sus permiso de residencia, de sus documentos y yo por lo menos hasta el año no cojo documentos* (Cristina_E1, 2013). Sin embargo ella repite *en extranjería te dan un papel con el número del [NIF] y te dicen que tú con eso puedes conseguir trabajo, tú metes el cuerpo, ¿si con esto tú puedes conseguir trabajo? Tú metes el cuerpo, aunque no me lo den pero yo voy a tratar de meter el cuerpo* (Cristina_E1, 2013).

Recientemente, estuvo a punto de conseguir un trabajo en el servicio doméstico cerca de donde vive. Estaba muy ilusionada. Fue a la entrevista, parecía todo muy favorable hasta el momento en que le preguntaron por los papeles. Cuando Cristina le explica su situación la potencial empleadora le dice “[Si] *yo hubiera sabido que era esto, que no tenías los papeles” que no sé qué, “yo no te hubiera llamado “no sé qué. Pero yo lo que digo, lo que yo pienso ¿no? Yo creo que una empresa que es empleadora: ¡ayuda al pobre! Que al final tú de eso no sabes dónde vas a estar, ni dónde vas a caer ¿verdad? Porque es un error pensar que siempre uno va a estar en alta, en un piso alto. ¡Coño, ayuda al pobre! Yo le expliqué mi situación, no sé qué, no sé cuánto, dice “Ay mi hija, pero figúrate si tuviera permiso de residencia” que esto que eh...yo sentí, que ojalá te lo pudiera explicar, yo lo que sentí fue un dolor así tan grande, los ojos aguándome así (...) a mí se me aloja aquí en el pecho, cuando me dicen así que no (...) yo sentí tantas cosas ahí no sé cómo pudiera explicártelo, no porque aquello me, ¡ahhhh! me puso muy mala,*

mala internamente, porque son cosas así que tú no las puedes expresar, sabes que están en otro lugar, sabes que no tienes a tu mamá...(Cristina_E1, 2013).

Cristina y su hijo para comer suele ir a distintas entidades que ofrecen alimentos. A veces voy a la [entidad] con el niño. Estamos juntos ahí. Comemos. Están dando la comida buena, claro ¿qué pasa? Ahí va gente de todo tipo, con peste, con esto, lo otro, va de todo ahí. (...) uno no puede estar mirando para un lado, uno tiene que concentrarse en la mesa que está (...) no mirar para los lados. Si miran para los lados te deprimes (...) es duro, es lo que te quería explicar. Es duro, hay tanta gente en esas cocinas, gente de todas las calañas, drogadictos, de todo se ve ahí, de todo un poco. Pero hay momentos que no quisiera ir, porque digo “coño, venir tan lejos ahí (...) de [mi país] hasta aquí ¡para esto!”, pero bueno estamos aquí (Cristina_E1, 2013).

Cristina sigue yendo a las entidades: hace como una semanita fui a la [entidad X], quiero volver a ir porque ellos me dijeron “te podemos dar unos materiales de estudio para el niño, libretas unas mochilitas” me dijo que fuera por el mes de [septiembre] más o menos, entonces tengo que volver a ir (Cristina_E1, 2013).

Cuando no está buscando trabajo, comida o ayudas, principalmente por las tardes Cristina bueno ahora, como está el calorcito este doy una vuelta por la playa para acá para allá (...) [pero] a veces uno tienes sus días y entonces no voy. Y entonces ya, no estoy para estar caminando por la playa ni na, (...) se te cae como un desplome en el cuerpo así, uno dice “bueno ya” y me quedo, para la casa. Y me quedo: uno se acuesta, o se pone a ver una película en la tv, o ...y ya ahí la máquina de tiempo que va (...) la mente (...) la mente te hace recordar cosas, como del pasado, como cuando vivía [en la entidad] las cosas cómo pasan también y cómo uno se tiene que sobreponer a las cosas. Cosas muy fuertes de vivir aquí [en España]. Yo no tenía por qué vivir eso (Cristina_E1, 2013).

Cristina cuenta que reflexiona y se dice a sí misma que este país no es el de ella: a veces uno se da cuenta que no es lo de uno ¡eh! Sí, que no es lo de uno. Allá, cuando uno busca trabajo [en mi país] enseguida te dicen “ya bueno trae la foto, el certificado de escolaridad esto y lo otro” y enseguida te hacen el contrato. Pero aquí no, aquí en España no. Por eso a veces uno, a veces se deprime así. Que va... Hay que ver esta búsqueda de empleo, hay esto, ay qué va “no, no, no yo me voy a quedar quieta”. Gasto energía, gasto energía, para acá, para allá, y tú no ves que sale el sol. Déjame

coger mi..., déjame coger mi cama. Pasan 2 o 3 días: "bueno, otra vez a la lucha" (Cristina_E1, 2013).

También en su día a día desempeña otras actividades que la ayudan a encontrarse mejor. Por ejemplo, está empezando a usar las TIC para hablar con algunas personas, como la amiga que hizo en la entidad donde residió: *cuando no estoy buscando trabajo, tú sabes que uno dice ¡ay Dios mío! ¡Ay! ¿Qué hago? Yo le mando por un mensajito a Elena, "¿Elena qué estás haciendo?" Elena que "estoy aquí" Elena: "no, no, ven, que vamos a conversar un ratito" y entonces ¡nos ponemos a conversar!* (Cristina_E1, 2013). Elena la anima y le explica que las cosas en España van lento, ella ya las ha vivido. A veces, también va con ella a recorrer las entidades y algunas empresas: *porque también ¿sabes lo que pasa hijita? Que caminar el, solo como que te agota más, entonces tú sales con una amiga, "bueno vamos por aquí, por la historia"* (Cristina_E1, 2013) y le resulta más llevadero.

Cristina explica que en los últimos meses he *tratado de coger un poco de ánimo, de fuerza. Y más cuando uno tiene los hijos al lado, ¿me entiendes?, tienes que seguir para adelante.* Ella hoy en día piensa que estas cosas que uno vive *es para darle entender a uno, hacer a uno las heridas, hacer a uno más fuerte, (...) me siento más fuerte. Porque veo que todo no es como yo me pensaba, es más duro de lo que yo me pensé cuando llegué. No tenían por qué pasar, es verdad* (Cristina_E1, 2013) pero Cristina trata de *verle un lado positivo a las cosas, verle siempre a las cosas el lado bueno, no verle la parte oscura, sino tratar siempre de verle lo bueno, verle lo bueno. Es lo que trato siempre ¿no? es lo que trato siempre porque...no nos queda de otra ¿no? Este país ¿no? me enseña a vivir de una forma. A pesar de que no estamos adaptados, es lo que nos tocó* (Cristina_E1, 2013).

6.1.1.6.3.- Luchando por seguir adelante: negociando ocupaciones soterradas

En la historia de Cristina se identifican dos líneas argumentales. Una de ellas es descendente, y tiene que ver con el empeoramiento de sus condiciones de vida en España. En un período corto de tiempo, menos de un año, Cristina se queda sin hogar, sin recursos, el plan para iniciar una vida en España dentro de la legalidad se trunca con el retorno de su esposo, debe enfrentarse a racismo institucional en las entidades con los que contacta para que la ayuden, entre otros elementos. Así, a medida que avanza la

historia, aparecen más elementos que deben ser manejados para sobrevivir en su día a día: la situación administrativa irregular, falta de recursos socioeconómicos, dificultades para encontrar empleo, entre otros; que empujan a la protagonista a una vida en los márgenes de la sociedad *-(...) es duro. El emigrante la pasa dura-*. Por otro lado, existe una segunda línea, relacionada con la resistencia de Cristina a las situaciones que se presentan. Esta línea es fina y tímida al inicio de su historia *-él era el que sabía, él era el que conocía, él era el que todo, ¿y yo qué?-*, pero va ganando fuerza a lo largo de su desarrollo, tras la marcha de su esposo, y a medida que va conociendo y desempeñando sus ocupaciones en el nuevo contexto sociocultural al que tiene acceso *-me siento más fuerte-*. Así, esta segunda línea parece llevar a Cristina a establecer límites y cambiar alguna de sus circunstancias, como por ejemplo dejar el piso de acogida en el que se sentía oprimida. Aunque consigue no depender de la entidad para el alojamiento, sí se ve en la necesidad de acudir a otros servicios para poder tener alimentación. Cristina no hace mención explícita, pero se puede entrever que la protagonista se enfrenta al hambre en su vida diaria. Además, debe seguir con su búsqueda de empleo. La combinación de estas dos líneas en la actualidad de Cristina, dibujan un día a día como *-un "vínculo cerrado"-* un espacio en el que debe moverse, que es siempre el mismo y del que no es fácil salir: *un [círculo] cerrado*.

A lo largo de esta historia, Cristina emplea como estrategia de supervivencia el mantener sus ocupaciones "soterradas", es decir bajo el radar de las personas con poder de los contextos en los que tienen que desarrollar su vida diaria. La protagonista es consciente de su posición socioeconómica y de vulnerabilidad *-por ejemplo: pobreza (¡ayuda al pobre!) o falta de soporte (No tienes a donde recostarte)-* y de las fuerzas opresoras con las que tiene que convivir en el día a día: las limitaciones que genera la relación con su esposo *(uno no puede tener una persona al lado que te ponga tantos obstáculos)*, racismo *(Pero ya la frase que te están diciendo es para que te levantes y te vayas...Sí, ellos son así)* o una legislación cada vez más dura *(al parecer ellos están apretando para que el emigrante se vaya, ¿entiendes?)*, entre otros. Por ello, desempeña sus ocupaciones serpenteando, es decir, moviéndose sigilosamente entre estas fuerzas, tratando de que no la vean, y buscando los espacios disponibles y las formas posibles para poder realizar las actividades que necesita para subsistir. Entre ellas: cocinarle a su hijo a escondidas; buscar ayudas, pero sin contar su historia, puesto que desconfía de los profesionales; buscar trabajo, sin adelantar que su situación administrativa no está regularizada; ir a comedores sociales, pero sin mirar alrededor; estar con otras personas,

para tener apoyo y reírse de la situación, o buscar alternativas para no ir al médico ya que no tiene tarjeta sanitaria. Entre otros.

Cristina, en los espacios que ve disponibles empuja con fuerza (*¿si con esto to puedes conseguir trabajo? Tú metes el cuerpo, aunque no me lo den pero yo voy a tratar de meter el cuerpo*). Sin embargo las dificultades para conseguir sus objetivos, y el gasto de energía que le supone "serpentear" repercuten en su salud (*como un desplome en el cuerpo, o la mente (...) la mente te hace recordar cosas(...) Cosas muy fuertes de vivir aquí*). Por ello Cristina desempeña otras ocupaciones restaurativas como ir a pasear a la playa, o quedarse en casa en la cama, viendo la televisión, unos días. Con esto, se repone y vuelve a comenzar su día a día y *bueno, otra vez a la lucha*.

6.1.2.- Temas transversales: la lucha diaria a través de las ocupaciones - *occupational struggles*

Las historias de las protagonistas muestran elementos comunes que caracterizan la negociación de las ocupaciones en su vida diaria y dibujan mediadores de salud, bienestar e inclusión social en la vida diaria de las participantes en Galicia. En este apartado abordaré estos temas construidos, a saber: 1) las trayectorias vitales y experiencias compartidas, 2) la descripción de las ocupaciones y cómo son negociadas en este contexto, y 3) los elementos del bienestar físico, mental y social intrincados en las relaciones dinámicas de los dos primeros temas.

6.1.2.1.- Trayectorias y experiencias compartidas: tejiendo situaciones de vulnerabilidad

Dentro de la diversidad y singularidad de cada historia, emergen hilos comunes que parecen tejer similitudes en las oportunidades y formas de participación en las ocupaciones. Estos son:

6.1.2.1.1.- Movilidad descendente

Las historias de las participantes se caracterizan por una movilidad laboral y social descendente. En sus países de origen, habían cursado estudios superiores o trabajado en puestos laborales de mayor estatus que el servicio doméstico y tenían una vida que se podría describir como de clase media, o media alta, en sus contextos. Por ejemplo, Ana *[h]ice administración comercial y contaduría pública. La traducción de eso es que eres experto contable, eres quien firma los estados financieros* (Ana_E1, 2014). Antes de emigrar trabajaba en su ámbito profesional, como responsable de una sección en una empresa multinacional y explica que quizás su vida fuese muy distinta si se hubiese quedado *con el sueldo que tenía [en mi país] y la vida que tenía, que no gastaba un [euro] en casa y... ¡ganaba muy bien! No sé qué clase de hijo tuviera. No sé si tuviera hijos, directamente* (Ana_E1, 2014). Elena, por su parte, es *licenciada en educación* (Elena_E1, 2013) y aunque no desempeñaba su profesión, trabajaba como encargada de la casa del que fuera su marido, en la que se producían mercancías agrícolas: *tenía 35 empleados, tenía que estar encima de ellos* (Elena_E1, 2013). Por eso reflexiona que

no me gustó, no me gustó venir (...) teníamos un nivel más o menos bien. Teníamos chofer, escolta, o sea... (...) vivíamos bien (Elena_E1, 2013). De forma similar Lucía, quien había finalizado sus estudios de Bachillerato, también era responsable de una planta en una fábrica y vivía con su marido (quien también trabajaba en un puesto medio-alto del sector). Ellos vivían de una forma más o menos acomodada y *lo más frustrante era de que, claro, yo venía de [mi país], de un trabajo bien, que no tenía nada que ver con la limpieza ni nada eso y claro y al verme que tenía que limpiar el baño de otro,... ¡Dios mío, qué horror!* (Lucía_GD1, 2013). También Sara, se describiría como *bachiller, acabé el colegio, entré en la universidad, pero no puede acabar (...) entré en la universidad, estuve en el 4º semestre de la carrera de economía [y] llevaba 6 años en esa empresa de costura, era la más grande de [mi país], asegurada muy bien* (Sara_E1, 2014).

La homologación de sus estudios en España es complicada porque *para nosotros [personas que han emigrado] es un proceso de allá pedir, es un gasto de dinero, bueno una inversión de dinero... pedir, y tiempo. Se necesita tiempo, y alguien que te lo haga allá...en mi país* (María_E2, 2012). Ana explica que homologar los títulos *es muy difícil y siempre, entre lo que trabajo, lo que he tenido que trabajar y que siempre he tenido un niño pequeño...entonces ¡no! No lo hice porque, realmente me dijeron "tendrás que estudiar como 2 años"... si tengo que tener 2 años, quiero decirte que, que..., al no tener apoyo... Sabes que estudiar no es fácil, pues con niños ¡tampoco lo es! Y estando sola ¡tampoco lo es! (...) pero estudiar se me da muy fácil, quiero decirte, que siempre fui una persona aplicada, me gusta estudiar, me gusta leer, sé que si estudiara lo homologaría, lo hubiera homologado pero no lo he hecho* (Ana_E1, 2014).

Así, de forma más o menos abrupta, todas las participantes acaban trabajando o buscando trabajo en el empleo doméstico: tareas de limpieza del hogar y cuidado de otros (niños, ancianos- con o sin diversidad funcional-). Sin embargo, solo una de ellas fue consciente de ello antes de marcharse de su país: Sara. Ella fue seleccionada para formar parte de *un grupo de personas que vinimos eh... para, para trabajar siempre en esta área, es un grupo de chicas que vinimos con regla, con papeles para trabajar en el servicio doméstico, en el cuidado de niños, cuidado de ancianos* (Sara_E1, 2014). El resto de participantes, vinieron en situaciones personales, sociales y administrativas diferentes. Algunas trabajaron en otros ámbitos, descendiendo escalonadamente hasta el empleo doméstico. Así Ana, trabajó como camarera y Elena como administrativa,

bibliotecaria o cajera de un gran supermercado, antes, o en combinación con el servicio doméstico.

6.1.2.1.2.- Violencia de género

Las protagonistas también comparten vivencias de violencia de género, bien ejercida por sus parejas, bien sufrida en su día a día en la sociedad.

La violencia sufrida por parte de sus parejas varía en el grado, la explicitación en los relatos de las participantes y el nivel de elaboración sobre la misma. En un extremo de este continuum está la experiencia de Elena, a quien su exmarido intentó matar y sobre el que pesó una orden de alejamiento *ese hombre está lleno de maldad (...) tuvo, todo este tiempo que nos separamos, hasta hace 4 años, tuvo orden de alejamiento, es horrible vivir cuando hacen la orden de alejamiento (Elena_E1, 2013)*. Otras participantes no cuentan explícitamente que hayan sido víctimas de violencia de género aunque sus relatos lo dejan entrever en las pocas e indirectas menciones a ella – *fui víctima de acoso por mi expareja (Ana_D, 2014)*, o *en la [presentación] que tenemos de violencia psicológica, que igual me toca muy de cerca...* (Lucía_E1, 2014)- sumado a los silencios y los cambios de tema cuando hablábamos de sus parejas. Del mismo modo, y en el otro extremo del continuum, parecen existir distintas formas de violencia de género menos elaboradas por las protagonistas. Por ejemplo, en el caso de María cuando su marido *no lo estaba pasando bien aquí, que la insultaba, “para qué me trajiste” (María_CC, 2012)*, o en el caso de Cristina, quien expresa la dificultad para hacer cosas autónomamente cuando estaba su esposo en España o los obstáculos que éste le ponía para salir adelante: *ahora después que se fue ¿me siento distinta? Me siento distinta, sí. Porque uno no puede tener una persona al lado que te ponga tantos obstáculos (...) [es] una persona que se cree que se las sabe todas, entonces no me dejaba enganchar una, después que se fue he visto un cambio en mi vida grande (...): cuando estaba él aquí, ¿a qué lugar yo iba? Él era el que iba con ellos [unos amigos del mismo país], él era el que sabía, él era el que conocía, él era el que todo, ¿y yo qué? (Cristina_E1, 2013)*.

Todas estas relaciones de pareja finalizaron³⁵ dejando a la mayoría de protagonistas en situaciones de mayor vulnerabilidad en cuanto a su contexto socioeconómico. Por ejemplo, en el caso de Cristina la marcha del marido generó que se quedase en una situación administrativa irregular, truncando todos sus planes. Elena, se quedó sola, puesto que la red social con la que contaba, la familia de él, la dejó de lado. Además vive con la limitación de no poder irse de la ciudad, puesto que el padre de su hija no se lo permite legalmente y tampoco se hace cargo económicamente de su hija. Lucía se quedó sin recursos socioeconómicos y Ana tuvo que abandonar un trabajo por el acoso al que se vio sometida.

Por otra parte, la violencia de género está presente en otras experiencias del día a día de las participantes, como por ejemplo cuando Cristina es acusada de mantener relaciones con un hombre en la casa de acogida, o a Elena le ofrecen la posibilidad de trabajar en el servicio doméstico, pero metiéndose en la cama con el empleador.

6.1.2.1.3.- "Ya no es como antes": la crisis socioeconómica española

Las participantes también comparten experiencias de endurecimiento en las condiciones de vida relacionadas con la falta de recursos (bidireccionalmente).

Las participantes vinculan el empeoramiento de las condiciones de vida al contexto socioeconómico. Por ejemplo, Sara explica que el país ha cambiado desde su llegada: *España está muy mal, ¡ha caído mucho! y claro me toca conformarme con lo que tenga (...) hay (...) familias enteras, que no tienen ni que llevar el plato a su casa* (Sara_E1, 2014). María, comenta que este empeoramiento afecta a la sociedad de un modo general *aquí lo ves casi apagado al menos en [la ciudad] ¿no?, en Madrid, bueno también vi que mucha gente se marchó, pero aquí en [la ciudad] llegué y lo sentí como que frío, como que muy apagado, muy triste* (María_E2, 2014) y a lo económico en particular: *aquí no veo tanta oportunidad ahora mismo, quizás antes había pero ahora no lo veo tanto (...) veo que la situación económica para todos está muy difícil, hasta para profesionales* (María_E2, 2014).

³⁵ En el caso de María la relación con su marido no finalizó, pero sí la convivencia cuando él se volvió a su país con sus hijos.

Así, las oportunidades para trabajar en otros ámbitos se restringen: *la realidad es esa, que [hay] demasiada gente dando vueltas [buscando trabajo] y claro piden personas con experiencia, que es lo que yo no tengo y claro a mí ya me está pillando la edad, tengo 40 años, van a coger obviamente una persona más joven, entonces igual como que te, como que te traba un poquito, y claro los trabajos que más salen, son por ejemplo, empleada doméstica* (Lucía_E1, 2014).

Las participantes atribuyen a esta situación, también el empeoramiento en las condiciones del empleo doméstico: *Bueno..no...ahora estoy así, trabajando, de momento estoy trabajando también por la tarde. Ahora, pero...a ver... no, no, no se sabe. Es que ahora como han cambiado las cosas, están asegurándote por horas, y algunos no quieren asegurarte o te aseguran... o bueno...¡hay todo un cambio total! y los trabajos están así. Si hay: cobras. Y si no lo hay, no lo hay. Y de repente te dicen que ya, que ya no quieren tus servicios porque no te pueden pagar, o porque... porque no te pueden pagar, o porque a tu jefe le han despedido o...o le han disminuido de sueldo...o te disminuyen de horas* (María E1, 2012). María explica estas situaciones también vividas por las demás participantes: *[puedes tener trabajos de] dos horas, y... de la noche a la mañana, o pasa un tiempo, me dicen "ya no quiero tus servicios porque no te puedo pagar". O "venme una hora en vez de dos horas y te pago así, tanto. Y lo del seguro, ahora, si quieres seguro, te voy a disminuir de tu propio sueldo". Así... pues yo, como tengo familia, tengo que coger ¿qué voy a hacer? No me queda otra* (María E1, 2012). Asimismo, explican que *la situación está tan difícil tan que te dicen así, que otras chicas trabajan por menos, que hacen más cosas, te ponen mal, o sea, te quieren bajar hasta lo más mínimo ¿no?* (María_E2, 2014)

Las participantes también comparten haber vivido, o vivir, situaciones de pobreza. Por ejemplo Lucía explica que después de divorciarse: *de repente ¡uy! me vi en la calle, sin nada, sin nada, sin nada, sin nada entonces digo "qué hago, qué hago, qué hago", y claro yendo a [la entidad X], [el comedor social] y eso* (Lucía_GD1, 2012). María relata que después de que su jefe la despidiera *no tenía ni dinero, ni trabajo* (María_E1, 2012). De forma similar, Ana cuenta que antes de tener a su segundo hijo estaba *sin trabajo, embarazada con un hijo viviendo de alquiler, sin recursos, fui a los servicios sociales del ayuntamiento y mi pobreza era galopante* (Ana_D, 2014). Elena o Cristina viven situaciones similares, en las que se ven obligadas a recurrir a las entidades del tercer sector o los servicios sociales, ante la falta de recursos: *siempre tienen algo, aparte de una de, un kilo de pasta, o arroz, te dan un poco de comida, ¿sabes?, no es sólo el*

trabajo, también te ayudan con algo de alimentos, (...) leche, pan, lo que tú, lo que tú necesites (Elena_E3, 2014). *[A]unque, ya no es como antes, también. Eso ya ...te dan medidas las cosas, por ejemplo: leche...te dan muy poco, te dan arroz, macarrón y...antes había más cositas que te daban, pero ahora ya no* (María_E1, 2012). Las situaciones llegan a ser tan extremas que no pueden acceder de forma autónoma a una vivienda, por lo que en ocasiones han acabado en albergues o casas de acogida.

Ana, describía sucintamente estas situaciones como: (...) *el hecho de ser mujer, madre sola, con escasos recursos y en muchos casos sin ninguno, la mejor definición es vulnerabilidad. La sociedad ve en estas situaciones la posibilidad nada despreciable del aprovechamiento originando la explotación humana en muchos aspectos y el detrimento de la condición de individuo* (Ana_D, 2014)

Todos estos elementos contextualizan y se inmiscuyen en las ocupaciones de las protagonistas.

6.1.2.2.- La lucha diaria: conjugando ocupaciones para sobrevivir

En este contexto las protagonistas deben orquestar múltiples ocupaciones para sacar su vida adelante. A continuación describiré brevemente la interrelación de estas ocupaciones para, a continuación, profundizar sobre cada uno de los elementos que las conforman.

6.1.2.2.1.- Orquestando ocupaciones: un encaje fluido

En el día a día de participantes existen dos grandes grupos de ocupaciones con un marcado carácter productivo (el *trabajo en el servicio doméstico* y la *“ruta para la supervivencia”*), a los que las participantes dedican la mayor parte de su tiempo y energía. Estos dos grandes grupos no son excluyentes. La incertidumbre y volatilidad del contexto descrito parecen generar un movimiento pendular en el que las participantes, en períodos cortos de tiempo y sin mucha anticipación, pueden pasar de tener trabajo (*en el servicio doméstico*) a no tenerlo (lo que implica entrar en la *“ruta”*), o necesitar combinar el trabajo en el servicio doméstico con la *“ruta”*.

Asimismo, además de estas ocupaciones productivas, las protagonistas participan en otras actividades que, de distintas maneras, van a contribuir a sobrellevar este día a día, a saber: *actividades con iguales, actividades para desconectar y actividades restaurativas*.

Paralelamente, para aquellas participantes que tienen hijos, que son una prioridad en sus vidas, todo esto debe combinarse con poder generar la oportunidad de participación de los niños en sus actividades: colegio, actividades extraescolares (fútbol, piscina, informática...etc.), actividades sociales (por ejemplo las fiestas de cumpleaños). Esto implica una estructuración en su horario, una necesidad más de desplazamiento y de recursos socioeconómicos para poder desempeñar este rol de madre.

Orquestar este repertorio ocupacional puede verse como un baile, en el que las protagonistas tienen que danzar al ritmo de una música cambiante, aprovechando sus recursos y los de su alrededor (como por ejemplo su constancia, los recursos sociales – “madrugadores”, cursos, etc.-, ente otros) y esquivando los obstáculos (falta de apoyo social y familiar, dificultades para la conciliación, discriminación, etc.) para no caerse. Además, este baile, parece tener una opción para parar la música: retornar a sus países. Dos de las participantes retornaron. Sin embargo, las demás siguen en España. Algunos de los motivos dados para continuar en el país fueron la inseguridad en origen o una vida mejor para sus hijos.

6.1.2.2.2.- Trabajar en el servicio doméstico

Trabajar en el empleo doméstico es para las protagonistas, la única opción laboral factible en el contexto descrito. Esto es debido a razones diversas, ya elaboradas en sus narrativas, como por ejemplo la discriminación. Como explica Lucía, al buscar trabajo, por ser latinoamericana, ofrecen opciones en el empleo doméstico, o, en otros empleos no la aceptan *porque uhmm, eres muy morenita, o eres muy gordita, o que, porque tu acento no les gusta* (Lucía_E1, 2014). Cristina explica otro de los motivos en su narrativa: la situación administrativa irregular (*Tú sabes que muchas señoras que contratan gente para trabajar en casa de limpieza esto y lo otro*, Cristina_E1, 2013). También, la mencionada dificultad para homologar sus estudios, puede dificultar encontrar trabajo en otro ámbito.

Las condiciones de este tipo de empleo para las participantes, en general, son extenuantes y precarias. Los horarios y días de trabajo son largos. Como ilustraba la narrativa de Lucía *si los niños se enfermaban, tenía que quedarme todo el día. Y los viernes quedarme a dormir en la noche, porque ellos salían. Entonces tenía que quedarme a dormir para el otro día irme a la una de la tarde (Lucía_E1, 2014)*. De modo similar, Sara y María han combinado distintos empleos de tal forma que no les quedaba ni un día a la semana libre: *Entonces los sábados, después de acabar de trabajar con la señora que trabajo- que trabajo hasta la una de la tarde- me voy al otro trabajo a la una y cuarto, hasta las nueve de la noche. Nueve y media salgo a veces. Y los domingos de doce del mediodía a nueve de la noche, trabajando (Sara_E1, 2014)*.

Sara explica que *bueno que nosotros aquí las chicas venimos a trabajar, y la verdad que tenemos que trabajar, porque desde que nos levantamos hasta el último momento de dormirnos tenemos que estar todo el día ocupadas, la mayoría de las chicas, tenemos que ir al trabajo hacer las cosas. Los que trabajan con niños pues recogerlos, hacer la comida y los que trabajamos, que yo ya hace tiempo también que estoy trabajando con gente mayor, es lo mismo estar siempre pendiente de ellos a animarles, hablarles muchas veces están mal, de animarles y decirles todo el tiempo hay que estar (Sara_E1, 2014)*

Las condiciones de este tipo de trabajo generan frustración, impotencia y rabia: *...no sé, yo pienso que porque somos de afuera... tal vez somos... (silencio) también tendrá que ver el aspecto...pienso yo, no lo sé. Porque... el que seamos, bajitas, gorditas...o...no lo sé... y...a uno le pone muy mal! Porque se siente... impotente, incapaz de poder decir "mire señora es que aquí...a mí no me gusta esto, no lo voy a hacer y...lo dejo" (Sara_E1, 2014)*. Lucía explica situaciones similares: *todos los días lo mismo, llegar, levantarse, ir al trabajo, trabajar como burros, (...) todos los días lo mismo, lo mismo, lo mismo, lo mismo, los mismos sentimientos, la misma impotencia, la misma rabia, pero el saber que no tienen nada más, ningún otro ingreso, tienes que aguantar, y aguantar (Lucía_E1, 2014)*.

Las participantes relatan tener que soportar estas condiciones puesto que no hay muchas alternativas. Sin embargo, en alguna ocasión, las participantes han decidido no aguantar y dejar alguno de sus empleos, como se ha visto en las narrativas de Sara, María y Lucía: *quieren bajar hasta lo más mínimo ¿no? Pero uno por lo menos tiene dignidad, yo tengo mi dignidad y tampoco voy a estar así (María_E2, 2014)*.

6.1.2.2.3.- Ruta supervivencia como ocupación

Por otro lado, las participantes cuando no tienen empleo, o en los momentos en que lo que ganan no es suficiente para subsistir, se dedican, en un horario casi laboral, a buscar bien trabajo, bien otros elementos que las ayuden a seguir adelante con su día a día (comida, ropa, etc.). Esto lo hacen, principalmente, recorriendo a diario asociaciones, ONG's, entidades religiosas o dependencias públicas del contexto. Generalmente, esta "ruta" comienza, temprano por la mañana -como a las 8:00h o por ahí ya yo voy (Cristina_GD1, 2013).

Las participantes van a buscar trabajo a las entidades puesto que algunas tienen bolsas de empleo para mujeres, principalmente inmigrantes, en el servicio doméstico, o, de forma informal, tienen conocimiento sobre ofertas. Además, en las mismas instituciones también solicitan ayudas de alimentación o económicas para poder hacer frente a los gastos de su vida diaria: *más que todo porque, uno te da alimentos allá, ropa... y otro también que necesitaba. O sea tenía unas facturas pendientes que pagar* (María_E1, 2014). En algunas ocasiones, esta ruta no implica sólo solicitar ayuda para con la alimentación, sino que implica buscar un lugar donde comer. Por ejemplo, en el caso de Cristina, parte de su día a día consiste en ir a recursos donde ofrecen un plato de comida.

Paralelamente, las participantes, en esta ruta por las entidades, se asesoran sobre su situación administrativa o a qué otras ayudas públicas pueden llegar a tener acceso (por ejemplo para comprar los libros de texto o becas para el comedor del colegio de los hijos). Para muchas de estas ayudas es necesario hacer trámites burocráticos. Estos trámites requieren "papeles": certificados de distintas administraciones como por ejemplo el de empadronamiento (registro oficial de residencia). Así, parte de la ruta se convierte en lo que Cristina denominó "peloteo". Es decir, rebotar de un lado a otro, de una entidad a otra, de una institución a otra, como una pelota, buscando los papeles necesarios. Una de las participantes explicaba: *Sofía.- aparte, sacando ya de lo laboral, como es un país tan burocrático (...) también te agobia el papeleo... Noelia- sí, es la pescadilla que se muerde la cola. Sofía.- Es que a nosotros, a nosotros [personas inmigrantes] para cualquier historia nos piden el mismo papel una y otra, por ejemplo el certificado de empadronamiento, es que te lo piden tantas veces a lo largo del año tantas, tantas, tantas veces que tú ya "¡Hala! Venga, a buscar papeles"...50.000 papeles (...) a final de año tienes en casa una caja de papeles que no te sirven para nada (GD1,*

2013). Además, muchos de estos trámites son difíciles de negociar por incoherencias. *En este sentido también, ella decía que había muchas incoherencias con los trámites, como por ejemplo, su hijo sí puede estudiar en el colegio, pero como no tiene tarjeta de residencia, no puede pedir al propio colegio un libro para poder estudiar en el colegio (Ana_CC, 2014).*

Toda esta ruta se hace caminando, porque las participantes no tienen recursos para pagar otro medio de transporte -*caminar y caminar buscando trabajo (Cristina_E1, 2013)*-

Además, estas actividades deben ser combinadas, con sus roles como madres. Por ejemplo, en la narrativa de Elena se explica cómo esta ruta se desarrolla mientras su hija está en el colegio y finaliza cuando la va a buscar. Sin embargo, la búsqueda de empleo no finaliza, sino que por las tardes se combina con otras actividades como madre: por ejemplo mientras su hija hace los deberes ella busca empleo por internet.

En esta búsqueda de alternativas para salir adelante frecuentemente se encuentran con situaciones de discriminación, falta de empatía o incluso se sienten juzgadas por parte de algunas de las personas que las atienden: *sales tú de tu casa, sin desayunar y sin pensar qué vas a comer y con dos recibos de luz atoraos aquí, y vienen y te dicen "no hay nada, ¿por qué vienes tanto?" Joder vengo tanto... tú dices en la web, o tienes un servicio supuestamente de búsqueda de empleo y porque me has dado una cita y me dijiste cuando vine a la cita me dijiste que te llamara, no me dijiste "vete y no me llames más", me dijiste "ah bueno ahora no hay nada pero mantente llamando o pasa por aquí". Tú me lo dijiste, tú me ofreces el servicio, tú tienes una oficina abierta para eso, si no tienes para cubrir la demanda, pues sé honesto y di "mira no hay y vamos a cerrar porque no hay y no puedo dar el servicio" Sé honesta con la persona que llega ahí (Sofía_GD1, 2013).*

Elena ejemplifica alguna de estas situaciones: *por ejemplo para la cosa de orientación laboral y eso, que tu vayas por ejemplo a [entidad T] y la bandida que te explica lo del sistema laboral sea menor que tú, que no tenga hijos... mira a mi abogado de oficio sin ir más lejos, cuando me divorcié, mi abogado de oficio, tenía 26 años, y ¿sabes qué me dijo la muy bandida? "eso te pasa por haber tenido la hija tan joven" (Elena_E1, 2013).* Estas relaciones van influir en otras ocupaciones. En el primer grupo de discusión las participantes explican que coartan otras actividades de ocio por miedo a encontrarse a

alguna de las personas que las atienden y piensen que por un lado les van a pedir ayuda, pero por otro tienen lo suficiente para ir, por ejemplo, a una cafetería: *claro luego te la encuentras un día, como tienes que ir a contar tus penas, luego te la encuentras un día en la misma cafetería y es como que te mira, como en plan (hhhh), "mira la que...luego me viene a contar..." como que los recursos que utilizan o lo, lo, lo el servicio que te van a prestar -que no es ayuda, que eso es mentira que no hay ninguna ayuda porque eso no sale de su bolsillo-, como "te he descubierto en "(...) no puedes tomarte un café, no puedes ir a la cafetería o igual es que me lo creo yo así que me siento , igual no es ellas, igual el problema lo tengo yo (Sofía_GD1, 2013).*

Esta búsqueda de alternativas para salir adelante no da resultados rápidamente. Además del contexto descrito (6.1.2.1) existen otros elementos que impiden trabajar. Por ejemplo, la mayoría de ofertas laborales en la actualidad son como empleadas del hogar internas, es decir, viviendo en la casa de la persona empleadora. Las protagonistas son conscientes de que esto implica una mayor exposición al abuso -*una amiga que trabajaba de interna, que ella después me ha dicho que no fuese de interna yo ya me quería morir, porque claro cuando estás de interna la gente abusa, los jefes ¿sabes? Y entonces quieren disponer más horas de las que no les corresponde trabajar y una amiga trabajaba hasta las 12 de la noche (Elena_E1, 2013)*- además de que produce una ruptura brusca con sus vidas. Para Elena (por su hija) y para Lucía (por su pareja) esta opción no está en el plan. Además, la salud de las participantes (por ejemplo Lucía) también influye a la hora de poder realizar un trabajo. La conciliación, es decir, poder combinar el empleo con hacerse cargo de sus hijos es también un requisito *sine qua non*. Aunque las estrategias para conciliar son múltiples: poder llevar a los niños al trabajo o enseñarles a ser más autónomos.

Finalmente, los propios principios y dignidad de las participantes establecen límites a las opciones que les presenta el mercado y algunas/os profesionales: por ejemplo, en la narrativa de Elena explica cómo no va a aceptar empleos a cualquier precio (durmiendo con un señor o no viendo a su hija).

Las participantes por momentos parecen sentirse atrapadas en esta ruta, como en un *[círculo] cerrado*, mientras la necesidad *se va agudizando, un poquito más, y un poquito más y un poquito más (Cristina_E1, 2013): pero no me han llamado de ningún sitio, estoy esperando, no me voy a volver loca porque ya, es desesperante la situación*

(Elena_E1, 2013). *[T]e sientes un poco inútil de no hacer nada, de no encontrar nada* (Lucía_GD1, 2013).

6.1.2.2.4.- Actividades con otras trabajadoras inmigrantes

Las protagonistas, en este día a día, participan en actividades con iguales. Suelen encontrarse con mujeres de Latinoamérica que trabajan o han trabajado en el servicio doméstico o con quienes comparten valores y experiencias. Por ejemplo, Elena se encuentra con su amiga que trabaja como interna, y es de otro país de Latinoamérica, generalmente una vez a la semana, en su día libre, y *vamos a su casa, o vamos a un parque, o a una cafetería y comemos. Hablar cómo le pasó [la semana], (...) la niña cómo está, las cosas cómo van en casa, cómo son las chicas [las compañeras de la casa de acogida], y entonces empezamos a despellejar, esas cosas que se hablan cuando estás con confianza con alguien, ¿sabes?* (Elena_E1, 2013). María por su parte va todos los domingos a la Iglesia o queda con mujeres inmigrantes de esta comunidad religiosa *(...) tenía un grupo de amigas también que nos... nos poníamos a leer la biblia, a buscar, a hacer vigiliás, animarnos unas a otras, a ayudarse* (María_E1, 2012). De modo similar Sara se reunía con sus compañeras *algún domingo, un fin de semana, [a] hacer una comida, un cumpleaños o simplemente encontrarnos y juntarnos en alguna casa* (Sara_E1, 2014).

Estas actividades, unas a otras, se proveen de apoyo emocional y logístico. Por un lado, se contienen dando soporte como se ve en las narrativas de Sara, María o Cristina: cuando aparece la desesperación, la frustración, en ese día a día, comparten experiencias, y se dan consejo. Elena ejemplifica contando que les dice *“bueno, ¡anímate! tienes que salir, ven acá a hablar con ellas [profesionales de una entidad]” Y yo no tengo que hacer, y yo voy caminando hacia allá [a hablar con sus amigas]. Claro, llego a allá y digo bueno como “vengo a reírme”* (Elena_E1, 2013). Por otro lado, en estos encuentros, también se ayudan tanto pasando ofertas de trabajo, como comparando condiciones, hablando de su situación administrativa, dónde pueden encontrar ayudas, etc.

Lucía participa en una actividad artística, donde, además de dar y recibir apoyo logístico y emocional, como el descrito anteriormente, trata de contribuir a la concienciación de la sociedad sobre lo que es vivir situaciones como las que ella ha vivido: *para que la*

gente entienda (Lucía_E1, 2014). Esto lo hace con el grupo que prepara estas actividades artísticas, donde no sólo hay mujeres inmigrantes.

6.1.2.2.5.- Actividades para desconectar

Las participantes relatan que en este día a día, necesitan hacer cosas para “desconectar”. Esto quiere decir que buscan actividades que de un modo u otro consigan hacerlas evadirse de la complejidad y dureza del día en el que están inmersas. Algunas de estas actividades se caracterizan por ser individuales y solitarias, y otras se realizan con más gente

En cuanto a las actividades individuales las protagonistas explican que leen o ven la televisión. Por ejemplo, Cristina explicaba que: *suerte a Dios y a todo lo que existe, porque tiene que existir algo, que yo no me desequilibré, (...) porque eso era para desequilibrarte todo. Yo leía mucho, un libro que yo tenía, pero eso era para desequilibrarse...* (Cristina_E1, 2013). Elena, también empleaba esta actividad con el mismo fin. Cuando vivía en la casa de acogida y había problemas en la convivencia *no pero, yo me pongo a leer. A mí no me comen la cabeza. Yo estoy leyendo un libro que se llama “Palabras de amor”, para suavizar mi espíritu. Estuve leyendo un libro de Bernabé Tierno, “No te rindas”, me lo leí todito en una semana. He leído, la semana arriba leí, “el arte de no sé qué y no morir en el intento”, no me gustó mucho, pero bueno, y el tiempo que ellas [compañeras de piso] me dejan apartada* (Elena_E1, 2013). En la narrativa de Elena, también aparece una actividad individual y pasiva en su rutina: acostarse a dormir después de tomar la pastilla. Asimismo, estar en casa y ver la televisión es otra de estas actividades. Incluso Elena, califica tener la opción de ver la televisión como una libertad: *la tele es independencia para mí, es libertad* (Elena_E2, 2013). Cristina, explica que esta actividad se produce cuando por el cansancio del día a día *se te cae como un desplome en el cuerpo así, uno dice “bueno ya” y me quedo, para la casa. Y me quedo: uno se acuesta, o se pone a ver una película en la tv, (...)* Así, no gasta energía y puede luego continuar: *Hay que ver esta búsqueda de empleo, hay esto, ¡ay! qué va “no, no, no yo me voy a quedar quieta”. Gasto energía, gasto energía, para acá, para allá, y tú no ves que sale el sol. Déjame coger mi..., déjame coger mi cama. Pasan 2 o 3 días: “bueno, otra vez a la lucha”* (Cristina_E1, 2013).

En cuanto a actividades que se hacen con otras personas, existen distintos ejemplos como hacer cursos o voluntariado. Como recoge la narrativa de Elena, ella hizo un curso de árabe para desconectar de su rutina. En la narrativa de Lucía, la protagonista explica que mientras no tiene trabajo, va todos los días a una entidad a colaborar y hacer actividades con niños y olvidarse: *yo ya te había contado que soy divorciada y eso, y claro el hecho de estar dependiendo de otra persona, otra vez, uff, me pone de malas, sí, no me gusta, no me gusta. . Entonces claro me siento inútil, impotente, que no esté colaborando en nada. Si, y claro vengo aquí y lo pasas bien con mis niños y eso, y enseñándole, y poco, pero claro después llego a la casa y a estar ahí, que no pueda salir, que nada, que veo las ofertas de trabajo y ninguno me calza, y claro, viendo a todo el mundo que lo está pasando muy bien en las vacaciones, y ver que yo no puedo, ¡ahh, no sé!* (Lucía_E2, 2014)

6.1.2.2.6.- Actividades restaurativas

En los relatos de las participantes emergen otro tipo de actividades que hemos denominado restaurativas, por la fuerza que tienen sus efectos en el bienestar de las protagonistas para continuar con su día a día. Algunas de ellas son, por ejemplo, ir a la piscina con sus hijos, como describe la narrativa de María: *¡¡ah!! isí, sí!.. es una manera de desestresarse...de de... estar todos los días en una misma rutina ¿no? Y de estar con ellos, ese poquito tiempo que me queda... compartir con mis hijos... y hablar con ellos... decir qué han hecho en el día, una manera de jugar, más que ser madre también quiero ser su amiga, de ellos.. sí.* (María_E1, 2012). De modo similar, Ana se reserva un rato por la noche para disfrutar de sus hijos: *si llego a casa después de un día agotador, la ducha va por turnos, tratando siempre que sea placentera, integral y completa. Hay que ponerse pijamas cenar y compartir un rato de charla, resumen del día para reforzar aspectos positivos y corregir lo negativo* (Ana_CC, 2014)

Por otro lado, Cristina pasea por la playa por las tardes *como está el calorcito este doy una vuelta por la playa para acá para allá* (Cristina_E1, 2013)

6.1.2.2.7.- Actividades transnacionales

Estar en contacto con la familia que se quedó en sus países (o que está en otros países, como en el caso de Cristina) es otra actividad fundamental del día a día de las protagonistas. Todas, en las medidas de sus posibilidades, buscan la manera de estar conectadas con ellos. Algunas participantes van a locutorios, otras emplean las bibliotecas municipales para conectarse a internet, otras llaman desde casa o incluso escriben cartas. En estas conversaciones, algunas protagonistas ocultan la realidad de la vida que están llevando (total o parcialmente) – pro ejemplo en el caso de Lucía y Elena; y otras sí la cuentan – como hicieron Cristina y Sara-

yo voy a la biblioteca, una hora, diaria, todos los días en la mañana, revisión de correos, (...) hablo con mis hermanitos, mando saludos a mi casa. Mis hermanitos creen que yo les escribo desde mi ordenador. Si supieran que el ordenador lo vendí, un momento de crisis (Elena_E2, 2013).

6.1.2.3.- Mediadores de salud y bienestar: dimensiones intrincadas

En este día a día se pueden contextualizar repercusiones en la salud y el bienestar físico, mental y social.

Las protagonistas comparten quejas sobre las consecuencias del tipo de tareas realizadas y las condiciones de trabajo -como explicaba Lucía en su narrativa trabajan mucho todos los días *como burros*, llegando cansadas: *muy mal, muy mal los huesos de las manos me dolían mucho, mucho, las piernas las sentía bien cansadas, no paraba de darles con agua fría, con agua fría me calmaba un poco y a poco rato, otra vez* (María_E2, 2014). Sara, también explica que *a veces estoy un poco cansada, otras veces me duele el hombro de haber trabajado mucho, a veces me duele el pie, depende del día* (Sara_E1, 2014). También, en el primer grupo de discusión, las participantes asentían cuando una de ellas comentaba: *yo arreglaba cama yo lavo a, yo a la señora ...dice, a cada rato se levanta cada dos horas, una vez se levantó 10 veces. Yo sentía que me iba a desmayar, ya no aguantaba y [al salir del trabajo] tenía que ir [la entidad X], mire que, que desesperación (...) demasiado, y ya siento que me está saliendo sangre de la nariz* (Noelia_GD1, 2013).

Así, las condiciones del trabajo doméstico provocan un gran cansancio, que no es sólo físico. La implicación emocional del cuidado de otros también repercute en su bienestar: *porque te pagan el limpiarles los cristales y te pagan el fregarles los cacharros, pero el cariño que tú le tomas a la persona que cuidas, el acompañamiento psicológico que le das, eso no te lo paga nadie, que te vas con la cabeza como un bombo* (Sofía_GD1, 2013). Al igual que la impotencia y la rabia expresada por las protagonistas: *y claro lo mío era todo llorar, mal, mal* (Sara_E1, 2014).

De modo similar, la "ruta" genera repercusiones en su bienestar físico y mental: *aquí la vida, el día a día aquí, es duro, porque, ¿qué pasa? que la gente se desamina, te voy a explicar por qué, porque como cada día tú haces una gestión distinta, pero ahí un momento que el cuerpo se te desloma un poquito* (Cristina_E1, 2013). La desesperación que sienten las protagonistas, que además suele ser prolongada en el tiempo, también afecta a su bienestar mental y físico: por ejemplo Elena comienza a tener problemas de hipertensión arterial, relacionado con lo emocional -como le explica su médico- y comienza a tomar medicación para relajarse (*demasiado relax para mi cabeza*, Elena_E2, 2013). También Cristina, narra episodios de dolor físico vinculados a dolor emocional: *a mí se me aloja aquí en el pecho, cuando me dicen así que no (...) yo sentí tantas cosas ahí, no sé cómo pudiera explicártelo, no porque aquello me, ¡ahhhh! me puso muy mala, mala internamente, porque son cosas así que tú no las puedes expresar, sabes que están en otro lugar, sabes que no tienes a tu mamá...* (Cristina_E1, 2013). Esta interrelación de lo contextual, lo emocional y lo físico, es expresada por las participantes en más ocasiones: *yo creo que lo principal es lo laboral (...) no es zen, pero medio zen [la actitud a adoptar], porque una persona si no trabaja-yo porque hago mil cosas- pero éstas [compañeras de casa de acogida] que están ahí, se terminan volviendo locas, borrachinas, ¡uh! ¡Dios mío de mi vida! Y si no te deprimes, te hundes, "no hay, no hay, no puedo" ¿Perdona? es que cuando se ponen así yo ni las hablo, empieza... "¿Qué te pasa?" Perdona es que yo lo negativo lo saco de mi vida, yo no.* (Elena, E2_2013) O por ejemplo, cuando la familia de María tuvo que retornar: *Y en ese momento ya tuvieron que marchar. Tuvieron que irse. Para mí fue muy doloroso, muy doloroso, no me entraba por la cabeza. Era otra vez alejarse de mi familia. Tantos años, tanta lucha para hacerlos traer a ellos y se iban como agua de las manos* (María_E2, 2014).

Paralelamente, aunque no se explicita en las narrativas, sí se puede entrever que puede existir hambre o dificultades para una alimentación completa en su día a día (por

ejemplo en la historia de Cristina o en la de otras protagonistas cuando necesitan ir a buscar comida a las entidades).

En el apartado anterior se elabora cómo algunas ocupaciones contribuyen a que las participantes continúen funcionando en su día a día (actividades con otras trabajadoras inmigrantes, actividades para desconectar, actividades restaurativas). Existe otro hilo que atraviesa las historias de las protagonistas y parece clave para continuar este día a día: lo que Ana denominó *espíritu luchador*. Este espíritu luchador está relacionado con la resiliencia de las protagonistas y su capacidad de articular ocupaciones para subsistir. *Ir al ritmo de la vida sin más recursos que mis pies mi espalda y una actitud de superación de lucha por conseguir lo propuesto. Mantengo una filosofía de día productivo y trato de ser positiva tener buen humor aunque muchas veces te vengas abajo* (Ana_D, 2014). Esta lectura positiva de la situación y capacidad de seguir luchando, día a día, es compartida por todas las participantes: *la vida es así, la vida es así, y así, pero bueno, yo pienso que lo que hay que tener es fuerza de voluntad, y pensar que se pueden lograr las cosas, se pueden, si uno quiere* (Elena_E1, 2013) o como explica Cristina en su narrativa, si existe una opción *tú metes el cuerpo* (Cristina_E1, 2013), empujas con fuerza para conseguirlo.

En cuanto al bienestar social (inclusión) las participantes negocian su día a día en un espacio marginal de la sociedad. Las actividades productivas que realizan (empleo doméstico o la "ruta") se corresponden en sí mismas a actividades periféricas de la sociedad. Además, el resto de actividades en las que las protagonistas participan, con algunas excepciones, suelen ser actividades en solitario u ocupaciones colectivas pero siempre realizadas con personas cuya posición social es similar a la de ellas. Así, se podría decir que el espacio de negociación de sus ocupaciones parece estar restringido a este contexto cercano a la línea de pensamiento abismal, pero que parece no poder atravesar: un espacio "del otro lado".

Para finalizar, es necesario clarificar que, como se muestra en este apartado, la separación entre lo físico, lo mental y lo social, es meramente organizativa, puesto que en las historias de las participantes estas dimensiones son inextricables. María lo ilustra con este ejemplo: *venir de tan lejos a trabajar y a ver tanta cosa, tanto sufrimiento yo no lo veía justo y ponía en una balanza, mi familia ponía, me ponía yo, y si valía la pena trabajar, si el dinero lo era todo, ¿y mi salud? nadie sabe por las noche cuando duermo me duelen los huesos de las manos, las piernas y aguanto así en silencio, aguanto, a ver*

si tal vez mi familia no sabe, o quizás no valoran y tú, a veces me siento sola
...(María_E2, 2014).

6.2.- Propuestas de acción (Agenda)

En este apartado recojo los resultados del segundo grupo de discusión, en el que se empleó la técnica Metaplan para, de modo participativo, identificar prioridades de acción y generar consenso sobre acciones colaborativas a llevar a cabo para mejorar el día a día de las propias protagonistas. Para ello, en un primer subapartado se explican los “retos del día a día a superar”, así como la priorización de aquellos retos que es necesario “atacar” primero. Posteriormente, en un segundo subapartado se resumen las “posibles fórmulas para mejorar el diario vivir”. Con esto finalizan los resultados de este estudio.

6.2.1.- “Retos del día a día a superar”

Este apartado recoge la construcción individual y colectiva de los retos con los que tienen que vivir en el día a día las participantes de este estudio, así como aquellos retos prioritarios que deben ser abordados para mejorar el día a día (tabla 6.1). Asimismo la figura 6.1 recoge el resultado final del trabajo. Las participantes del grupo hicieron hincapié en que para entender estos resultados es necesario contemplar los temas como un todo interrelacionado. Es decir, aunque se presenten en compartimentos, los temas no están separados sino que unos están vinculados con los otros. Así, explican que, por ejemplo, no tener con quien dejar a los niños (tema “dificultades afectivas”) va a repercutir en que puedan o no puedan trabajar (tema dificultades laborales y pocos recursos). Del mismo modo, las protagonistas señalan que todos los retos de un modo u otro van a afectar la autoestima (aunque este ítem no esté recogido en todos los temas).



Figura 6.1. Resultados panel 1 Metaplan: *Retos del día a día a superar*
Fuente: Elaboración propia

Tabla 6.1

Resultados panel 1 "Retos del día a día a superar"

RETOS DEL DÍA A DÍA A SUPERAR	Tema	Respuestas individuales	Construcción conjunta	Discusión	Priorización
		De tener mi sustento económico	Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> Reflexión grupal sobre el título del tema: Elena: <i>Las dificultades te mandan al cansancio, y a la incertidumbre, a la incomprensión, a la autoestima baja...</i> Ana: <i>Porque con aquello puedes vivir, ¿sabes?, vivir. Con aquello a cuestras puedes ir al supermercado (...)</i> María: <i>Diariamente.</i> 	10
	Dificultades laborales y pocos recursos	Ofertas de trabajo escasas o paupérrimas condiciones	Incomprensión de parte de compañeros	<ul style="list-style-type: none"> Facilitadora: <i>Baja autoestima, (be happy), y eso: ¿tiene que ver con la familia, que no tener la familia influye para bajar la autoestima o...?</i> Ana: <i>Por el medio de esas dos cosas.</i> Lucía: <i>Es que en lo del trabajo, en los horarios de familia, lo de los amigos, en todo [influye en bajar autoestima].</i> 	
	Los trabajos no estimulan y decepcionan		Nutricionista vida sana	<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>en paupérrimas condiciones... ¿Sabes lo que me dijo mi hijo? Me dijo "es que los trabajos que tú tienes, los tienes, porque no los quiere nadie" (risas del grupo).</i> Elena: <i>Y mi hija me dijo "Mamá, tanto que estudiaste....tanto que estudiaste... para esto" me dice la nena, y yo "para que tú veas", y ahora me apunté para aprender inglés</i> María: <i>No vale tu estudio, aparte de eso que... que ni los españoles tienen buen trabajo</i> Lucía: <i>Porque eso que no se valora, no se valora</i> Ana: <i>es mejor que no demuestres que sabes. Porque, porque yo te digo, que yo he perdido trabajos por... porque soy muy lista. Porque por ejemplo, yo, cuando me he comportado como tonta he durado muchísimo [tiempo] en los trabajos.</i> Lucía: <i>O porque eres muy trabajadora... también (...) yo trabajo por ejemplo, de (..) en mi país estoy acostumbrada a trabajar, trabajar, trabajar, y aquí claro como que sacan un poquito las vueltas que yo trabaje con las niñas que estoy, entonces si yo hago de más... ¡ya les parece mal!, claro porque yo (...)</i> Facilitadora: <i>¿Sí? ¿A qué te refieres con que le parece mal?</i> Lucía: <i>Se molestan porque dicen que "por qué haces tú eso, si yo no lo hago" y... claro, si tú lo haces después (...) el jefe [les pide] que lo hagan.</i> Facilitadora: <i>Las compañeras se molestan porque tú... ¿destacas?...</i> Lucía: <i>Por tener iniciativa.</i> Elena: <i>Ya hija, yo también he pasado por eso.</i> 	
	De tener una vida digna			<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>Ah, por ejemplo esto que cuando tienes escasos recursos, yo creo que debería haber, una asesora con respecto a la nutrición y a la vida sana (...). Por ejemplo, hay veces que tienes pocos recursos pero tú quieres que tus hijos y que tú misma estéis bien alimentados, claro, vas al supermercado, tienes 10 euros, entonces compras san jacobos... patatas fritas... y tal, tendría que haber alguien que te dijera mira tú con</i> 	

				<p>esos 10 euros podrías comprar tantas cosas y tus hijos estarían bien alimentados igual con un poquito de dinero.</p> <p>María: Ah, debería de haber algo así, por decirte un almacén que esté económico para gente que necesita o que tiene familia...</p> <p>Ana: Que no pague marca, que no paguen nada...</p> <p>María: ...creo que hay algo de eso ¿no?, creo que hay eso ¿no?, en alguna ONG, que te dan cursos por un...</p> <ul style="list-style-type: none"> [sobre la vida digna] Ana: [No tener recursos] hace eso la seguridad de ir al médico, a la educación, a la... inclusive a las actividades del recreo, para los niños... y para nosotros. 	
Dificultades afectivas	El abrazo de la familia y amigos...contacto	Baja autoestima. Be happy...		<ul style="list-style-type: none"> Ana: Yo por ejemplo, hay gente que sabe que... eres [de este país] y que tienes tiempo aquí, ¿por qué? Porque ya no te maquillas... (...), quiere decir las [de mi país] somos siempre presumidas, siempre nos arreglamos, así sea para ir a comprar, el periódico siempre estamos todas arregladitas, pero si llevas tiempo aquí y ya no lo haces. María: Debe ser porque uno se baja la moral y... bueno muchos aspectos también. Cuando uno está contenta o feliz, de por sí tu autoestima también sube, o que estás en buena situación que... y como que te arreglas, te maquillas... pero, por decirte con tu esposo estás pasando cosas bien difíciles no te dan ganas ni de arreglarte... de nada uno se va a poner- por muchas situaciones-... pero el estar uno de que está... contento o alegre como que anima, te dan ganas de arreglarte y todo. Ana: Ehh... no hay espacios culturales ni eventos folclóricos, o sea, de cada una de las culturas para mí...son como... inexistentes. Facilitadora: ¿Y eso tiene que ver con la manera de... con tu familia? Ana: Como lo puse ahí... con el colectivo. Facilitadora: Espacios culturales y eventos folclóricos, pero eso ¿tiene que ver...? No lo estoy entendiendo, ¿perdóname, con el que falta la familia... ¿y entonces esto es importante o tiene que ver no es fácil hacer amigos y esto te ayudaría? Ana: Como por ahí. Facilitadora: Como por ahí, ¿todas de acuerdo? Todas: Sí, sí. Lucía: Creo que sí, yo creo que también allí influye mucho la... el autoestima. Ana: Como mujeres estamos anuladas. Ana: Sí, al no tener un sitio donde tener a [mi hija] donde tener al niño, es lo que no me deja trabajar... 	5
	Lo lejos que está mi familia hace que me sienta desanimada y falta de estímulo				
	Soledad por no tener familiares aquí				
	No es fácil hacer amig@s lo que falta de apoyo y poca solidaridad	Espacios culturales, eventos folclóricos			
	Necesito ser escuchada en todas mis inquietudes como mujer				
	Comprendida como madre	Comprendida también como esposa			
Si tienes hijos no existen centros adaptados a tus necesidades					

Problemas lingüísticos, falta de conocimiento del contexto	La lengua materna, las barreras del idioma	Trámites y papeleos (Asesorías)	<ul style="list-style-type: none"> Elena: <i>Sí, yo lo tenía como segundo punto, que dije si se desconoce el idioma, estás confundida, claro porque te dicen una cosa y para ti... es otra (...)</i> Ana: <i>A mí me pasa todos los días, con todo lo del colegio (.....) yo no sé cómo me las apaño pero yo siempre leo otra cosa que no iba de...</i> María: <i>Es que hay una cosa que hay que tomar en cuenta que siempre cuando vas a una oficina o a una organización, los papeles están en gallego, entonces tenemos un poco de dificultad para llenar los formularios.</i> 	3
	Si se desconoce el idioma, estás confundida	Falta de información Incentivar a todas las mujeres en diferentes aspectos Idiosincrasia	<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>A pesar de que hablas lengua Español yo te apuesto que tú en tu país nunca escuchaste la palabra empadronamiento, por ejemplo...o sea hay términos que son de aquí y que... no tienen por qué saberlos así que llegues. O sea que deberían, primero, los funcionarios tener un poco de paciencia... y... haber alguna asesoría, algún sitio al podamos ir que nos diga estos significa esto, se hace por esto, por esto, por esto, con un poco de paciencia, que el problema es que no lo sabemos.</i> Facilitadora: <i>Falta conocimiento, de contexto no, en concreto como van las cosas aquí y que ...</i> Ana: <i>Idiosincrasia, que esa palabra me gustó.</i> Facilitadora: <i>idiosincrasia, pero ¿son problemas de idiosincrasia o...?</i> Ana: <i>claro porque, por ejemplo nosotros que somos más informales para todo, y allí todo tiene (...)</i> <i>tenemos que hacemos a eso porque además a mí me gusta, a mí me gusta que todo tenga un orden.</i> 	
Racismo	Racismo por no ser de este país	El colectivo inmigrante latino está etiquetado	<ul style="list-style-type: none"> Facilitadora: <i>Racismo por no ser de este país, falta de oportunidades que ya te encasillan para lo que sirves, ¿alguien quiere añadir algo más aquí?</i> Ana: <i>(...) sí que lo puse, a pesar de tener la cualificación necesaria, sí.</i> Facilitadora: <i>Entonces, aquí, sobre el racismo, ¿alguien quiere añadir algo más? Lucía: Incomprensión por parte de compañeras de trabajo...</i> Ana: <i>No, y aparte de eso, del prototipo latino, si eres sudamericana, vales para una sola cosa...</i> Lucía: <i>Este que yo tenía, el colectivo inmigrante latino está etiquetado.</i> Facilitadora: <i>Etiquetado.</i> Ana: <i>Los latinos, los latinos, son todos borrachos y... tal, y las latinas son todas para otra cosa...</i> Facilitadora: <i>¿Para qué?</i> Ana: <i>Son todas, todas las latinas son...</i> Lucía: <i>¡pilinguis!</i> 	0
	Falta de oportunidades por el hecho de ser de otro país, no te valoran por lo que puedas dar porque ya te han etiquetado para lo que sirves	Solo vales para prostitución	<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>(...) o que no le ganes, si tú vas a trabajar para una casa, y tienes que, que aguantar, o sea, si te toca estar con el señor... ¡uff! ¡Dios mío! (...) en volver.</i> María: <i>A eso también un caso de que... por decirte, la chica que está trabajando es guapa... y tal</i> Ana: <i>O aunque no lo seas, porque fíjate aunque vayas sin peinarte y el uniforme te quede grande, el tipo siempre te va a querer echar la mano a la nalga.</i> 	

	Aceptación	Respetar mis decisiones y sobre todo mi vida espiritual/ valores	Carecemos de terapias. Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>Por ejemplo, este tipo de trabajos [la sesión de Metaplan] te ayuda a ver las cosas de otra forma... (y se relaciona con autoestima, que atraviesa todos los temas) Por ejemplo en esto de respetar mis decisiones y sobre todo mi vida espiritual... de esto tengo yo un caso súper cercano, yo tenía una compañera de trabajo que era evangélica y en la casa donde trabajábamos se metían constantemente con ella, porque eran católicos, claro, entonces estaban siempre...sí, pero burlándose de ella, las dos hijas de esta chica. Y luego, ya no te digo cómo se meten con la gente que tiene otra religión, por ejemplo los santeros.</i> Lucía: <i>Yo ...eso está conectado con el racismo, pero...</i> María: <i>Racismo en la parte religiosa.</i> Ana: <i>No siempre puede ser religiosa, no , sino que una persona como es, lo que piensa,</i> Lucía: <i>Y sus valores, costumbres, sus creencias.</i> María: <i>Porque la parte espiritual, la parte espiritual es muy importante en una persona, si tú espiritualmente estás bien, materialmente también lo estás, o sea, te ayuda mucho ¿sabes?</i> Elena: <i>o sea eres mejor.</i> María: <i>Sí, claro si por dentro es como si el alma estuviera bien, inmediatamente también en los rostros se refleja también, pero si estas mal por dentro espiritualmente dañada, pues por fuera también lo demuestras eso.</i> 	0
	Incertidumbre	<p>Cansancio mental. Estar pensando constantemente en cuál es la mejor opción para seguir adelante</p> <p>Incertidumbre por tener miedo a lo que vendrá más adelante</p> <p>Desconocimiento geográfico, puede ser conveniente mudarse o quedarse en este sitio. Qué hay en otras fronteras?</p>		<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>Tenemos el cansancio mental de la incertidumbre de buscar esa mejor, que nunca se sabe cuál es la mejor opción, ¡eh! que incluso puede ser irse a otro lugar.</i> Ana: <i>Pues eso es... a futuro, eso está latente en tu mente más duermes, te despiertas por la mañana... y sigues siendo inquietudes. Eso serían inquietudes.</i> 	0

Fuente: Elaboración propia

6.2.2.- “Posibles fórmulas para mejorar el diario vivir”

Este apartado recoge la construcción colectiva (Figura 6.2) de las alternativas consensuadas por las participantes para abordar los tres retos prioritarios, seleccionados en la etapa anterior, para mejorar el diario vivir. Estas son posibles fórmulas cuya elaboración está recogida en la tabla 6.2. Las protagonistas expresaron y reflexionaron sobre la posibilidad de que existan muchas otras alternativas. Sin embargo desde su experiencia éstas (Tabla 6.2) parecen claves para que su día a día mejore, y en última instancia se promueva la salud.

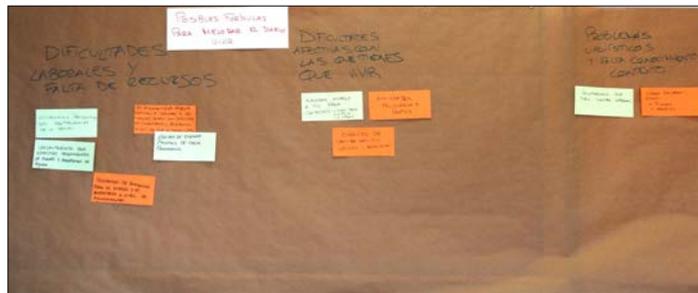


Figura 6.2. Fotografía resultado panel 2 Metaplan: *Posibles fórmulas para mejorar el diario vivir*
Fuente: Elaboración propia

Tabla 6.2

Resultados panel 2 Metaplan: "Posibles fórmulas para mejorar el diario vivir"

POSIBLES FÓRMULAS PARA MEJORAR EL DIARIO VIVIR	Prioridades	Logrables	Explicación	Difícultas	Explicación
	Dificultades laborales y pocos recursos	<p>Itinerarios personalizados de los profesionales de lo social</p>	<ul style="list-style-type: none"> Lucía: <i>Eso de que, cuando vas a la asistente social te dice, ¿no? "tienes este recurso o el otro", pero no se da cuenta que si ella, tuviera (...) por ejemplo una integradora social o algo que en cada caso vaya viendo cuáles son las necesidades específicas porque allí claro te ven y te dicen "no tienes trabajo de esto pero te vamos mandar a trabajar de empleada doméstica", por ejemplo. Pero si, aparte de eso la persona tiene problemas con la lengua y todo eso...que no sé, que ellas mismas traten de cómo guiarnos para ir a ciertos lugares donde les puedan ayudar</i> Ana: <i>Crear un perfil, porque nosotras por ejemplo, somos estas cuatro mujeres vamos por ejemplo, a los servicios sociales de (...) por ejemplo, que es donde vivo yo, tenían que tener un plan distinto para ella, un plan distinto para ella, un plan distinto para ella, un plan distinto para mí, no metemos, como me hacen a mí, que nos meten a 50 en el (...) a hacer un curso, que a mí me meten con alguien que nunca ha encendido un ordenador, o con alguien que no tiene ni siquiera un email, o sea que te meten a hacer (...) meses y meses y meses</i> 	<p>El ayuntamiento debería emplear a jornadas a las madres, padres con dificultades (maltratos, desahucios, solas) ya que sí tiene cómo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Elena: <i>Pues yo pienso que el ayuntamiento debería emplear a jornadas a las madres/ padres, que ya van ..., con dificultades, por maltrato, por desahucio, que si a madres solas, porque ellos si tienen como hacerlo, sabes, yo pienso que el ayuntamiento, porque yo tuve un programa en el ayuntamiento hace muchos años, y si lo hay sabes, que contraten una mujer dos horas diarias en un sitios, sabes, sería una solución para ellas, y tienen personal, tienen, sabes, yo pienso que es una solución</i> Elena: <i>Yo creo que el ayuntamiento es el responsable del desempleo, (.....) y que contraten dos horas, son casi 400€ eh! y eso</i>
<p>Voluntariado que efectúe seguimientos de planes y programas de ayuda</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>Y no sé qué tiene ¿no?, pero esto es una cosa lograble, la otra cosa lograble es, que existiera un voluntariado que efectúe seguimientos de planes y programa de ayuda y asesoramiento, por ejemplo, si yo, yo he trabajado con jueces, he trabajado inclusive con asistentes sociales, entonces yo sé que en todos esos chalets hay gente profesionalmente preparada, gente que trabaja aquí, allá, y más allá, "yo trabajo en la fiscalía yo trabajo en el menor, yo trabajo en tal", es que esta gente que tanto sabe, podría donar de sus de los 7 días de la semana, y de las 24 horas que tiene cada día, podría donar una hora voluntaria el que pudiera, a asesorar o a seguir, "fulanita ¿cómo estás tú?, ¿cómo sigues tú? ¿qué estás haciendo ahora? ¿cómo va aquel trámite que estabas haciendo tal?" Porque lo conocen, te oyen hablando de eso, y después dicen [para ellos mismos] "está más perdida que la mamá de Marco".</i> 	<p>Programas de formación para el empleo y el autoempleo a nivel de ayuntamientos</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>Hacer un programa de formación para el empleo y el autoempleo también porque yo hice mil cursos de empleo, pero de autoempleo ninguno, a nivel de ayuntamiento porque los hay, de verdad que los hay.</i> Facilitadora: <i>Cuando hablas de autoempleo, ¿a qué te refieres?</i> Ana: <i>A que te enseñen a volverte autónomo [autoempleo], a que te enseñen a montar tu propio negocio</i> Elena: <i>Sobre eso está la fundación [X] ahora mismo tienes el curso abierto para él, esta semana o la que viene.</i> Facilitadora: <i>Antes decíais ¿no? que estáis encasilladas o que os encasillan rápido. Ese autoempleo, hacia qué campo serio, sería, ¿no?, ¿seguimos en el mismo ámbito?</i> Ana: <i>Yo realmente aprendí que yo no puedo aspirar a otra cosa aquí, que no sea limpiar casa, ya lo aprendí, ya.</i> María: <i>Te has mentalizado.</i> 		

		<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>Deberían haber bolsas de empleo propias de cada parroquia, porque no puede ser que yo viva en (el ayuntamiento X...) y que venga gente del ayuntamiento [Y] de [Z], de [A] a trabajar en los chalets de [X]. No puede ser, porque, a ver, gente de [X] que está buscando trabajo y que nos vendría muy bien trabajar en la zona, y que yo tengo que ir a trabajar a [Z], voy en mi coche y las vienen a [X] se mueven su coche y yo cojo mi coche para ir para allá [lo que implica un gasto], cuando...</i> Elena.- <i>Es culpa del ayuntamiento</i> 		<p>Elena: <i>¡Ay! yo no.</i> Ana: <i>Estoy en otra etapa de mi vida, tener aspiraciones grandes, me hizo caer grande también, pero bueno...</i></p> <ul style="list-style-type: none"> María: <i>Es que la realidad también, de las grandes realidades es que no hay trabajo ni para los mismos españoles, o sea que eso es fuerte, los mismos españoles teniendo una buena profesión han emigrado en todo lado están. Entonces es la realidad, por eso que la amiga como que se ha hecho esa mentalidad que "hasta aquí", porque no... y eso es la realidad, pero bueno habría alternativas ¿no?, habría que buscar por decir, tú quieres montar un negocio pues ¿dónde?, por decirte, hay turistas o hay un lugar donde hay gente y (.....) y España según lo que sé, como decía ella, de que hay incentivos donde te ayudan.</i>
Dificultades afectivas	Mejorar el acceso a las TIC para conectar con todo, la familia y otros	<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>Bueno yo por ejemplo en mi ayuntamiento que hay 50 ordenadores y (...) internet, no hay ninguno con cámara y luego busca este email, cuando está abierto yo no tengo tiempo, cuando tengo tiempo está cerrado</i> Facilitadora: <i>Y eso está relacionado con lo afectivo... ¿cómo?</i> Elena: <i>Con la comunicación</i> Ana: <i>Sí, porque yo no me puedo pagar un wifi, ni un adsl, yo no me lo puedo pagar, entonces yo sé que en la casa de la cultura tienes 50 ordenadores y que tiene una súper aula, que abre de lunes a viernes de 10:00 a 12:00 y que para estar allí tienes que sacarte un carnet, que tienes que tener NIE, que tienes que tener empleo, que tienes...con lo cual es lo mismo que me pide Movistar. Si pudiera sacarme el carnet, pudiera tenerlo en casa, y por eso no hago uso de esa ciberaula</i> Ana: <i>[Ese acceso a las TIC serviría] para todo, porque si yo pudiera ir a la ciberaula, un domingo en la tarde por ejemplo o sábado en la tarde cuando lo tengo libre, yo con, haría una video llamada a mi casa. Le miré aunque sea la cara a mi madre, buscaría trabajo, buscaría un coche para comprar</i> 	Actividades folclóricas propias	<ul style="list-style-type: none"> María: <i>puede haber algo, porque se unen en grupos y como hay un dicho que dice, por voz como que consigues trabajo, no, te ayuda, porque aparte que te incentiva en la situación en cuanto a baile, danza, cultura y tal</i> Ana: <i>al menos para sentirte un ratito en tu mundo, un ratito... (...) es naranja [dificultosa] (...) porque todo lo que implique que hay que poner un duro [euros] ya...porque tú por ejemplo, vas a alquilar un sitio por 50 € cada uno, ya no te van.</i> Elena.- <i>es mucho dinero, salen corriendo.</i>
			Espacios de conversación latinos-españoles	<ul style="list-style-type: none"> Lucía: <i>grupos de conversación, a lo mejor, grupos de encuentro...</i> Facilitadora: <i>grupos de encuentro: ¿de quién?</i> Elena: <i>de mujeres, de latinos.</i> Ana: <i>(...) está con uno colombiano, como no dominicano, dominicana, enténdase estoy hablando de colectivo, no de que seamos hombres y mujeres, a mí no me importaría compartir con unos cubanos, ¿entiendes? ¿sabes? que sean espacios donde hayan latinos, que la (...)sientan, lo mismo que nosotros, no tiene que ser de [sólo una nacionalidad]</i> Facilitadora: <i>Que le llamabas tú espacios de conversación donde hablar con gente que ha pasado lo mismo, que entienda esa [situación], y una pregunta, ¿ahí entraría gente española o)</i> Ana: <i>¡Sí! ¿por qué no?</i> Elena: <i>es que a los españoles les gusta mucho lo latino</i> Ana: <i>Y hay gente súper, mira que te tratan súper estupendamente y son españoles, españolas. Mi, mi... yo tengo una amiga que es española, le encanta lo latino y se adapta súper a nuestras cosas te cuento que tener un</i>

					<p>espacio de esos sería una de nosotros.</p> <ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>naranja [difícultosa] porque hace falta recursos (...) no puedo hacer un espacio de conversación donde necesito un sitio, yo le digo al ayuntamiento préstame la casa de la cultura que voy a dar un espacio latino ufl me... (risas del grupo).</i> <p>Lucía: <i>"Vienen a robar" (risas del grupo)</i></p> <p>María: <i>La música, de la bebida, de cómo son las cosas..</i></p> <p>Facilitadora: <i>Entonces ponemos, "espacios de conversación latinos/ españoles" pero ¿estáis siempre hablando de que sean cosas latinas?</i></p> <p>Ana: <i>Mayormente, porque por ejemplo, yo ya tengo que cada día, yo ya hago caldo gallego, hago callos ¿entiendes?</i></p>
Problemas lingüísticos, falta de conocimiento del contexto	Voluntariado que dé clases informales	<ul style="list-style-type: none"> Ana: <i>Pero vamos a ver, pero si una señora de estas que hacen ganchillo, que hacen tal, que hablan gallego, podrían enseñarnos gallego.</i> 	Cursos de gallego a nivel administración: más plazas, más horarios	<ul style="list-style-type: none"> María: <i>Capacitarse ¿no?, estúdialo, sobre eso que haya cursos, sobre idiomas, más que todo del gallego, porque eso nos ayuda también a conseguir...</i> <p>Lucía: <i>Es que también es lo que pasa, que son limitadas las clases por el INEM, porque cuando hice el curso de gallego , por ejemplo 20 personas y más de 20 personas que quieren aprender</i></p>	

Fuente: Elaboración propia

Capítulo 7. Discusión y Conclusiones

En este capítulo se discuten los resultados de la investigación y se elaboran las conclusiones del estudio.

En el primer apartado, la discusión, me centro en los temas ocupacionales transversales, generados a partir de las historias ocupacionales, y la *Agenda* propuesta por las participantes, discutidos primordialmente en relación a la literatura del ámbito de la TO y CO, empleando la perspectiva teórica desarrollada a lo largo de los capítulos 3, 4 y 5. Asimismo, señalo posibles contribuciones de este estudio para el empoderamiento de la TO y CO crítica. Finalmente se articulan las limitaciones y fortalezas de la investigación desarrollada.

En el segundo apartado se presentan las conclusiones del estudio, así como se desarrolla lo que considero, podrían ser algunas de las futuras líneas de investigación y trabajo de la TO/CO en este ámbito, tanto en el escenario internacional como en el nacional.

7.1.- Discusión

El propósito de este estudio fue *entender las experiencias de participación cotidiana en ocupaciones de mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad; así como identificar los mediadores de salud y bienestar para vislumbrar una acción colaborativa de promoción de la salud* (capítulo 4). Planteé este objetivo desde una armazón teórica que permitiese profundizar y comprender mejor situaciones donde los derechos ocupacionales y el bienestar (físico, mental y social) se viesen amenazados, para que en última instancia, esta investigación pudiese contribuir a una TO/ CO comprometida con la transformación social.

Por ello, en este apartado busco relacionar los resultados de este estudio con las investigaciones abordadas en la revisión de la literatura, desde el posicionamiento crítico empleado en este trabajo. Asimismo, se dialoga con la literatura de la TO/CO para señalar las contribuciones de esta investigación en la construcción de una disciplina y una profesión crítica y empoderadora.

7.1.1.- Dialogando con la literatura

Para contextualizar este diálogo, voy a comenzar enumerando los resultados del estudio y avanzando los acuerdos y desacuerdos que éstos generan con la literatura. Articularé estos acuerdos y desacuerdos en los apartados 7.1.1.1 y 7.1.1.2 respectivamente.

Es necesario recordar que el tema global construido a partir de las historias ocupacionales de las protagonistas es “la lucha diaria a través de las ocupaciones-*occupational struggles*”, que se caracteriza por 1) trayectorias y experiencias vitales compartidas (movilidad descendente, violencia de género y “ya no es como antes”: la crisis socioeconómica española); 2) la lucha diaria: conjugando ocupaciones para sobrevivir (orquestando ocupaciones: un encaje fluido; trabajar en el servicio doméstico, ruta de supervivencia como ocupación, actividades con otras trabajadoras inmigrantes, actividades para desconectar, actividades restaurativas y actividades transnacionales); y 3) los mediadores de salud y bienestar: dimensiones intrincadas.

Asimismo, la *Agenda* propuesta por las participantes analiza los 1) “retos del día a día a superar” para proponer 2) las “posibles fórmulas para mejorar el diario vivir”.

A modo general, los resultados de este estudio apoyan lo construido en investigaciones previas sobre la participación en ocupaciones tras migrar. En concreto, existen similitudes en la movilidad descendente vivida por las protagonistas, la complejidad del día a día, el impacto de todo ello en la salud y el bienestar así como la participación en ciertas actividades para navegar la dureza del día a día. Estas similitudes nos hacen pensar en contextos de Sur Global cuando, en los estudios abordados, se aproxima la participación en ocupaciones tras migrar (ver apartado 7.1.1.1.).

Sin embargo, esta tesis doctoral aporta matices o elementos, que desde lo mejor de nuestro conocimiento, no han sido abordados en las investigaciones de TO o CO que aproximan la realidad de las personas inmigrantes. Por ejemplo: la renegociación de ocupaciones en el contexto de crisis socioeconómica en España (incluyendo la volatilidad del contexto y la incertidumbre), la negociación de la violencia estructural en las ocupaciones diarias (violencia de género, como trabajadoras y como inmigrantes), la conjugación de la lucha ocupacional y la presencia de dificultades para el desempeño ocupacional no visibilizadas, como el idioma gallego en una comunidad autónoma bilingüe.

7.1.1.1.- ¿Participando en ocupaciones en el Sur Global?

Los resultados de este trabajo resuenan y apoyan los de otras investigaciones realizadas en distintos contextos como Suiza, Canadá, Estados Unidos o Nueva Zelanda, entre otros.

Por un lado, este estudio informa sobre el proceso de movilidad descendente, tanto laboral como social, que las protagonistas vivieron tras la migración. Estos resultados se alinean con las situaciones reportadas en otras investigaciones (Bennett et al., 2012; Dyck, 1993; Heigl et al., 2011; Martins & Reid, 2007; Suto, 2009). Por ejemplo, la investigación de Mpofo & Hocking (2013) informa de que las personas procedentes de países de habla no inglesa, al migrar a Nueva Zelanda, se enfrentan a múltiples barreras para la homologación de sus credenciales como profesionales sanitarios (médicos, odontólogos, fisioterapeutas, etc.), lo que implica que acaben trabajando en puestos por debajo de sus habilidades (p. ej.: taxista). De forma similar mujeres que habían completado su educación terciaria en sus países de origen (Filipinas, México, Guatemala, Ucrania, Taiwán, etc.) donde ejercían sus profesiones (psicología, trabajo

social o ingeniería) vivieron un proceso similar al emigrar a Canadá, donde algunas de las 14 participantes estaban desempleadas o trabajaban en puestos por debajo de su calificación (p. ej.: repartiendo periódicos o haciendo seminarios de desarrollo personal). También, los participantes procedentes de Albania, que habían emigrado a Suiza, tenían mejores preparaciones que las requeridas para desempeñar sus trabajos mecánicos o técnicos en Zúrich (p. ej.: jardinería, servicios de limpieza o construcción) (Heigl et al., 2011).

La complejidad para orquestar el repertorio ocupacional (“orquestando ocupaciones: un encaje fluido”) descrita en el presente estudio, también confirma investigaciones previas. La movilidad descendente tras la migración, la falta de una red de apoyo (p. ej.: la familia extensa) y especialmente la división de ocupaciones por género en las familias (p. ej.: las mujeres como responsables del cuidado de los hijos y la casa) impacta en la negociación de ocupaciones cotidianas generando una gran complejidad (Dyck, 1993; Martins & Reid, 2007; Nayar et al., 2012; Suto, 2009, 2013). Así, los estudios de Suto (2009, 2013) reportan que mujeres inmigrantes, con educación superior, en Canadá, en el nuevo contexto se encargan de lo relacionado con cocinar, limpiar o cuidar a sus hijos, además de participar en actividades para el asentamiento o trabajar a tiempo parcial (quienes no están desempleadas) lo que genera estrés en su cotidianeidad. De forma similar, en Nueva Zelanda (Nayar et al., 2012), la falta de apoyo y la necesidad de encontrar un empleo obliga a las mujeres participantes a adaptarse a las ocupaciones disponibles. Esto parece no ser un fenómeno reciente. Hace más de 20 años Dyck (1993) reportaba las dificultades que encontraban las mujeres inmigrantes para conciliar empleos de bajo estatus o precarios con el cuidado de los hijos en un contexto de división por géneros de las responsabilidades familiares.

La participación en ocupaciones productivas relacionadas con el empleo precario en contextos de vulnerabilidad impacta en la salud y el bienestar de las personas inmigrantes de forma similar. Las protagonistas de este estudio se sienten explotadas, humilladas, con impotencia y rabia por las condiciones de los empleos, así como por la situación que las obliga a aceptarlos: como por ejemplo situaciones administrativas irregulares, la falta de homologación de los estudios o la imposibilidad de acceder a otros trabajos por discriminación, entre otros. Estas percepciones de explotación y su subsecuente impacto en la salud mental de las personas inmigrantes, ya ha sido recogido en la literatura (Adrian, 2013; Bailliard, 2013a; Heigl et al., 2011; Mpofo & Hocking, 2013; Peralta-Catipon, 2009, 2012; Rivas-Quarneti, et al., 2013; Santiago-

Lista et al., 2014; Suto, 2009). Por ejemplo, en el estudio de Bailliard (2013a) se informa de las situaciones de injusticia ocupacional que viven inmigrantes latinoamericanos indocumentados en Estados Unidos, entre las que se encuentran las situaciones de explotación en el trabajo, acentuadas por la recesión económica (p. ej: más carga de trabajo por menos dinero, y la amenaza constante de que otros querrán el trabajo si la persona pone límites). Esto repercute en la salud mental de los inmigrantes que explican situaciones en las que sienten perder su dignidad o que explican que estos trabajos son “esclavitud psicológica” (Bailliard, 2013a, p. 350). De forma similar, profesionales sanitarios trabajando en empleos de menor cualificación reportan consecuencias emocionales negativas al no poder participar en ocupaciones significativas, como por ejemplo decepción, frustración o desesperanza (Mpofu & Hocking, 2013). También el estudio de Heigl et al. (2011) deja entrever esta frustración al desempeñar trabajos de bajo status, a los que se han resignado con la esperanza de que contribuyan a generar un futuro mejor a sus hijos. Esta esperanza también está presente en las historias ocupacionales de algunas de las protagonistas como por ejemplo María.

Paralelamente a estas experiencias de participación cotidiana en ocupaciones, los resultados de esta tesis doctoral ilustran cómo las protagonistas participan en algunas ocupaciones que las ayudan a navegar esta dureza. Una de ellas es encontrarse con otras mujeres inmigrantes con las que comparten valores y experiencias. Este tipo de actividades, en las que las personas inmigrantes participan con otras personas inmigrantes (del mismo país de origen o diferente) están ampliamente recogidas en la literatura de la CO (Dyck, 1993; Farias & Asaba, 2013; Heigl et al., 2011; Martins & Reid, 2007; Nayar & Sterling, 2013; Peralta-Catipon, 2009, 2012; Santos-Tavares & Thorén-Jönsson, 2013). En algunas investigaciones, estas actividades compartidas son un espacio donde desempeñar ocupaciones como si estuvieran en su comunidad de origen (ver, por ejemplo, Peralta-Catipon, 2009, 2012). Otras veces sirven para mantener valores y tradiciones (ver, por ejemplo, Farias & Asaba, 2013). Ambos ejemplos sirven para tender puentes en los cambios identitarios vividos tras la migración. También participar en este tipo de actividades, contribuye a ganar confort en un contexto donde desempeñar ocupaciones es desafiante, puesto que se desconoce el contexto y normas implícitas del nuevo entorno (ver, por ejemplo, Nayar & Sterling, 2013). En otras ocasiones estas actividades proveen del soporte emocional y logístico necesario en un día a día complejo (Dyck, 1993). Así, los resultados de esta investigación apoyan los

resultados previos, en tanto en cuanto en ellos se identifican elementos similares como el apoyo emocional y logístico o incluso, como recoge la Agenda de las protagonistas, quieren generar un espacio en el que realizar actividades folclóricas para “al menos para sentirte un ratito en tu mundo, un ratito...”(Ana_M, 2015).

Otra de las actividades en las que las participantes de este estudio desempeñan habitualmente son las actividades transnacionales. Las protagonistas conectan, o intentan conectar, a través de internet, teléfono o carta con sus familias en origen. Este tipo de actividades también forman parte de la cotidianeidad de otras personas inmigrantes (Krishnagiri et al., 2013; Suto, 2013). Por ejemplo algunas personas mayores procedentes del Sur de Asia que inmigraron a Estados Unidos, todos los días buscan un tiempo para conectar con sus países de origen (familia, amigos, noticias, etc.) (Krishnagiri et al., 2013).

A pesar de las diferencias en los contextos geográficos en los que las investigaciones han tenido lugar, las similitudes entre la participación en ocupaciones cotidianas de las personas que han inmigrado nos hace reflexionar sobre el Sur global. Recordando las palabras del Boaventura de Sousa Santos “El sur global no es entonces un concepto geográfico (...) es más bien una metáfora del sufrimiento humano causado por el capitalismo y el colonialismo y de la resistencia para superarlo o minimizarlo” (Santos, 2011, p. 35). En el diálogo mantenido entre los resultados de este estudio y la literatura científica de la TO/ CO podemos observar que muchas de las experiencias están caracterizadas por una opresión, a veces sutil, en la que bien otros grupos sociales, y/o otros grupos culturales están en una posición de poder superior a la de las personas inmigrantes. Es decir, parece relacionarse con la generación, no explícita, de espacios y formas limitadas de participación en las ocupaciones, comprometiendo los derechos ocupacionales (Hammell & Iwama, 2012; Hammell, 2008, 2015) de las personas participantes en los mencionados estudios y cómo se emplean otras ocupaciones para poder navegarlas. Por ello, desafiamos al lector/a a pensar en que estas formas y experiencias de participación en ocupaciones cotidianas pueden tener en común que se desempeñen en el Sur global.

7.1.1.2.- La participación en ocupaciones en Galicia: tensiones y matices

Como he desarrollado en el apartado anterior, existen abundantes similitudes en la negociación de las ocupaciones cotidianas y su impacto en la salud/bienestar entre las personas inmigrantes en distintos contextos geográficos. Sin embargo, esta tesis doctoral reporta algunos matices que pueden contribuir a la discusión y avance de la TO/CO como disciplinas comprometidas con la transformación social.

Para las protagonistas de esta investigación, el tipo de trabajo, el servicio doméstico, que realizan o buscan tras la movilidad descendente es percibido como casi la única posibilidad real de inserción laboral disponible para ellas. Esta percepción es confirmada por investigaciones recientes que informan sobre la poca probabilidad de que las mujeres inmigrantes, trabajadoras del servicio doméstico, en el período de crisis en España, puedan lograr una movilidad laboral ascendente (Vidal-Coso & Vilhena, 2015). Sin embargo, esta falta de oportunidades percibida en el contexto español, difiere en gran medida de lo percibido en otras localizaciones geográficas. Por ejemplo, en Canadá (Martins & Reid, 2007) o Estados Unidos (Gupta & Sullivan, 2013) las mujeres que inmigraron procuran formarse porque ven oportunidades de mejorar su vida (especialmente laboralmente) en un futuro.

De acuerdo a las mujeres protagonistas de esta tesis doctoral la falta de oportunidades está vinculada al contexto de crisis socioeconómica que atraviesa España desde el año 2008. Como describen Izquierdo-Escribano & Martínez-Buján (2014), los inmigrantes latinoamericanos en España, desde ese año, han buscado estrategias para mantenerse en el país, esperando ver si esta crisis se trataba de algo pasajero o no, así como agotando todas las posibilidades de mantenerse en el país. Según estos autores, a partir del año 2012 es cuando tanto las consecuencias de la crisis, como el manejo político de la misma (por ejemplo restringiendo el derecho de sanidad a personas nacionalizadas o los recortes en los servicios de atención social), repercuten con mayor virulencia a este colectivo (Alemán-Bracho & Soriano-Miras, 2013; Izquierdo-Escribano & Martínez-Buján, 2014). Así, los resultados de esta tesis ilustran con la cotidianeidad de estas mujeres, las conclusiones de Izquierdo-Escribano & Martínez-Buján (2014) extraídas del análisis de los datos sociodemográficos. Además, y también en relación al impacto de la crisis social, económica y política del país, los resultados revelan la gran volatilidad y pobreza en la vida diaria de las protagonistas que, hasta donde somos conscientes, no se ha reportado en la literatura de la CO y TO que aborda las migraciones.

Así, consideramos necesario destacar cómo esta crisis impacta en todas las ocupaciones cotidianas forzando nuevas negociaciones y transiciones ocupacionales. Esto amplía la concepción de transición ocupacional tras la migración reportada en la literatura revisada. En general, los cambios en las ocupaciones tras migrar, se conciben, implícitamente, como un proceso *cuasi* lineal, en el que dicha transición comienza con el viaje de salida del país y se va estabilizando a medida que se completa el período de asentamiento (Boerema et al., 2010; Nayar & Sterling, 2013; Suto, 2013). Esta idea, que también subyace en diversas políticas canadienses, ha sido cuestionada por Huot et al. (2013) quienes proponen que la migración y la integración en la nueva sociedad implican distintas negociaciones a través de las ocupaciones, en distintos contextos sociales y por lo tanto, no se puede circunscribir a un proceso individualizado y lineal, sino que dentro del mismo se suceden distintas transiciones.

De forma similar, los resultados de este estudio desafían también este entendimiento lineal, focalizado en el individuo, en tanto en cuanto los factores externos, como el contexto y clima social, económico, político y cultural, emergen como tejedores del espacio de participación ocupacional, forzando nuevas transiciones ocupacionales en la sociedad de destino. Esto se ve claramente reflejado en las impresiones globales de por ejemplo Ana o Elena (apartados 6.1.1).

En el estudio de Santiago-Lista et al. (2014) se adelantaba lo inesperado de la crisis española en el proyecto migratorio para la población inmigrante, así como algunas de sus consecuencias en sus ocupaciones cotidianas (por ejemplo: la dificultad para encontrar empleo). Esta tesis doctoral profundiza sobre ello e ilustra la complejidad del impacto en una perspectiva longitudinal (a lo largo de las historias ocupacionales de las participantes) y transversal (en los temas comunes, así como en otras ocupaciones que no son el trabajo). Además, el contexto de la crisis es vinculado por las protagonistas a una situación de incertidumbre y volatilidad de las oportunidades ocupacionales, es decir las transiciones ocupacionales pueden ser múltiples en períodos de tiempo cortos, como se ve en las historias ocupacionales (por ejemplo en la impresión global de María: *"Mareas altas y mareas bajas: ocupaciones para navegar"*).

Asimismo, los procesos de transición ocupacional están siendo investigados con la intención de generar un modelo que contribuya a la CO y TO (Crider, Calder, Bunting, & Forwell, 2015). En este proceso se detectó que existe una escasez de literatura que abordase las transiciones ocupacionales desde una perspectiva de grupos o

comunidades (Crider et al., 2015). Creemos que los resultados de esta tesis doctoral podrían aportar información valiosa al trabajo desarrollado sobre las transiciones ocupacionales. Su aportación estaría relacionada con las experiencias de un perfil de población en una situación de vulnerabilidad relacionada al contexto, lo que contribuiría a la formulación de este modelo manteniendo una concepción amplia, crítica e inclusiva de la CO.

Por otra parte, los resultados de esta investigación arrojan luz sobre la violencia estructural, en concreto vinculada a ser mujer -género-, trabajadora en empleos precarios -clase-, e inmigrante -etnicidad-, que impacta en las ocupaciones y el bienestar de estas mujeres. A lo largo de las historias ocupacionales, los temas transversales y la Agenda, son constantes los ejemplos sobre cómo las participantes deben negociar esta violencia (p. ej.: el racismo en la vida cotidiana, las propuestas de empleadores vinculadas a la prostitución, la explotación en los trabajos, la opresión con los profesionales, la violencia de género, etc.) al desempeñar sus ocupaciones. Los resultados muestran cómo estos ejes (género, clase y etnicidad) elaborados en el capítulo 3 como estructurales, en la negociación ocupacional cotidiana pueden presentarse como espacios donde las inequidades son construidas, pero también el espacio de resistencia (ver por ejemplo impresión global Elena "*como las hormiguitas; resistencia a través de las ocupaciones*"). De este modo, los resultados avalan el trabajo de Angell (2014) quien propone que un análisis centrado en la ocupación resulta útil para visibilizar cómo la ocupación puede constituir un sitio de resistencia o reproducción del *statu quo* (por ejemplo dentro de un sistema de opresión configurado por el género, la etnicidad y la clase).

Relacionado con esto, los resultados ilustran cómo las oportunidades ocupacionales para estas mujeres están delimitadas a un espacio periférico de la sociedad. Empleamos la noción de periférico como el lugar cercano a la línea del pensamiento abismal (Santos, 2014) que está invisibilizado para el Norte Global. Este entendimiento permite complejizar al binomio inclusión-exclusión, el proceso de integración al que la literatura de la TO/CO parece referirse en el caso de la migración, así como la mirada (implícita) que, en algunos estudios, pone el peso del proceso de integración en la persona (Gupta & Sullivan, 2013; Huot et al., 2013; Lencucha et al., 2013; Nayar & Sterling, 2013; Peralta-Catipon, 2009, 2012; Santos-Tavares & Thorén-Jönsson, 2013; Suto, 2009, 2013). Creemos que la perspectiva teórica adoptada en este estudio y sus resultados

contribuyen a ampliar este foco y vislumbrar cómo la propia sociedad global generan oportunidades de participación ocupacional inequitativas o injustas.

Asimismo, los resultados de esta tesis doctoral y esta conceptualización corroboran la complejidad de la posición social y subsiguientes repercusiones en la salud y bienestar, descritas en la investigación de Gastaldo, Carrasco, & Magalhães (2012). Estas autoras, desde sus resultados, abordan esa complejidad como una red interconectada de “explotación y solidaridad” en la que las personas inmigrantes procedentes de Latinoamérica, en situación administrativa irregular en Canadá, negocian sus ocupaciones y donde se configuran sus oportunidades de salud-bienestar (Gastaldo et al., 2012).

Finalmente, este estudio reporta una novedad que, hasta lo mejor de nuestro conocimiento, no ha sido elaborada dentro de la literatura de la CO o TO, ni fuera de ella. Las participantes reportaron como una dificultad para el desempeño ocupacional el idioma gallego. Comenzábamos esta investigación explicando que, a diferencia del resto de estudios revisados (capítulo 4), el idioma de las personas participantes y el país de destino era el mismo. Sin embargo, en la comunidad autónoma de Galicia existe otra lengua cooficial, el gallego. Esto también ocurre en el País Vasco, con el euskera, y en Cataluña, con el catalán. A pesar de que en cualquiera de estas comunidades, se puede emplear indistintamente un idioma u otro, en este estudio se reportan dificultades para el desempeño de las ocupaciones por la preponderancia del gallego sobre todo al realizar trámites burocráticos, abundantes en la vida cotidiana de las protagonistas. En otros contextos, como Cataluña, la relación entre la lengua cooficial y algunas ocupaciones de las personas inmigrantes (como el trabajo o la escuela) han sido estudiadas recientemente (Codó & Garrido, 2014; de Botton, Girbés, Ruiz, & Tellado, 2014; Garzón, 2012). El impacto de esta realidad bilingüe reflejada en estos estudios subraya la necesidad de seguir abordando esta complejidad a la hora de desempeñar ocupaciones. Por ejemplo, el estudio de de Botton et al. (2014) señala que mejorar las competencias en esta segunda lengua favorece el rendimiento de los hijos en el colegio y el empoderamiento en la comunidad educativa de madres marroquíes en Cataluña. Paralelamente, el estudio de Codó & Garrido (2014) informa de que, a lo largo del período de crisis socioeconómica en España, ha existido un cambio en el discurso de los profesionales y usuarios de ONG en Cataluña en el que se enfatiza el idioma como eje sobre el que se promueve la integración en la sociedad, y no sólo el empleo.

7.1.2.- Implicaciones para la construcción de una TO/CO comprometida con la transformación social

La discusión de los resultados, así como la Agenda propuesta por las participantes, permite delinear algunas implicaciones para la TO y la CO que potencialmente pueden contribuir a la construcción de una sociedad más justa.

Por un lado, visibilizar, desenredar e ilustrar la complejidad de por qué estas mujeres trabajan o buscan trabajo en el empleo doméstico, y las subsiguientes relaciones interconectadas con el resto de sus ocupaciones, contribuyen a cuestionar la responsabilidad individual en la elección ocupacional. Así, esta investigación apoya la propuesta de Galvaan (2012) en la que sostiene que los factores históricos, políticos, sociales y económicos tienen un gran impacto en las elecciones ocupacionales. Por ello, conceptualizar, entender y aproximar este diálogo entre lo contextual y lo personal para entender las elecciones ocupacionales, pueden contribuir a una práctica transformadora de la TO/CO (Galvaan, 2012) puesto que el foco no está en la responsabilidad individual, sino en su conjugación con la sociedad, huyendo de la tecnificación o medicalización de problemáticas sociales (Fransen et al., 2015; Galheigo, 2011a).

Asimismo, esta visibilización permite entender formas de injusticia ocupacional (Wilcock & Townsend, 2013) sutiles e imbuidas en el funcionamiento de la sociedad global en que vivimos. Así, se dibujan nuevos escenarios para la práctica y el estudio de la TO y la CO, en su compromiso con la creación de comunidades inclusivas (Grady, 1995), contribuyendo con material empírico a ampliar y ejemplificar los presupuestos de la TO y CO crítica (capítulo 4).

Esta complejidad también es intrínseca a la relación entre las ocupaciones y la salud-bienestar. Así, el estudio ilumina los matices en los que la negociación ocupacional cotidiana puede simultáneamente contribuir a la salud y bienestar o bien desafiarlos (ver impresión global Ana). Esto contribuye a superar la concepción *naïf* de la TO/CO que vincula la participación en ocupaciones con la promoción de la salud (Hammell & Iwama, 2012; Kiepek et al., 2014; Wilcock & Hocking, 2015) elaboradas en el capítulo 4.

Consideramos que los resultados, así como estas reflexiones, contribuyen a entender el potencial espacio de trabajo y contribuciones de la TO/CO a realidades vagamente

aproximadas por las mismas en España y que, según lo expuesto, ponen en riesgo el bienestar físico, mental y social de individuos, grupos y comunidades enteras. España es uno de los países con mayores desigualdades en la Unión Europea (Intermón Oxfám, 2015). Consecuentemente las situaciones de vulnerabilidad sociosanitaria han incrementado notablemente durante la crisis socioeconómica. Por ejemplo, en lo relativo al empleo, en 2014 la población desempleada aumentó del 17,5% (2013) al 39% (Cáritas, 2014). Parece un imperativo que la TO/CO examine las consecuencias de esto para la salud y el bienestar de la población a través de la ocupación, así como potenciales acciones de promoción de la salud. Algunos ejemplos de grupos, o situaciones que abordar, y que parecen no ser prioritarias para la TO/CO en España serían aquellas de las/os jóvenes desempleadas/os, población adulta desempleada de larga duración, familias monoparentales o población mayor en España, entre otros.

Asimismo, los resultados detallan la complejidad del día a día de las protagonistas. Esta información puede ser clave para aquellas/os profesionales que quieran aproximarse a personas con perfiles similares, apuntando hacia servicios o recursos con formatos innovadores. Por ejemplo: servicios con mayor flexibilidad en horarios o que estuviesen abiertos en horario nocturno y/o domingos; otros espacios de encuentro con las protagonistas, como los centros escolares de sus hijos; tener en cuenta aspectos de conciliación familiar al proponer programas y proyectos, entre otros.

Paralelamente, la Agenda de las protagonistas señala acciones concretas en las que la TO/CO podría contribuir, desde la conceptualización de las ocupaciones como espacio de resistencia y transformación social en realidades similares a las vividas por ellas. Por un lado, proponen el empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) como una actividad que puede dar acceso a multitud de elementos que pueden favorecer su bienestar en el desempeño de sus ocupaciones (buscar trabajo, conectar con la familia, amigos, etc.). La construcción de un espacio inclusivo en el que participar a través de las TIC en la sociedad, ha reportado resultados satisfactorios cuando se ha empleado desde la TO trabajando con poblaciones en situación de vulnerabilidad, como personas con drogodependencia (Rivas-Quarneti et al., 2010; Rivas-Quarneti, Gómez-Sánchez, Movilla-Fernández, & Viana-Moldes, 2011). Continuar en esta línea de trabajo podría ser una forma de que la TO en España contribuyese a la transformación social.

Por otra parte, las participantes reclaman programas de formación para el empleo y el autoempleo. La contribución de la TO en España a este ámbito es emergente, pero estudios recientes corroboran su gran potencial, por ejemplo con los proyectos de emprendimiento social (Simó-Algado, Ginesta-Portet, & de San-Eugenio-Vela, 2014).

Las participantes también proponen realizar actividades folclóricas donde sentirse “en su mundo” (Ana_M, 2015). El entendimiento del potencial de la ocupación como espacio de transformación, podría contribuir a que estas actividades folclóricas no reforzasen una separación entre “latinos” y “no latinos”, sino que constituyesen una oportunidad de desafío del *statu quo*, como propone una de las participantes de este estudio (Lucía a través de las actividades artísticas) o de otros estudios (Farias & Asaba, 2013). De este modo contribuir a la dimensión social del bienestar, y desde el compromiso para el cambio social, sembrar para favorecer situaciones de justicia ocupacional en las comunidades.

7.1.3.- Fortalezas y limitaciones del estudio

Este estudio presenta algunas limitaciones así como fortalezas que describo a continuación.

Como se ha elaborado en el capítulo 5, durante el trabajo de campo surgieron complicaciones para poder realizar las actividades de generación de datos. Estas contingencias estaban relacionadas con las dificultades de las vidas de las participantes para anticipar y planificar sus actividades, así como con los recursos disponibles (por ejemplo: algunas no tenían vivienda propia). A pesar de que esto informó los resultados, también pudo haber impactado de distintos modos la investigación.

Por un lado no pude realizar las actividades de observación participante, tal y como había planificado. Esta actividad podría haber generado mayor profundización en la comprensión de la experiencia de negociación cotidiana de las ocupaciones, desafiando las limitaciones del lenguaje (Polkinghorne, 2007). Por otro lado, las condiciones en las que finalmente se llevaron muchas de las actividades de generación de datos (p. ej.: cafeterías, con otras personas delante, con tiempo limitado, etc.), probablemente no fuesen las idóneas para que elaborasen sus relatos. Estos relatos, como se ha visto, se componen de información sensible, delicada y compleja, que quizás hubiese sido más

propicio elaborar en otras condiciones que disminuyesen los límites de la reflexión (Polkinghorne, 2007): más tiempo, espacios en los que hubiese una mayor comodidad, mayor número de encuentros, etc. Y finalmente, no todas las mujeres participaron en todas las técnicas de generación de datos, que habían sido conceptualizadas para disminuir los límites de la reflexión y el lenguaje (Polkinghorne, 2007) (Ver apartado 5.2.7.2.).

Otra limitación y a la vez fortaleza de este estudio es la concreción y vinculación de los resultados a lo local. Esto es una fortaleza en tanto en cuanto permitió conocer las complejidades del contexto específico, lo que favorecerá las acciones para el cambio por su especificidad (ICPHR, 2013). Pero a su vez puede ser una limitación puesto que informa de una realidad distinta quizás a la vivida en otros contextos, como por ejemplo otra comunidad autónoma de España.

El estudio realizado también cuenta con fortalezas. Primeramente, considero necesario destacar el compromiso de las participantes para contar su historia, como un punto fuerte de la investigación. A pesar de la volatilidad de la vida diaria de estas mujeres, existió una fuerte motivación para contar su historia con el objetivo de poder cambiar realidades como las que ellas habían vivido. El diseño participativo y la flexibilidad de la metodología empleada (ICPHR, 2013), permitieron generar el espacio en el que este compromiso pudo tomar forma. Esta flexibilidad fue clave ya que un diseño de investigación más rígido, probablemente no me hubiese permitido adaptarme a este día a día fluido, limitando el entendimiento de su realidad cotidiana así como la participación de las protagonistas en el estudio. Paralelamente, en el contexto específico de desconfianza hacia figuras de poder que reportan los resultados, como las/os profesionales de las entidades a las que acuden estas mujeres, creo necesario mencionar que de nuevo la metodología (IPS), y especialmente la posición de la investigadora dentro de ésta, favoreció la creación de una relación empática que ayudó a que las participantes compartiesen información sensible (como por ejemplo historias de violencia de género, discriminación y mal trato por parte de profesionales). Además, el grado de participación de las mujeres en este estudio (ver apartado 5.2.7.1-Validez participativa-), atendiendo al contexto dado, también constituye una fortaleza, puesto que esta participación resultaba clave en la posición onto-epistemológica y teórica elaborada durante todo el documento.

Por todo ello, en este estudio, la metodología, por su flexibilidad, la relación participante-investigadora y las oportunidades de participación generadas con las mujeres, corroboran la utilidad de la IPS para aproximar realidades de grupos en situaciones de vulnerabilidad u opresión (ICPHR, 2013), especialmente en tanto en cuanto permitió entender la complejidad de lo realidad abordada.

Asimismo, en el diseño del estudio, combiné la perspectiva individual y la grupal. De este modo, la generación y análisis individualizado de los datos permitió entender con riqueza y profundidad las negociaciones ocupacionales y los mediadores de la salud y bienestar de las protagonistas. Además, la participación de las mujeres en este proceso de generación de datos, también facilitó la reflexión sobre la temática, que sería de gran utilidad cuando, de forma grupal, volvimos a abordar esta realidad para proponer una agenda de cambios. Además, la técnica Metaplan estimuló el diálogo entre las participantes para generar otro tipo de información, esta vez grupal, rica, diversa y consensuada.

Emplear la técnica Metaplan, de facilitación (Hughes et al., 2009; Schnelle, 1979), también constituye un punto fuerte de la investigación, ya que permitió focalizar y optimizar la discusión, gracias a la dinámica y la visualización de la discusión, fomentando la participación de todas las personas del grupo, produciendo información rica, en el tiempo disponible por parte de las participantes. Como ya he descrito, el tiempo fue una variable clave en el desarrollo del trabajo de campo. Así, en este caso, la técnica, principalmente empleada en contextos de marketing y del mundo empresarial (Hughes et al., 2009) fue de gran utilidad, por lo que creo que podría ser una opción interesante para articular la generación de datos participativa en estudios con personas con escasez de tiempo disponible para la investigación.

7.2.- Conclusiones

7.2.1.-Conclusiones

1.- Aunque en España el trabajo científico y teórico desde TO y la CO crítica es incipiente, sus propuestas tienen un gran potencial para el diagnóstico y la aproximación de situaciones de vulnerabilidad sociosanitaria como la de las mujeres inmigrantes trabajadoras del servicio doméstico en España.

2.- El interés de la CO y la TO hacia las ocupaciones tras la migración se ha incrementado exponencialmente en los últimos 8 años (2007-2015), con preponderancia de los estudios realizados en países ricos y con tradición como receptores de inmigración (Canadá, Estados Unidos, Nueva Zelanda o Suecia).

3.- Emplear la ocupación como unidad de entrada y análisis de los mediadores de salud y bienestar de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad genera un tipo de conocimiento complejo y con múltiples niveles, que contribuye a situar y contextualizar las posibles actuaciones para la promoción de la salud.

4.- La armazón teórica propuesta desde la TO crítica y la CO, en combinación con la propuesta crítica de Santos, *Epistemologías del Sur*, resultó clave para dar sentido y aportar un ángulo novedoso y sólido al estudio. Esta estructura teórica contribuyó a entender las sutilezas de la negociación de ocupaciones cotidianas, a la propuesta de agenda, así como a situar los resultados dentro de la TO y la CO.

5.- Las características de la Investigación Participativa en Salud, en especial su flexibilidad y la relación investigadora- participante/s, permitió adaptar el proceso de investigación a la realidad única, así como favorecer la participación y generación rica de datos en el contexto de la complejidad de las ocupaciones cotidianas de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad.

6.- Las experiencias de participación en ocupaciones y los mediadores de salud y bienestar (empleo precario, falta de apoyo, división por género de las responsabilidades familiares, etc.) de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad en España, resuenan con las experiencias de otras personas inmigrantes alrededor del mundo. Desde la perspectiva teórica empleada se vislumbra un posible contexto de Sur Global

en la participación en ocupaciones de las personas inmigrantes, estudiadas en la TO/CO.

7.- Los derechos ocupacionales de las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad se ven comprometidos por factores contextuales y estructurales que son invisibilizados en el mundo globalizado. En este contexto la participación en ocupaciones cotidianas participantes de este estudio funcionan como lugares de opresión y de resistencia.

7.2.2.-Conclusions

1.- Despite the incipient theoretical and scientific work carried out from critical OT and OS in Spain, their proposals have a great potential to diagnose and approach situations of social and health vulnerability, such as the ones lived by some women working in the domestic service in Spain.

2.- The interest of OS and OT upon post-migration occupations has exponentially increased in the last 8 years (2007-2015). Studies conducted in rich and traditional immigrant-receiving countries (Canada, United States, New Zealand or Sweden) are predominant.

3.- Using occupation as unit of entry and analysis of immigrant women's health and wellbeing mediators, generates a complex and multifaceted knowledge which contributes to situate and contextualize possible actions to promote health.

4.- The theoretical structure created from critical OT and OS, combined with Santos critical theory, *Epistemologies of the South*, was key to create meaning and bring a new solid angle to the study. This theoretical structure contributed to gain understanding of the subtleties of negotiating daily occupations, the proposed agenda, as well as situating the findings within OT and OS.

5.- Participatory Health Research features, especially its flexibility and the researcher-participant/s relationship, allowed adapting the research process to the unique reality as well as promoted participation and rich data generation within the complexity of immigrant women daily occupations.

6.- Immigrant women daily occupations' experiences, as well as health and wellbeing mediators (precarious employment, lack of support, gender division of family responsibilities, etc.) in Spain resonate with other immigrants' experiences around the world. From the theoretical perspective used it can be envisioned a possible Global South context when participating in occupations post-migration, within the studies conducted in OT/OS.

7.- Immigrant women's occupational rights are challenged by invisibilized contextual and structural factors in a globalized world. In this context, participation in daily occupations functions as space of oppression and resistance.

7.2.3.- Futuras líneas de investigación y acción

El trabajo realizado en este estudio me permite reflexionar sobre algunos lugares a los que la investigación y la acción de la TO y la CO considero deberían prestar atención.

En cuanto a la investigación:

1.- Realizar investigaciones que profundicen en la relación entre la negociación ocupacional y la salud-bienestar de otros perfiles de población en situaciones de vulnerabilidad y/o el mismo perfil en otras áreas de España (por ejemplo otras comunidades autónomas) o en otros países.

2.- Profundizar sobre el papel de los profesionales sociosanitarios en la prestación de servicios a las mujeres inmigrantes en situación de vulnerabilidad.

3.- Priorizar metodologías críticas y participativas en el estudio de las ocupaciones en poblaciones en situación de vulnerabilidad.

4.- Explorar el idioma como contexto en la participación en ocupaciones cotidianas.

En cuanto a la acción:

1.- Seguir construyendo y llevando a cabo colaborativamente la Agenda propuesta por las protagonistas, desde un prisma empoderador.

2.- Desarrollar otras actividades en la comunidad que favorezcan sentimientos de pertenencia, en la línea de lo propuesto por las participantes.

3.- Colaborar desde la TO, como perfil profesional en el equipo interdisciplinar, en la actuación para la promoción de la salud y de este colectivo a distintos niveles: políticas, programas de apoyo, gestión o atención directa, entre otros.

4.- Establecer un proceso de disseminación de los resultados que vaya más allá de los canales de revisión por pares, buscando mejorar el diálogo sobre esta realidad. Algunos de estos canales podrían ser periódicos, medios de comunicación, actividades con entidades del tercer sector de acción social, diálogo con políticos, etc.

Bibliografía

- Achotegui-Loizate, J. (2008). Migración y crisis: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Avances en salud mental relacional*, 7(1). Recuperado de: <http://www.bibliopsiquis.com/asmr/0701/achotegui.pdf>
- Adrian, A. (2013). An exploration of Lutheran music-making among US immigrant and refugee populations. *Journal of Occupational Science*, 20(2), 160-172. <http://doi.org/10.1080/14427591.2013.775690>
- Aerny, N., Ramasco, M., Cruz, J. L., Rodríguez, C., Garabato, S., & Rodríguez, Á. (2010). La salud y sus determinantes en la población inmigrante de la Comunidad de Madrid. *Gaceta Sanitaria*, 24(2), 136-144.
- Agudelo-Suárez, A. A., Ronda, E., Vázquez-Navarrete, M. L., García, A. M., Martínez, J. M., & Benavides, F. G. (2013). Impact of economic crisis on mental health of migrant workers: what happened with migrants who came to Spain to work? *International Journal of Public Health*, 58(4), 627-631. <http://doi.org/10.1007/s00038-013-0475-0>
- Aguilar-Ildáñez, M. J. (2010). «Las otras» cuidadoras: mujeres inmigrantes en el servicio doméstico y trasvases generizados en el ámbito territorial del bienestar. *Alternativas: cuadernos de trabajo social*, (17), 201-220.
- Ahonen, E. Q., López-Jacob, M. J., Vázquez, M. L., Porthé, V., Gil-González, D., García, A. M., ... Benavides, F. G. (2010). Invisible work, unseen hazards: The health of women immigrant household service workers in Spain. *American Journal of Industrial Medicine*, 53(4), 405-416. <http://doi.org/10.1002/ajim.20710>
- Ahonen, E. Q., Porthé, V., Vazquez, M. L., Garcia, A. M., Lopez-Jacob, M. J., Ruiz-Frutos, C., ... for the ITSAL Project*. (2009). A qualitative study about immigrant workers' perceptions of their working conditions in Spain. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 63(11), 936-942. <http://doi.org/10.1136/jech.2008.077016>
- Albert-Gómez, M. J. A. (2007). *La investigación educativa: claves teóricas*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España S.L.
- Alemán-Bracho, C., & Soriano-Miras, R. (2013). Servicios sociales e inmigración en tiempos de crisis económica. En E. Aja, J. Arango, J. Oliver Alonso, & Barcelona (Provincia) (Eds.), *Inmigración y crisis: entre la continuidad y el cambio: Anuario de la inmigración en España: edición 2012* (pp. 90-113). Barcelona: Diputació de Barcelona.
- Alemán-Bracho, C. (2011). Inmigración y servicios sociales. *Papers: revista de sociología*, (96), 825-852.
- Alsaker, S., Bongaardt, R., & Josephsson, S. (2009). Studying narrative-in-action in women with chronic rheumatic conditions. *Qualitative Health Research*, 19(8), 1154-1161. <http://doi.org/10.1177/1049732309341478>
- Álvarez, E., Gómez, S., Muñoz, I., Navarrete, E., Riveros, M. E., Rueda, L., ... Valdebenito, A. (2007). Definición y desarrollo del concepto de Ocupación: ensayo sobre la experiencia de construcción teórica desde una identidad local. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, (7), 1-9. <http://doi.org/10.5354/0717-5346.2007.81>

- Amor, M., Arias, I., Cruz, J., Des, J., García, R., Gómez, R., ... Vaamonde, P. (2007). *Normas de boa práctica en investigación en seres humanos: Guía para o investigador. Xunta de Galicia*. Recuperado de: <http://www.sergas.es/Publicaciones/DetallePublicacion.aspx?IdPaxina=40008&IDCatalogo=1488>
- Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación. (2005). *Libro Blanco Título de Grado en Terapia Ocupacional*. Recuperado de: http://www.aneca.es/var/media/150316/libroblanco_terapiaocupacional_def.pdf
- Angell, A. (2014). Occupation-Centered Analysis of Social Difference: Contributions to a Socially Responsive Occupational Science. *Journal of Occupational Science*, 27(2), 104-116. <http://doi.org/10.1080/14427591.2012.711230>
- Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*, 11(1), 11-18.
- Arskey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *Scoping studies: towards a methodological framework*, 8(1), 19-32.
- Asaba, E., & Wicks, A. (2010). Occupational Terminology. *Journal of Occupational Science*, 17(2), 120-124. <http://doi.org/10.1080/14427591.2010.9686683>
- Ávila-Álvarez, A., Viana-Moldes, I., & García-Pinto, C. (2005). Planes de estudio: contenidos y áreas de conocimiento en terapia ocupacional. En S., Santos-del-Riego, S., & J., Pereira(Eds.). (2005). *Calidad y convergencia europea en Terapia Ocupacional* (pp. 103-119). A Coruña: Editorial Terapia Ocupacional Internacional.
- Bailliard, A. (2013a). Laying low: Fear and injustice for latino migrants to smalltown, USA. *Journal of Occupational Science*, 20(4), 342-356. <http://doi.org/10.1080/14427591.2013.799114>
- Bailliard, A. (2013b). The Embodied Sensory Experiences of Latino Migrants to Smalltown, North Carolina. *Journal of Occupational Science*, 20(2), 120-130. <http://doi.org/10.1080/14427591.2013.774931>
- Barbour, R. S. (2005). Making sense of focus groups. *Medical Education*, 39(7), 742-750. <http://doi.org/10.1111/j.1365-2929.2005.02200.x>
- Barros, D. D., Ghirardi, M. I. G., & Lopes, R. E. (1999). Terapia ocupacional e sociedade. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, 10(2/3), 69-74. <http://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v13i3p95-103>
- Beagan, B. L., & D'Sylva, A. (2011). Occupational Meanings of Food Preparation for Goan Canadian Women. *Journal of Occupational Science*, 18(3), 210-222. <http://doi.org/10.1080/14427591.2011.586326>
- Bell, S. (2003). The development of health promotion. En T. H. MacDonald (Ed.), *The social significance of health promotion* (pp. 18-28). London: Routledge.
- Bennett, K. M., Scornaienccki, J. M., Brzozowski, J., Denis, S., & Magalhães, L. (2012). Immigration and its Impact on Daily Occupations: A Scoping Review. *Occupational Therapy International*, 19(4), 185-203. <http://doi.org/10.1002/oti.1336>
- Boerema, C., Russell, M., & Aguilar, A. (2010). Sewing in the lives of immigrant women. *Journal of Occupational Science*, 17(2), 78-84.

- Bones-Rocha, K., Pérez, K., Rodríguez-Sanz, M., Borrell, C., & Obiols, J. E. (2010). Prevalencia de problemas de salud mental y su asociación con variables socioeconómicas, de trabajo y salud: resultados de la Encuesta Nacional de Salud de España. *Psicothema*, *22*(3), 389-395.
- Bover, A. B., Aparicio, J. M. T., Gastaldo, D., Luengo, R., Izquierdo, M. D., Juando, C., ... Robledo, J. (2015). Calidad de vida de trabajadoras inmigrantes latinoamericanas como cuidadoras en España. *Gaceta sanitaria: Organó oficial de la Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria*, *29*(2), 123-126.
- Brinkmann, S., & Kvale, S. (2014). *InterViews: Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing* (3ª ed.). Los Angeles: SAGE Publications, Inc.
- Briones-Vozmediano, E., Agudelo-Suárez, A. A., López-Jacob, M. J., Vives-Cases, C., Ballester-Laguna, F., & Ronda-Pérez, E. (2013). Percepción de las trabajadoras inmigrantes del servicio doméstico sobre los efectos de la regulación del sector en España. *Gaceta Sanitaria*. <http://doi.org/10.1016/j.gaceta.2013.06.011>
- Bruner, J. S. (1986). *Actual Minds, Possible Worlds*. Massachusetts; Londres (UK): Harvard University Press.
- Bryman, A. (2012). *Social Research Methods* (4ª ed.). Oxford; New York: Oxford University Press.
- Canadian Association Occupational Therapy. (1997). *Enabling occupation: an occupational therapy perspective*. Ottawa: CAOT Publication Series.
- Canadian Association Occupational Therapy. (2002). *Enabling Occupation: An Occupational Therapy Perspective*. Ottawa: Canadian Association of Occupational Therapists.
- Cargo, M., & Mercer, S. L. (2008). The Value and Challenges of Participatory Research: Strengthening Its Practice. *Annual Review of Public Health*, *29*(1), 325-350. <http://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.29.091307.083824>
- Cáritas. (2014). *Informe sobre la vulnerabilidad social 2014*. Recuperado de : http://www.sobrevulnerables.es/sobrevulnerables/ficheros/informes/informe_509/IVS%202014%20vs%20interactiva.pdf.
- Carter, S. M., & Little, M. (2007). Justifying knowledge, justifying method, taking action: epistemologies, methodologies, and methods in qualitative research. *Qualitative Health Research*, *17*(10), 1316-1328. <http://doi.org/10.1177/1049732307306927>
- Carvalho, A., & Buss, P. (2008). Determinantes Sociais na Saúde, na Doença e na Intervenção. En L. Giovanella, S. Escorel, L. Lobato, & J. Noronha, *Políticas e Sistema de Saúde no Brasil* (pp. 141-166). Rio de Janeiro: Fiocruz.
- Castañeda, H., Holmes, S. M., Madrigal, D. S., Young, M.-E. D., Beyeler, N., & Quesada, J. (2015). Immigration as a Social Determinant of Health. *Annual Review of Public Health*, *36*(1), 375-392. <http://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182419>
- Castles, S. (2010). Understanding Global Migration: A Social Transformation Perspective. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, *36*(10), 1565-1586. <http://doi.org/10.1080/1369183X.2010.489381>

- Castles, S., & Miller, P. M. J. (2009). *The Age of Migration: International Population Movements in the Modern World* (4th edition edition). Cambridge, Mass: Palgrave Macmillan.
- Chapela-Mendoza, M. (2007). Promoción de la salud: Un instrumento del poder y una alternativa emancipatoria. En E. Jarrillo-Soto & E. Guinsberg (Eds.), *Temas y desafíos en Salud Colectiva* (pp. 347-373). Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Chase, S. (2005). Narrative inquiry. Multiple lenses, approaches, voices. En N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (3.º ed., pp. 651-679). California: SAGE.
- Christiansen, C., Baum, C., & Bass, J. (Eds.). (2004). *Occupational Therapy: Performance, Participation, and Well-Being* (3ª ed.). Thorofare, NJ: Slack Incorporated.
- Christiansen, C., & Haertl, K. (2013). A contextual History of Occupational Therapy. En B. A. B. Schell, G. Gillen, M. Scaffa, & E. Cohn (Eds.), *Willard and Spackman's Occupational Therapy* (Twelfth, North American Edition edition, pp. 9-34). Philadelphia: LWW.
- Clark, F. A., Parham, D., Carlson, M. E., Frank, G., Jackson, J., Pierce, D., ... Zemke, R. (1991). Occupational Science: Academic Innovation in the Service of Occupational Therapy's Future. *The American Journal of Occupational Therapy*, 45(4), 300-310. <http://doi.org/10.5014/ajot.45.4.300>
- Clark, F., & Lawlor, M. (2007). The making and mattering of occupational science. En E. B. Crepeau, E. S. Cohn, & B. A. Boyt Schell, *Willard and Spackman's Occupational Therapy* (11.º ed., pp. 2-14). Philadelphia: Lippincott Williams&Wilki.
- Cobos, R. (2000). Género. En C. Amorós (Ed.), *10 palabras clave sobre mujer* (3º ed, pp. 55-83). Estella (Navarra): Verbo Divino.
- Codó, E., & Garrido, M. R. (2014). Shifting discourses of migrant incorporation at a time of crisis: understanding the articulation of language and labour in the Catalan non-governmental sector. *International Journal of Multilingualism*, 11(4), 389-408. <http://doi.org/10.1080/14790718.2014.944529>
- Colectivo loé. (2003). La sociedad española y la inmigración extranjera. *Papeles de Economía Española, Inmigración en España*, (98), 16-31.
- Colectivo loé. (2013a). *Impactos de la crisis sobre la población inmigrante*. Recuperado de: <http://www.colectivoioe.org/uploads/0bae582aa3b0842a9eaf50cde16f4f97d9527bcb.pdf>
- Colectivo loé. (2013b). La población inmigrada ante la crisis: ¿mirando hacia otro lado? *Boletín Ecos*, 24. Recuperado de: https://www.fuhem.es/media/cdv/file/biblioteca/Boletin_ECOS/24/la-poblacion-inmigrada-ante-la-crisis_COLECTIVO_IOE_.pdf
- Colomer-Revuelta, C., & Alvarez-Dardet, C. (2000). Promoción de la salud: concepto, estrategias y métodos. En C. Colomer-Revuelta & C. Álvarez-Dardet, *Promoción de la salud y cambio social* (pp. 27-45). Barcelona[etc.]: Masson.
- Commission on Social Determinants of Health. (2008). *Closing the gap in a generation. Health equity through action on the social determinants of health. Final report of the Commission on Social Determinants of Health*. Geneva:WHO Press

- Conferencia Nacional de Directores de Escuelas Universitarias de Terapia Ocupacional. (2004). *Libro Blanco de la Diplomatura en Terapia Ocupacional*. Zaragoza. Recuperado de: http://sid.usal.es/idocs/F8/FDO9074/blanco_terapia_ocupacional.pdf
- Córdoba-Doña, J. A., San Sebastián, M., Escolar-Pujolar, A., Martínez-Faure, J. E., & Gustafsson, P. E. (2014). Economic crisis and suicidal behaviour: the role of unemployment, sex and age in Andalusia, southern Spain. *International Journal for Equity in Health*, 13, 55. <http://doi.org/10.1186/1475-9276-13-55>
- Cornwall, A., & Jewkes, R. (1995). What is participatory research? *Social Science & Medicine* (1982), 41(12), 1667-1676.
- Cox, R. (1994). Multilateralism and the Democratization of World Order. En J. Baylis & S. Smith (Eds.), *The Globalization of World Politics, An Introduction to International Relations*. New York: Oxford University Press.
- Creek, J. (2007). Engaging the reluctant client. En J. Creek & A. Lawson-Porter, *Contemporary issues in occupational therapy: reasoning and reflection* (pp. 127-160). Chichester, England; Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Crider, C., Calder, C. R., Bunting, K. L., & Forwell, S. (2015). An Integrative Review of Occupational Science and Theoretical Literature Exploring Transition. *Journal of Occupational Science*, 22(3), 304-319. <http://doi.org/10.1080/14427591.2014.922913>
- Dahlgren, G., & Whitehead, M. (1991). *Policies and strategies to promote social equity in health*. Stockholm: Institute of Future Studies.
- Davies, A., Basten, A., & Frattini, C. (2006). *Migration: A Social Determinant of the Health of Migrants*. Geneva: International Organization for Migration.
- Dávila-Quintana, C. D., & Lopez-Valcarcel, B. G. (2014). Long-term sequelae of the Economic Crisis and Inequalities in Health. *Revista Española de Salud Pública*, 88(2), 187-190. <http://doi.org/10.4321/S1135-57272014000200002>
- de Botton, L., Girbés, S., Ruiz, L., & Tellado, I. (2014). Moroccan mothers' involvement in dialogic literary gatherings in a Catalan urban primary school: Increasing educative interactions and improving learning. *Improving Schools*, 17(3), 241-249. <http://doi.org/10.1177/1365480214556420>
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2005). *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. (N. K. Denzin & Y. S. Lincoln, Eds.). United States of America: Sage Publications.
- Duncan, E. A. S. (Ed.). (2012). *Foundations for practice in occupational therapy* (5.ª ed.). Edinburgh: Elsevier.
- Durocher, E., Gibson, B. E., & Rappolt, S. (2014). Occupational Justice: A Conceptual Review. *Journal of Occupational Science*, 21(4), 418-430. <http://doi.org/10.1080/14427591.2013.775692>
- Dyck, I. (1993). Health promotion, occupational therapy and multiculturalism: lessons from research. *Canadian journal of occupational therapy*, 60(3), 120-9.
- Émeric-Méaulle, D. (2010). Terapia ocupacional en la comunidad: Identificación de las necesidades ocupacionales de grupos étnicos minoritarios en riesgo de exclusión. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, 7(6). Recuperado de: <http://www.revistatog.com/suple/num6/eimeric.pdf>

- Farber, V., & Allard, G. (2012). Occupational segregation in Spain: Differential treatment of immigrants. *Thunderbird International Business Review*, 54(1), 29–43. <http://doi.org/10.1002/tie.21436>
- Farias, L., & Asaba, E. (2013). «The family knot»: Negotiating identities and cultural values through the everyday occupations of an immigrant family in Sweden. *Journal of Occupational Science*, 20(1), 36-47. <http://doi.org/10.1080/14427591.2013.764580>
- Farias, L., & Rudman, D. (2014). A Critical Interpretive Synthesis of the Uptake of Critical Perspectives in Occupational Science. *Journal of Occupational Science*, Publicación anticipada en línea. <http://doi.org/10.1080/14427591.2014.989893>
- Fernandes, A., & Pereira-Miguel, J. (Eds.). (2009). *Health and Migration in the European Union: Better Health for All in an Inclusive Society*. Lisbon: Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge.
- Filiatrault, J., Parisien, M., Sullivan, A., Richard, L., & Pinard, C. (2015). Prevention and Health Promotion in Occupational Therapy: From Concepts to Interventions. En I. Söderback (Ed.), *International Handbook of Occupational Therapy Interventions* (pp. 837-848). Springer International Publishing. Recuperado de: http://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-08141-0_62
- Flick, U. (2012). *Introducción a la Investigación Cualitativa*. Coruña; Madrid: Ediciones Morata, S.L.
- Font, A., Moncada, S., Llorens, C., & Benavides, F. G. (2011). Psychosocial factor exposures in the workplace: differences between immigrants and Spaniards. *The European Journal of Public Health*. <http://doi.org/10.1093/eurpub/ckr169>
- Fontana, A., & Frey, J. (2005). The interview. From neutral stance to political involvement. En N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (3.º ed., pp. 695-727). California: SAGE.
- Fouce, J. M. (2013). Clinamen - Glosario de filosofía. Recuperado 24 de noviembre de 2014, a partir de <http://www.webdianoia.com/glosario/display.php?action=view&id=63&from=action=search%7Cby=C>
- Francisco, B. (1988). *Terapia ocupacional*. Sao Paulo: Papyrus.
- Fransen, H., Kantartzis, S., Pollard, N., & Viana-Moldes, I. (2013). Citizenship: exploring the contribution of Occupational Therapy. Recuperado de: http://www.enothe.eu/activities/meet/ac13/CITIZENSHIP_STATEMENT_ENGLISH.pdf
- Fransen, H., Pollard, N., Kantartzis, S., & Viana-Moldes, I. (2015). Participatory citizenship: Critical perspectives on client-centred occupational therapy. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 22(4), 260-266. <http://doi.org/10.3109/11038128.2015.1020338>
- Fraser, N., & Honneth, A. (2003). *Redistribution or Recognition?: A Political-Philosophical Exchange*. (J. Golb, J. Ingram, & C. Wilke, Trans.). London; New York: Verso.
- Fundación FOESSA. (2014). *Informe sobre exclusión y desarrollo social en Galicia. Resultado de la Encuesta sobre Integración y Necesidades Sociales, 2013*. Recuperado de:

http://www.foessa2014.es/informe/uploaded/ccaa/11122014060822_8174.pdf

- Galheigo, S. (2011a). Occupational therapy in the social field: concepts and critical considerations. En F. Kronenberg, N. Pollard, & D. Sakellariou (Eds.), *Occupational Therapies without Borders - Volume 2: Towards an ecology of occupation-based practices* (2.ª ed., pp. 47-56). Edinburgh: Churchill Livingstone.
- Galheigo, S. (2011b). What needs to be done? Occupational therapy responsibilities and challenges regarding human rights. *Australian Occupational Therapy Journal*, 58(2), 60-66. <http://doi.org/10.1111/j.1440-1630.2011.00922.x>
- Galheigo, S., & Simó-Algado, S. (2012). Maestras de la terapia ocupacional. Sandra Galheigo: la poderosa emergencia de la terapia ocupacional social. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, 9(15). Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4220533>
- Galvaan, R. (2007). Relatos de trabajadoras domésticas. Transformar la práctica de la terapia ocupacional. En F. Kronenberg, S. Simó Algado, & N. Pollard (Eds.), *Terapia ocupacional sin fronteras: aprendiendo del espíritu de supervivientes* (pp. 404-414). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Galvaan, R. (2012). Occupational choice: the significance of socio-economic and political factors. En G. E. Whiteford & C. Hocking (Eds.), *Occupational Science: Society, Inclusion, Participation* (pp. 152-162). West-Sussex (UK): Wiley-Blackwell.
- Garzón, L. (2012). Globalization, Latin American migration and Catalan: Closing the ring. *Sustainability*, 4(10), 2498-2512. <http://doi.org/10.3390/su4102498>
- Gastaldo, D., Carrasco, C., & Magalhães, L. (2012). *Entangled in a web of exploitation and solidarity: Latin American undocumented workers in the Greater Toronto Area*. Recuperado de: http://www.migrationhealth.ca/sites/default/files/Entangled_in_a_web_of_exploitation_and_solidarity_LQ.pdf
- George, M. A., Daniel, M., & Green, L. W. (2006). Appraising and Funding Participatory Research in Health Promotion. *International Quarterly of Community Health Education*, 26(2), 171-187.
- Gil-González, D., Vives-Cases, C., Borrell, C., Agudelo-Suárez, A. A., & Álvarez-Dardet, C. (2013). Social determinants of self-perceived discrimination in Spain. *Public Health*, 127(3), 223-230. <http://doi.org/10.1016/j.puhe.2012.11.009>
- Gili, M., García Campayo, J., & Roca, M. (2014). Crisis económica y salud mental. Informe SESPAS 2014. *Gaceta Sanitaria / S.E.S.P.A.S*, 28 Suppl 1, 104-108. <http://doi.org/10.1016/j.gaceta.2014.02.005>
- Gómez-López, L. I., & Rabanaque-Hernández. (2000). Concepto de salud. En C. Colomer-Revuelta & C. Alvarez-Dardet (Eds.), *Promoción de la salud y cambio social* (pp. 3-12). Barcelona[etc.]: Masson.
- Grady, A. P. (1995). Building inclusive community: a challenge for occupational therapy. 1994 Eleanor Clarke Slagle Lecture. *The American Journal of Occupational Therapy. : Official Publication of the American Occupational Therapy Association*, 49(4), 300-310.

- Guajardo, A., & Simó-Algado, S. (2010). Una Terapia Ocupacional basada en los derechos humanos. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, 7(12). Recuperado de: <http://www.revistatog.com/num12/pdfs/maestros.pdf>
- Guba, E., & Lincoln, Y. S. (2005). Paradigmatic controversies, contradictions, and emerging confluences. En N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (pp. 191-216). London: Sage Publications.
- Gupta, J., & Sullivan, C. (2013). The central role of occupation in the doing, being and belonging of immigrant women. *Journal of Occupational Science*, 20(1), 23-35. <http://doi.org/10.1080/14427591.2012.717499>
- Hammell, K., & Iwama, M. (2012). Well-being and occupational rights: An imperative for critical occupational therapy. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 19(5), 385-394. <http://doi.org/10.3109/11038128.2011.611821>
- Hammell, K. (2008). Reflections on...well-being and occupational rights. *Canadian Journal of Occupational Therapy*. 75(1), 61-64.
- Hammell, K. (2015). Quality of life, participation and occupational rights: A capabilities perspective. *Australian Occupational Therapy Journal*, 62(2), 78-85. <http://doi.org/10.1111/1440-1630.12183>
- Heigl, F., Kinebanian, A., & Josephsson, S. (2011). I think of my family, therefore I am: Perceptions of daily occupations of some Albanians in Switzerland. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 18(1), 36-48. <http://doi.org/10.3109/11038120903552648>
- Heron, J., & Reason, P. (1997). A Participatory Inquiry Paradigm. *Qualitative Inquiry*, 3(3), 274-294. <http://doi.org/10.1177/107780049700300302>
- Hidalgo, N., Peralta, M. I., Robles, H., Vilar, R., & Pérez, M. (2009). Estrés y psicopatología en mujeres inmigrantes: repercusiones sobre la calidad de vida. *Psicología conductual = behavioral psychology: Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, (3), 595-607.
- Hierro, M. (2013). Latin American Migration to Spain: Main Reasons and Future Perspectives. *International Migration*, Publicación anticipada en línea. <http://doi.org/10.1111/imig.12056>
- Hocking, C., Jones, M., & Reed, K. (2015). Occupational Science Informing Occupational Therapy Interventions. En I. Söderback (Ed.), *International Handbook of Occupational Therapy Interventions* (pp. 127-134). Springer International Publishing. Recuperado de: http://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-08141-0_9
- Holmberg, V., & Ringsberg, K. C. (2014). Occupational therapists as contributors to health promotion. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 21(2), 82-89. <http://doi.org/10.3109/11038128.2013.877069>
- Hon, C., Sun, P., Suto, M., & Forwell, S. J. (2011). Moving from China to Canada: Occupational transitions of immigrant mothers of children with special needs. *Journal of Occupational Science*, 18(3), 223-236. <http://doi.org/10.1080/14427591.2011.581627>
- Hughes, D., Saadi, M. F., Madoz, M. C., & Gonzalez, A. H. (2009). Aplicación para la administración y desarrollo de cursos con la técnica de Metaplan que aporta etapas virtuales mediante la Web. Presentado en XV Congreso Argentino de

Ciencias de la Computación. Recuperado de:
<http://hdl.handle.net/10915/20934>

- Huot, S., Rudman, D., Dodson, B., & Magalhães, L. (2013). Expanding Policy-Based Conceptualizations of 'Successful Integration': Negotiating Integration through Occupation following International Migration. *Journal of Occupational Science*, 20(1), 6-22. <http://doi.org/10.1080/14427591.2012.717497>
- Huot, S., & Rudman, D. L. (2010). The performances and places of identity: Conceptualizing intersections of occupation, identity and place in the process of migration. *Journal of Occupational Science*, 17(2), 68-77. <http://doi.org/10.1080/14427591.2010.9686677>
- Intermón Oxfám. (2015). *Europa para la mayoría, no para las élites. Cambiar ya el rumbo de la desigualdad y la pobreza en Europa*. Recuperado de <https://oxfamintermon.s3.amazonaws.com/sites/default/files/documentos/files/europa-mayoria-no-elites.pdf>.
- International Collaboration for Participatory Health Research. (2013). *What is Participatory Health Research? Position paper No. 1*. Recuperado de http://www.icphr.org/uploads/2/0/3/9/20399575/ichpr_position_paper_1_definition_-_version_may_2013.pdf
- International Organization for Migration, World Health Organization, & United Nations Human Rights. (2013). *International migration, health and human rights*. Geneva: International Organization for Migration.
- Ismail, S. (2009). *Participatory Health Research* (Technical Report). *International Observatory on Health Research Systems. RAND Corporation*. Recuperado de: http://www.rand.org/pubs/technical_reports/TR667.html
- Iwama, M. (2004). Meaning and Inclusion: Revisiting culture in occupational therapy. *Australian Occupational Therapy Journal*, 51, 1-2.
- Iwama, M., & Simó-Algado, S. (2008). Aspectos de significado, cultura e inclusión en Terapia Ocupacional. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, 5(2). Recuperado de: <http://www.revistatog.com/num8/pdfs/modelo1.pdf>
- Izquierdo-Escribano, A., & Martínez-Buján, R. (2014). From favourites to 'with no return'. Permanence and mobility of Latin American immigration in Spain during the 21st Century. *Canadian Ethnic Studies*, 46(3), 103-130.
- Kamberelis, G., & Dimitriadis, G. (2005). Focus group. Strategic articulations of pedagogy, politics, and inquiry. En N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (3.ª ed., pp. 887-907). California: SAGE.
- Karl, M. (1995). *Women and empowerment: participation and decision making*. London; Atlantic Highlands, N.J.: Zed Books.
- Katz, N., Kizony, R., & Parush, S. (2002). Visuomotor organization and thinking operations performance of school-age Ethiopian, Bedouin, and mainstream Israeli children. *Occupational Therapy Journal of Research*, 22(1), 34-43.
- Kielhofner, G. (2006). *Fundamentos conceptuales de la terapia ocupacional*. Buenos Aires; Madrid [etc.]: Editorial Médica Panamericana.
- Kielhofner, G. (2008). *Model of Human Occupation: Theory and Application* (4ª. ed.) *United States of America*: Lippincott Williams & Wilkins.

- Kiepek, N., Phelan, S. K., & Magalhães, L. (2014). Introducing a Critical Analysis of the Figured World of Occupation. *Journal of Occupational Science*, 21(4), 403-417. <http://doi.org/10.1080/14427591.2013.816998>
- Kincheloe, J. L., & Steinberg, S. R. (1997). *Changing Multiculturalism: New Times, New Curriculum*. Buckingham England ; Philadelphia: Open Univ Pr.
- Kincheloe, J., & McLaren, P. (2005). Rethinking critical theory and qualitative research. En N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (3.ª ed., pp. 303-342). London: Sage Publications.
- Kinébanian, A., & Stomph, M. (2009). *Diversity matters: Guiding Principles on Diversity and Culture*. Forrestfield: World Federation of Occupational Therapists.
- Krishnagiri, S. S. R., Fuller, E., Ruda, L., & Diwan, S. (2013). Occupational engagement and health in older south Asian immigrants. *Journal of Occupational Science*, 20(1), 87-102. <http://doi.org/10.1080/14427591.2012.735614>
- Kronenberg, F., Fransen, H., Pollard, N., Sanz-Victoria, S., & García-Recio, E. (2005). Una llamada a la profesión a comprometerse con población afectada por Apartheid Ocupacional. *Terapia ocupacional: Revista informativa de la Asociación Profesional Española de Terapeutas Ocupacionales*, (38), 3-15.
- Kronenberg, F., & Pollard, N. (2007). Superar el apartheid ocupacional: exploración preliminar de la naturaleza política de la terapia ocupacional. En F. Kronenberg, S. Simó-Algado, & N. Pollard (Eds.), *Terapia ocupacional sin fronteras: aprendiendo del espíritu de supervivientes* (pp. 58-84). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Kronenberg, F., Pollard, N., & Ramugondo, E. L. (2010). Introduction: courage to dance politics. En F. Kronenberg, N. Pollard, & D. Sakellariou (Eds.), *Occupational Therapies without Borders - Volume 2: Towards an ecology of occupation-based practices* (2.ª ed.) (pp. 1-16). Edinburgh: Churchill Livingstone.
- Kronenberg, F., Pollard, N., & Sakellariou, D. (2011). *Occupational Therapies without Borders - Volume 2: Towards an ecology of occupation-based practices* (2.ª ed.). Edinburgh: Churchill Livingstone.
- Kronenberg, F., Simó-Algado, S., & Pollard, N. (2001). *Occupational Therapy Without Borders - Volume 1: Learning From The Spirit of Survivors*. Edinburgh; New York: Churchill Livingstone.
- Kronenberg, F., Simó Algado, S., & Pollard, N. (2006). *Terapia ocupacional sin fronteras: aprendiendo del espíritu de supervivientes*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Kvale, S. (1996). *InterViews: An Introduction to Qualitative Research Interviewing*. California: SAGE Publications, Inc.
- Lalonde, M. (1974). *A new perspective on the health of Canadians*. Ottawa: Information Canada.
- Larson, E., Wood, W., & Clark, F. (2005). Ciencia Ocupacional: desarrollo de la ciencia y la práctica de la ocupación a través de una disciplina académica. En Willard & Spackman, *terapia ocupacional* (10ª ed, pp. 15-26). Buenos Aires ; Madrid: Editorial Médica Panamericana.

- Lencucha, J. C., Davis, J. A., & Polatajko, H. J. (2013). Living in a blended world: The occupational lives of children of immigrants to Canada. *Journal of Occupational Science*, 20(2), 185-200. <http://doi.org/10.1080/14427591.2013.786799>
- Llorente, R. M. de B., & Pérez, J. I. A. (2010). De la España que emigra a la España que acoge: contexto, dimensión y características de la inmigración latinoamericana en España. *América latina hoy: Revista de ciencias sociales*, (55), 15-39.
- Lysack, C., Luborsky, M., & Dillaway, H. (2006). Gathering qualitative data. En G. Kielhofner (Ed.) *Research in occupational therapy: methods of inquiry forenhancing practice* (pp. 341-357). Philadelphia: F.A. Davis Company.
- Magalhães, L. (2012). What would Paulo Freire think of Occupational Science? En G. E. Whiteford & C. Hocking (Eds.), *Occupational Science* (pp. 8-19). West Sussex (UK): Wiley-Blackwell.
- Mahía, R., & de Arce, R. (2014). Pobreza de la población extranjera en España. En J. Arango, D. Moya-Malapeira, & J. Oliver Alonso (Eds.), *Inmigración y Emigración: mitos y realidades. Anuario de Inmigración en España* (pp. 138-162). Barcelona: CIDOB.
- Malfitano, A. P. S., Lopes, R. E., Magalhães, L., & Townsend, E. A. (2014). Social occupational therapy: Conversations about a Brazilian experience. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 0008417414536712. <http://doi.org/10.1177/0008417414536712>
- Malgesini, G., & Candalija, J. (2014). *Dossier de Pobreza de EAPN España 2014*. Recuperado de http://www.eapn.es/ARCHIVO/documentos/dossier_pobreza.pdf
- Martínez-Buján, R. (2010). Servicio doméstico y trabajo de cuidados. Hacia la privatización del cuidado familiar. *Alternativas: cuadernos de trabajo social*, (17), 157-180.
- Martins, V., & Reid, D. (2007). New-immigrant women in urban Canada: insights into occupation and sociocultural context. *Occupational therapy international*, 14(4), 203-20. <http://doi.org/10.1002/oti.233>
- Mattingly, C., & Garro, L. C. (2000). *Narrative and the cultural construction of illness and healing*. Berkeley: University of California Press.
- Matuska, K. M., & Christiansen, C. H. (2008). A proposed model of lifestyle balance. *Journal of Occupational Science*, 15(1), 9-19. <http://doi.org/10.1080/14427591.2008.9686602>
- Mays, N., & Pope, C. (2000). Qualitative research in health care. Assessing quality in qualitative research. *BMJ (Clinical Research Ed.)*, 320(7226), 50-52.
- Mckeown, T., & Lowe, C. (1986). *Introducción a la Medicina Social*. México, D.F: Siglo Veintiuno.
- Miret, M., Caballero, F. F., Huerta-Ramírez, R., Moneta, M. V., Olaya, B., Chatterji, S., ... Ayuso-Mateos, J. L. (2014). Factors associated with suicidal ideation and attempts in Spain for different age groups. Prevalence before and after the onset of the economic crisis. *Journal of Affective Disorders*, 163, 1-9. <http://doi.org/10.1016/j.jad.2014.03.045>

- Molineux, M., & Whiteford, G. (2012). Occupational science: genesis, evolution and future contribution. En E. A. S. Duncan (Ed.), *Foundations for practice in occupational therapy* (5.ª ed.). Edinburgh: Elsevier.
- Mondaca, M., & Josephsson, S. (2013). Bridging through occupation: Stories of elderly survivors of human rights violations living in Sweden. *Journal of Occupational Science*, 20(1), 73-86. <http://doi.org/10.1080/14427591.2012.755906>
- Morrison, R., Olivares, D., & Vidal, D. (2011). La filosofía de la Ocupación Humana y el paradigma social de la Ocupación. Algunas reflexiones y propuestas sobre epistemologías actuales en Terapia Ocupacional y Ciencias de la Ocupación. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 11(2), 102-119. <http://doi.org/10.5354/0717-6767.2011.17785>
- Movilla-Fernández, M. J. (2009). *Estudio de la enseñanza de Enfermería en el entorno clínico. Análisis del uso de las TICs* (Tesis Doctoral). Universidad de A Coruña, A Coruña.
- Mpofu, C., & Hocking, C. (2013). «Not made here»: Occupational deprivation of non-english speaking background immigrant health professionals in New Zealand. *Journal of Occupational Science*, 20(2), 131-145. <http://doi.org/10.1080/14427591.2012.729500>
- Mujica, J. D., & Talavera, R. G. (2006). Domestic service and the labour market in Spain: A gender perspective on migration. *Migracijske i etničke teme*, (1-2), 95-112.
- Navarrete-Salas, E., Cantero-Garlito, P. A., Guajardo, A., Sepúlveda-Prado, R., & Moruno-Miralles, P. (2015). *Terapia Ocupacional y Exclusión Social: Hacia una praxis basada en los derechos humanos*. s.l: Editorial Segismundo.
- Nayar, S., Hocking, C., & Giddings, L. (2012). Using occupation to navigate cultural spaces: Indian immigrant women settling in New Zealand. *Journal of Occupational Science*, 19(1), 62-75. <http://doi.org/10.1080/14427591.2011.602628>
- Nayar, S., Hocking, C., & Wilson, J. (2007). An occupational perspective of migrant mental health: Indian women's adjustment to living in New Zealand. *British Journal of Occupational Therapy*, 70(1), 16-23.
- Nayar, S., & Sterling, K. (2013). Occupational strategies for settling in New Zealand: Learning from Indian immigrant men. *Journal of Occupational Science*, 20(1), 62-72. <http://doi.org/10.1080/14427591.2012.736343>
- Oliva, J., Brosa, M., Espín, J., Figueras, M., Trapero, M., Antoñanzas, F., ... Rivera, B. (2015). Controversial issues in economic evaluation (I): Perspective and costs of health care interventions. *Revista Española de Salud Pública*, 89(1), 5-14.
- Olivares, S., Zacarías, I., González, C., & Villalobos, E. (2013). Proceso de formulación y validación de las guías alimentarias para la población chilena. *Revista chilena de nutrición*, 40(3), 262-268. <http://doi.org/10.4067/S0717-75182013000300008>
- Organización Mundial de la Salud. (1946). *Preámbulo de la Constitución de la Organización Mundial de la Salud. Conferencia Sanitaria Internacional*. Recuperado de: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>.

- Organización Mundial de la Salud. (1986). *WHO / The Ottawa Charter for Health Promotion*. Recuperado 18 de marzo de 2015, a partir de <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>
- Organización Mundial de la Salud. (1998). *Promoción de la Salud. Glosario. (Subdirección General de Epidemiología, Promoción y Educación para la Salud, Trad.)*. Recuperado de: http://www.bvs.org.ar/pdf/glosario_sp.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2008). *Health of migrants. Report by the Secretariat. Sixty-first World Health Assembly*. Recuperado de: http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/A61/A61_R17-en.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2010). *How health systems can address health inequities linked to migration and ethnicity*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Organización Mundial de la Salud. (2011). What are social determinants of health? Recuperado 7 de septiembre de 2015, a partir de http://www.who.int/social_determinants/sdh_definition/en/
- Ortega-Valdivieso, A. (2007). El futuro de la Terapia Ocupacional en España desde una perspectiva documentalista. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG, 1(2)*. Recuperado de: <http://www.revistatog.com/suple/num2/suplemento2.pdf>
- Oso-Casas, L. (2009). Familia, empresa y movilidad ocupacional: mujeres latinoamericanas en España. *Mélanges de la Casa de Velázquez. Nouvelle série, (39-1)*, 75-96.
- Paganizzi, L. (Ed.). (2007). *Terapia ocupacional psicosocial: escenarios clínicos y comunitarios*. Buenos Aires: Polemos.
- Papí, N. (2003). Clase social, etnia y género: tres enfoques paradigmáticos convergentes [Social class, ethnicity and gender: three converging paradigmatic approaches]. *Utopías, nuestra bandera: revista de debate político, (195)*, 55-75.
- Parella-Rubio, S. (2002). *La internacionalización de la reproducción. La inserción laboral de la mujer inmigrante en los servicios de proximidad* (Tesis Doctoral). Universitat Autònoma de Barcelona. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=4476>
- Parella-Rubio, S. (2005). Segregación laboral y «vulnerabilidad social» de la mujer inmigrante a partir de la interacción entre clase social, género y etnia. En C. Solé & L. Laquer, *El uso de las políticas sociales por las mujeres inmigrantes* (pp. 97-138). Madrid: Instituto de la mujer. Ministerio de Trabajo y Asuntos sociales. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2082996>
- Parella-Rubio, S., & Petroff, A. (2014). Migración de retorno en España: salidas de inmigrantes y programas de retorno en un contexto de crisis. En J. Arango, D. Moya-Malapeira, & J. Oliver Alonso (Eds.), *Inmigración y Emigración: mitos y realidades. Anuario de Inmigración en España* (pp. 63-87). Barcelona: CIDOB.
- Parella-Rubio, S., & Samper, S. (2007). Factores explicativos de los discursos y estrategias de conciliación del ámbito laboral y familiar de las mujeres inmigradas no comunitarias en España. *Papers: revista de sociologia, (85)*, 157-175.
- Pargament, K. I. (2001). *The Psychology of Religion and Coping: The Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press.

- Peiro, M. J., & Benedict, R. (2009). *Developing a Public Health Workforce to Address Migrant Health Needs in Europe*. International Organization for Migration. Recuperado de: http://www.migrant-health-europe.org/files/Capacity%20Building%20in%20Healthcare_Background%20Paper%282%29.pdf
- Peralta-Catipon, T. (2009). Statue square as a liminal sphere: Transforming space and place in migrant adaptation. *Journal of Occupational Science*, 16(1), 32-37. <http://doi.org/10.1080/14427591.2009.9686639>
- Peralta-Catipon, T. (2012). Collective Occupations Among Filipina Migrant Workers: Bridging Disrupted Identities. *OTJR-Occupation Participation and Health*, 32(2), 14-21. <http://doi.org/10.3928/15394492-20110805-01>
- Perazzolo, R. (2013). Vulnerabilidad social y de las mujeres inmigrantes latinoamericanas en Mallorca. Un análisis desde el feminismo poscolonial. *Oxímora revista internacional de ética y política*, 2, 103-109.
- Pereira, R. B., & Stagnitti, K. (2008). The meaning of leisure for well-elderly Italians in an Australian community: Implications for occupational therapy. *Australian Occupational Therapy Journal*, 55(1), 39-46. <http://doi.org/10.1111/j.1440-1630.2006.00653.x>
- Pérez-Serrano, M. G. (1990). *Investigación-Acción: aplicaciones al campo social y educativo*. Dykinson, S.L.
- Pierce, D. (2001). Untangling occupation and activity. *The American Journal of Occupational Therapy: Official Publication of the American Occupational Therapy Association*, 55(2), 138-146.
- Polatajko, H. J., Molke, D., Baptiste, S., Doble, S., Caron-Santha, J., Kirsh, B., ... Stadynk, R. (2007). Occupational science: imperatives for occupational therapy. En E. A. Townsend & H. J. Polatajko, *Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-Being, and Justice Through Occupation* (pp. 63-82). Ottawa: Canadian Association of Occupational Therapists.
- Polkinghorne, D. E. (1995). Narrative configuration in qualitative analysis. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 8(1), 5-23. <http://doi.org/10.1080/0951839950080103>
- Polkinghorne, D. E. (2007). Validity Issues in Narrative Research. *Qualitative Inquiry*, 13(4), 471-486. <http://doi.org/10.1177/1077800406297670>
- Pollard, N., & Kronenberg, F. (2005). El marco conceptual de las actividades políticas de la vida diaria, la rehabilitación basada en la comunidad y la terapia ocupacional. *Terapia ocupacional: Revista informativa de la Asociación Profesional Española de Terapeutas Ocupacionales*, (38), 16-24.
- Pollard, N., Sakellariou, D., & Kronenberg, F. (2008). *A Political Practice of Occupational Therapy*. Edinburgh ; New York: Churchill Livingstone.
- Pozzilli, C. (2013). Advances in the management of multiple sclerosis spasticity: experiences from recent studies and everyday clinical practice. *Expert Review of Neurotherapeutics*, 13(12s), 49-54. <http://doi.org/10.1586/14737175.2013.865877>
- Real Academia Española. (2014). Pazo. En *Diccionario de la lengua española* (23ª ed.). Recuperado de <http://dle.rae.es/?w=pazo&o=h>

- Ramugondo, E. L., & Kronenberg, F. (2013). Explaining Collective Occupations from a Human Relations Perspective: Bridging the Individual-Collective Dichotomy. *Journal of Occupational Science*, Publicación anticipada en línea. <http://doi.org/10.1080/14427591.2013.781920>
- Restrepo, H. (2001a). Antecedentes históricos de la Promoción de la Salud. En H. E. Restrepo & H. Málaga, *Promoción de la salud cómo construir vida saludable* (pp. 15-33). Bogotá: Editorial Médica Panamericana.
- Restrepo, H. (2001b). Conceptos y definiciones. En H. E. Restrepo & H. Málaga, *Promoción de la salud cómo construir vida saludable* (pp. 24-33). Bogotá: Editorial Médica Panamericana.
- Rivas-Quarneti, N., Gómez-Sánchez, N., Río, T., Canosa, N., Ávila, A., Luaces, D., ... Viana-Moldes, I. (2010). Information and Communication Technology: Making/breaking a gap. En H. van Bruggen, S. Kantartzis, & S. Rowan (Eds.), *Competences for Poverty Reduction* (pp. 138 -149). Amsteram: Enothe.
- Rivas-Quarneti, N., Gómez-Sánchez, T., Movilla-Fernández, M., & Viana-Moldes, I. (2011). Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) Y la Promoción de la Participación. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG, 8*(7). Recuperado de: <http://www.revistatog.com/suple/num7/tic.pdf>
- Rivas-Quarneti, N., Movilla-Fernández, M., & van Nes, F. (2013). Experiencias de participación cotidiana de personas inmigrantes en España: un enfoque fenomenológico hermenéutico. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG, 10*(18). Recuperado de: <http://www.revistatog.com/num18/pdfs/original8.pdf>
- Rodríguez, E. G. (2013). Trabajo doméstico-trabajo afectivo: sobre heteronormatividad y la colonialidad del trabajo en el contexto de las políticas migratorias de la UE. *Revista de estudios sociales, (45)*, 123-134.
- Rodríguez-Gómez, G., Gil Flores, J., & García-Jiménez, E. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa* (2º ed). Archidona (Málaga): Aljibe.
- Rogers, C. R. (2003). *Client Centred Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*. London: Constable.
- Romero-Ayuso, D. (2007). Historia de la Terapia Ocupacional en España. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG, 2*(1). Recuperado de: http://www.revistatog.com/mono/num1/mono1_esp.pdf
- Rosas, V. P., & Gay, A. L. (2015). Push and Pull Factors of Latin American Migration. En A. Domingo, A. Sabater, & R. R. Verdugo (Eds.), *Demographic Analysis of Latin American Immigrants in Spain* (pp. 1-27). Springer International Publishing. Recuperado de: http://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-12361-5_1
- Rudman, D. (2011). Governing through occupation: shaping expectation and possibilities. En G. E. Whiteford & C. Hocking (Eds.), *Occupational Science: Society, Inclusion, Participation* (pp. 100-116). Singapore: Wiley-Blackwell.
- Sadlo, G., & van Bruggen, H. (2003). Towards Reducing Discrimination in Europe. *British Journal of Occupational Therapy, 66*(9), 387.
- Sanchón-Macias, M. V., Bover-Bover, A., Prieto-Salceda, D., Paz-Zulueta, M., Torres, B., & Gastaldo, D. (2015). Determinants of Subjective Social Status and Health Among Latin American Women Immigrants in Spain: A Qualitative Approach.

Journal of Immigrant and Minority Health, 1-6. <http://doi.org/10.1007/s10903-015-0197-x>

- Sandín-Esteban, M. P. (2003). *Investigación cualitativa en educación: fundamentos y tradiciones*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España S.L.
- Santiago-Lista, C., Rivas-Quarneti, N., Añón-Loureiro, L., & Movilla-Fernández, M. J. M. (2014). Relatos de transición ocupacional de mujeres inmigrantes en España. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, 11(20). Recuperado de: <http://www.revistatog.com/num20/pdfs/original5.pdf>
- Santos, B. D. S. (2006). *Renovar la teoría crítica y reinventar la emancipación social: encuentros en Buenos Aires*. Buenos Aires: CLACSO, Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales.
- Santos, B. D. S. (2010). *Descolonizar el saber, reinventar el poder*. Montevideo: Tricycle
- Santos, B.D.S. (2011). Epistemologías del Sur. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 16(54), 17-39.
- Santos, B.D.S. (2014). Más allá del pensamiento abismal: de las líneas globales a una ecología de saberes. En B. de S. Santos & M. P. Meneses (Eds.), *Epistemologías del sur*. Madrid: Akal.
- Santos, B. D. S., & Meneses, M. P. (Eds.). (2014). *Epistemologías del sur*. Madrid: Akal.
- Santos-del-Riego, S. (2005). Historia local de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidade da Coruña. En S., Santos-del-Riego, S., & J., Pereira(Eds.). (2005). *Calidad y convergencia europea en Terapia Ocupacional* (pp. 5-17). A Coruña: Editorial Terapia Ocupacional Internacional.
- Santos, V. dos, & Donatti-Gallasi (Eds.). (2014). *Questões Contemporâneas da Terapia Ocupacional na América do Sul*. Curitiba: Editora CRV.
- Santos-Tavares, I., & Thorén-Jönsson, A.-L. (2013). Confidence in the future and hopelessness: Experiences in daily occupations of immigrants with late effects of polio. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 20(1), 9-20. <http://doi.org/10.3109/11038128.2012.660193>
- Sanz-Victoria, S. (2005). Entrevista a los autores de «Terapia ocupacional sin fronteras. Aprendiendo de espíritus supervivientes». *Terapia ocupacional: Revista informativa de la Asociación Profesional Española de Terapeutas Ocupacionales*, (38), 72-80.
- Sanz-Victoria, S., & García-Recio, E. (2005). Rehabilitación basada en y con la comunidad: Una experiencia del Centro de Atención Infantil Piña Palmera. *Terapia ocupacional: Revista informativa de la Asociación Profesional Española de Terapeutas Ocupacionales*, (38), 42-50.
- Sayer, A. (2009). Who's Afraid of Critical Social Science? *Current Sociology*, 57(6), 767-786. <http://doi.org/10.1177/0011392109342205>
- Schnelle, E. (1979). *The Metaplan-method: Communication Tools for Planning and Learning Groups*. Hamburg: Metaplan-GmbH.
- Simó-Algado, S. (2007). Decálogo de futuro de la Terapia Ocupacional: realismo mágico: las utopías son las realidades del mañana. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, 1(2). Recuperado de: <http://www.revistatog.com/suple/num2/suplemento2.pdf>

- Simó-Algado, S., Ginesta-Portet, X., & de San-Eugenio-Vela, J. (2014). Aprendizaje Servicio Universitario: creando empleo a partir de la emprendeduría social. *Historia y Comunicación Social*, 18(0), 627-638. http://doi.org/10.5209/rev_HICS.2013.v18.44265
- Simó-Algado, S., Sakellariou, D., Datsira, M., Gastelaars, T., Raurell, C., & Urbanowski, R. (2005). Terapia ocupacional al sur del alma. *Terapia ocupacional: Revista informativa de la Asociación Profesional Española de Terapeutas Ocupacionales*, (38), 25-35.
- Simó-Algado, S., & Townsend, E. A. (2015). Eco-social occupational therapy. *British Journal of Occupational Therapy*, 78(3), 182-186. <http://doi.org/10.1177/0308022614561239>
- Simó-Algado, S., & Urbanowski, R. (2006). El modelo canadiense del proceso del desempeño ocupacional. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, (3). Recuperado de: <http://www.revistatog.com/num3/pdfs/Expertol.pdf>
- Solar, O., & Irwin, A. (2010). *A Conceptual Framework for Action on the Social Determinants of Health. Social Determinants of health Discussion Paper 2 (Policy and Practice)*. Geneva: World Health Organization.
- Stake, R. E. (1995). *The Art of Case Study Research*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Suto, M. (2009). Compromised careers: the occupational transition of immigration and resettlement. *Work (Reading, Mass.)*, 32(4), 417-429. <http://doi.org/10.3233/WOR-2009-0853>
- Suto, M. (2013). Leisure participation and well-being of immigrant women in Canada. *Journal of Occupational Science*, 20(1), 48-61. <http://doi.org/10.1080/14427591.2012.732914>
- Tamayo, J. (2013a). *Cincuenta intelectuales para una conciencia crítica*. Barcelona: Fragmenta Editorial.
- Tamayo, J. (2013b). Boaventura de Sousa Santos: Hacia una sociología de las ausencias y las emergencias. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 16(54), 41-49.
- Tempny, M. (2009). What research tells us about the mental health and psychosocial wellbeing of Sudanese refugees: a literature review. *Transcultural Psychiatry*, 46(2), 300-315. <http://doi.org/10.1177/1363461509105820>
- Townsend, E. A., & Polatajko, H. J. (2007). *Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-Being, and Justice Through Occupation*. Ottawa: Canadian Association of Occupational Therapists.
- Townsend, E., Wicks, A., van Bruggen, H., & Wright-St Clair, V. (2012). Imagining occupational therapy. *The British Journal of Occupational Therapy*, 75(1), 42-44. <http://doi.org/10.4276/030802212X13261082051490>
- Townsend, E., & Wilcock, A. (2004). Occupational justice and client-centred practice: a dialogue in progress. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71(2), 75-87.
- Tucker, P., Vanderloo, L. M., Irwin, J. D., Mandich, A. D., & Bossers, A. M. (2014). Exploring the nexus between health promotion and occupational therapy: Synergies and similarities. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 0008417414533300. <http://doi.org/10.1177/0008417414533300>

- UNESCO. (1998). Higher Education and Research: Challenges and Opportunities. Recuperado 13 de septiembre de 2015, a partir de <http://www.unesco.org/education/educprog/wche/principal/opport.html>
- United Nations. (2011). Trends in International Migrant Stock: Migrants by Age and Sex. Database. Recuperado 16 de abril de 2013, a partir de <http://esa.un.org/MigAge/p2k0data.asp>
- Ureña, E. M. (2008). *La teoría crítica de la sociedad de Habermas: la crisis de la sociedad industrializada* (3ª ed). Madrid: Tecnos.
- Vaismoradi, M., Turunen, H., & Bondas, T. (2013). Content analysis and thematic analysis: Implications for conducting a qualitative descriptive study. *Nursing and Health Sciences*, 15(3), 398-405. <http://doi.org/10.1111/nhs.12048>
- van Bruggen, H. (2008). Reflexiones sobre la importancia de celebrar el decimoquinto encuentro de la enothe en España, A Coruña, en el 2009. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, 2, (7). Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2581139>.
- van Bruggen, H. (2013). *A Terapia Ocupacional convirtiendo desafíos en oportunidades. A contribución á reforma social, sanitaria e educativa* (Disertación Doctorado Honoris Causa inédita). Universidade da Coruña, A Coruña.
- van Bruggen, H., Rivas-Quarneti, N., Viana-Moldes, I., Kapanadze, M., & Simó-Algado, S. (2012). Maestras de la terapia ocupacional. Hanneke van Bruggen. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, (16). Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4222125>
- Viana-Moldes, I. (2008). *Conferencia Inaugural: Los estudios de Terapia ocupacional en España*. VI Jornadas Interuniversitarias de Terapia Ocupacional: Procesos de Intervención de Terapia Ocupacional. Universidad Rey Juan Carlos y Universidad Complutense de Madrid.
- Viana-Moldes, I. (2009). Developments of Occupational Therapy within the Spanish Higher Education Area. En ENOTHE, *Fifteenth Meeting of ENOTHE* (Hogeschool van Amsterdam, p. 24). Universidade da Coruña.
- Vidal-Coso, E., & Vilhena, D. V. de. (2015). Entrapped as Domestic Workers? The Effect of Economic Context on Work Opportunities. En A. Domingo, A. Sabater, & R. R. Verdugo (Eds.), *Demographic Analysis of Latin American Immigrants in Spain* (pp. 83-103). Springer International Publishing. Recuperado de: http://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-12361-5_4
- Watson, R., & Fourie, M. (2004). Occupation and occupational therapy. En R. Watson & L. Swartz, *Transformation Through Occupation: Human Occupation in Context*. London: Wiley.
- Whiteford, G. (2000). Occupational Deprivation: Global Challenge in the New Millennium. *The British Journal of Occupational Therapy*, 63(5), 200-204.
- Whiteford, G. (2011). From Occupational Deprivation to Social Inclusion: Retrospective Insights. *British Journal of Occupational Therapy*, 74(12), 545.
- Whiteford, G., & Hocking, C. (2012). Introduction to critical perspectives in occupational science. En G. Whiteford & C. Hocking (Eds.), *Occupational Science: Society, Inclusion, Participation* (pp. 3-7). West Sussex (UK): Wiley-Blackwell.

- Wilcock, A. (1998). *An Occupational Perspective of Health*. Thorofare (New Jersey): SLACK.
- Wilcock, A. (2006). *An Occupational Perspective of Health* (2^o ed.). Thorofare (New Jersey): Slack, Inc.
- Wilcock, A. (2007). Occupation and Health: Are They One and the Same? *Journal of Occupational Science*, 14(1), 3-8.
<http://doi.org/10.1080/14427591.2007.9686577>
- Wilcock, A., & Hocking, C. (2015). *An Occupational Perspective of Health* (3^o. ed.). Thorofare, NJ: Slack Incorporated.
- Wilcock, A., & Townsend, E. (2013). Occupational Justice. En B. A. Schell, G. Gillen, M. Scaffa, & E. S. Cohn, *Willard and Spackman's Occupational Therapy* (12.^o ed., pp. 541-552). Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- World Federation of Occupational Therapists. (2012). WFOT | About Us | About Occupational Therapy | Definition of Occupational Therapy [World Federation of Occupational Therapists official Website]. Recuperado 18 de marzo de 2015, a partir de
<http://www.wfot.org/AboutUs/AboutOccupationalTherapy/DefinitionofOccupationalTherapy.aspx>
- World Health Organization. (2009). *Milestones in Health Promotion. Statements from Global Conferences*. Recuperado de:
http://www.who.int/healthpromotion/Milestones_Health_Promotion_05022010.pdf
- Wright, M. T., Gardner, B., Roche, B., von Unger, H., & Ainlay, C. (2010). Building an international collaboration on participatory health research. *Progress in Community Health Partnerships: Research, Education, and Action*, 4(1), 31-36.
<http://doi.org/10.1353/cpr.0.0102>
- Wright-St Claire, V., & Hocking, C. (2013). Occupational Science. The Study of Occupation. En B. A. Schell, G. Gillen, M. Scaffa, & E. S. Cohn, *Willard and Spackman's Occupational Therapy* (12.^o ed., pp. 82-94). Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Yerxa, E. J. (2000). Occupational science: a renaissance of service to humankind through knowledge. *Occupational Therapy International*, 7(2), 87-98.
<http://doi.org/10.1002/oti.109>

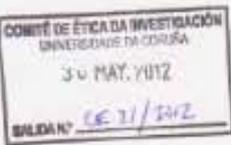
Anexos

Anexo I: Autorización Comité de Ética Universidade da Coruña (I)



UNIVERSIDADE DA CORUÑA

COMITÉ DE ÉTICA DA INVESTIGACIÓN



COMITÉ DE ÉTICA DA INVESTIGACIÓN
UNIVERSIDADE DA CORUÑA
30 MAY. 2012
VALIDA Nº CE 21/2012

CE 21/2012

**INFORME
DEL COMITÉ DE ÉTICA DE LA UNIVERSIDAD DE A CORUÑA**

El Comité de Ética de la Universidad de A Coruña (CE-UDC), reunido en sesión ordinaria de 30 de mayo de 2012, una vez estudiada la documentación presentada por Doña Natalia Yanaina Rivas Quarneti, respecto a la Tesis Doctoral de su autoría "*Barreiras e facilidades de la participación en actividades deportivas de las mujeres latinoamericanas en España. Una aproximación cualitativa*", y dirigida por las Doctores Morilla Fernández y Rodríguez-Borregol, estima que el mencionado trabajo de investigación respeta las exigencias y principios éticos y la normativa jurídica aplicables.

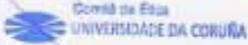
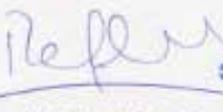
Por todo lo anterior, acordó por unanimidad, en el ámbito de sus competencias,

INFORMAR FAVORABLEMENTE

La viabilidad del Trabajo de Investigación desarrollado en el marco de la Tesis Doctoral que está siendo realizada por la doctoranda Natalia Yanaina Rivas Quarneti.

El Comité de Ética de la Universidad de A Coruña velará por el respeto de las exigencias y los principios éticos y la normativa jurídica aplicables durante el desarrollo del Trabajo de Investigación.

Y para que conste a los efectos oportunos, firma el presente informe en A Coruña, a 30 de mayo de 2012.



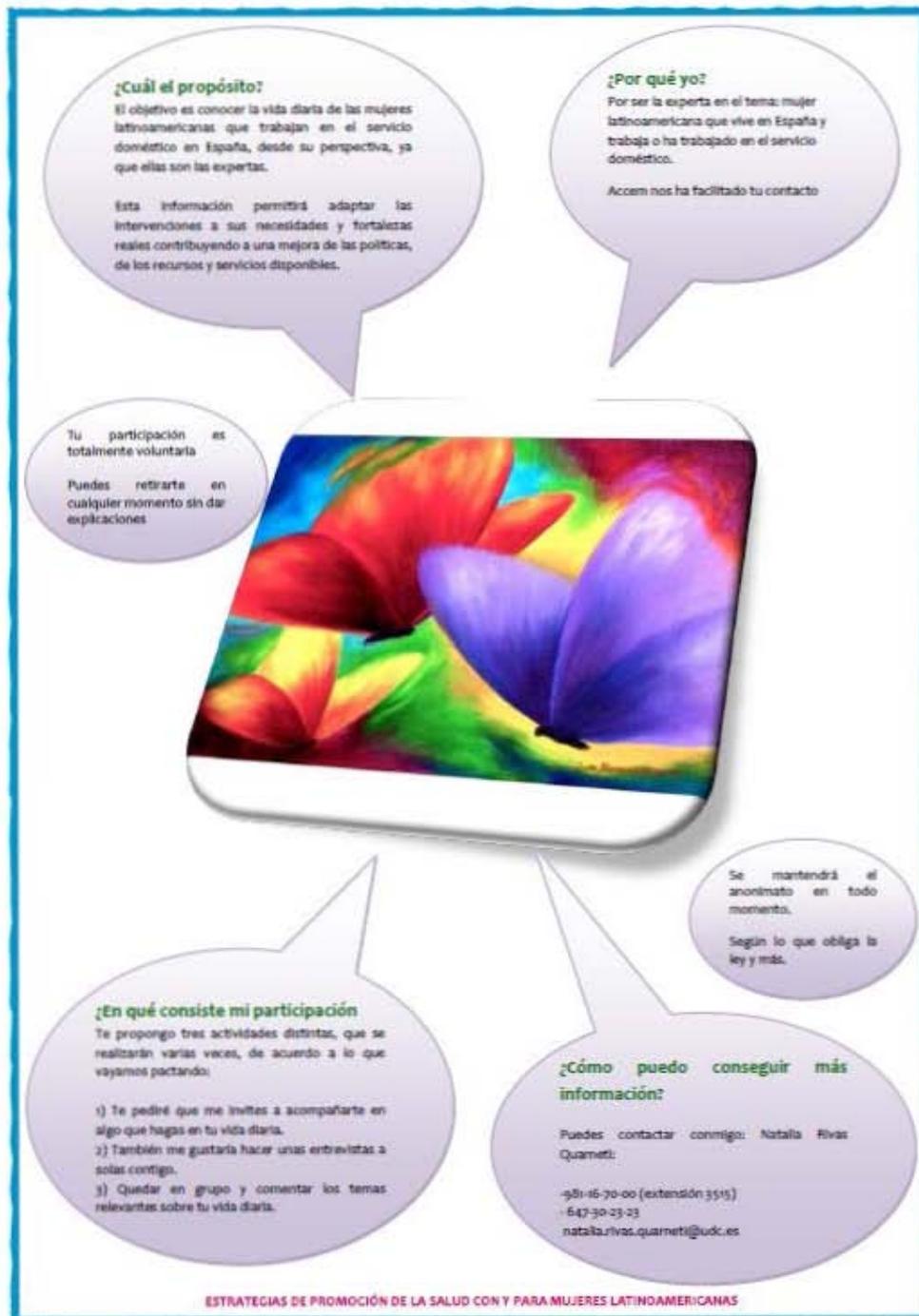
Fdo.: Rafael Colina García
Presidente del CE-UDC

Anexo II: Artículos seleccionados para la revisión de la literatura

Título	Autoría	Año	Revista
Relatos de transición ocupacional de mujeres inmigrantes en España	Santiago-Lista C, Rivas-Quarneti N, Añón-Loureiro L, Movilla-Fernández MJM	2014	Revista TOG
An exploration of Lutheran music-making among US immigrant and refugee populations	Adrian, A.	2013	Journal of Occupational Science (JOS)
Bridging through Occupation: Stories of Elderly Survivors of Human Rights Violations Living in Sweden.	Mondaca M, Josephsson S.	2013	JOS
Confidence in the future and hopelessness: Experiences in daily occupations of immigrants with late effects of polio	SANTOS-TAVARES Iolanda , THORÉN-JÖNSSON Anna Lisa	2013	Scandinavian Journal of Occupational Therapy
Expanding Policy-Based Conceptualizations of 'Successful Integration': Negotiating Integration through Occupation following International Migration	Huot, S; Rudman D	2013	JOS
Experiencias de participación cotidiana de personas inmigrantes en España: un enfoque fenomenológico hermenéutico	Rivas-Quarneti N, Movilla-Fernández M, van Nes F	2013	Revista TOG
Laying low: Fear and injustice for Latino migrants to Smalltown, USA	Bailliard, A.	2013	JOS
Leisure Participation and Well-being of Immigrant Women in Canada	Suto M.	2013	JOS
Living in a Blended World: The Occupational Lives of Children of Immigrants to Canada	Lencucha, C; Davis Jane; Polatajko H	2013	JOS
Not Made Here»: Occupational Deprivation of Non-English Speaking Background Immigrant Health Professionals in New Zealand	Mpofu C, Hocking C.	2013	JOS
Occupational Engagement and Health in Older South Asian Immigrants	Krishnagiri SSR, Fuller E, Ruda L, Diwan S	2013	JOS
Occupational strategies for settling in New Zealand: Learning from Indian immigrant men	Nayar S, Sterling K.	2013	JOS
The Central Role of Occupation in the Doing, Being and Belonging of Immigrant Women	Gupta J, Sullivan C	2013	JOS
The Embodied Sensory Experiences of Latino Migrants to Smalltown, North Carolina	Bailliard AL.	2013	JOS
The Family Knot»: Negotiating Identities and Cultural Values through the Everyday Occupations of an Immigrant Family in Sweden	Farias L, Asaba E.	2013	JOS
The Treaty of Waitangi: Framing Immigrants' Occupational Practices in Aotearoa New Zealand	Nayar S.	2013	JOS
Collective Occupations Among Filipina Migrant Workers: Bridging Disrupted Identities	Peralta-Catipon T.	2012	OTJR Occup Particip Health.

Immigration and its impact on daily occupations: a scoping review	Bennett KM, Scornaiencki JM, Brzozowski J, Denis S, Magalhães L	2012	Occupational Therapy Interational
Using Occupation to Navigate Cultural Spaces: Indian Immigrant Women Settling in New Zealand	Nayar S, Hocking C, Giddings L	2012	JOS
I think of my family, therefore I am: Perceptions of daily occupations of some Albanians in Switzerland.	Heigl F, Kinebanian A, Josephsson S	2011	Scandinavian Journal of Occupational Therapy
Moving from China to Canada: Occupational Transitions of Immigrant Mothers of Children with Special Needs	Hon C, Sun P, Suto M, Forwell SJ	2011	JOS
Sewing in the lives of immigrant women.	Boerema C, Russell M, Aguilar A	2010	JOS
Compromised careers: the occupational transition of immigration and resettlement.	Suto M.	2009	WORK
Statue square as a liminal sphere: Transforming space and place in migrant adaptation.	Peralta-Catipon T	2009	JOS
The meaning of leisure for well-elderly Italians in an Australian community: Implications for occupational therapy	Pereira RB, Stagnitti K	2008	Australian Journal of Occupational Therapy
An Occupational Perspective of Migrant Mental Health: Indian Women's Adjustment to Living in New Zealand	Nayar S, Hocking C, Wilson J	2007	British Journal of Occupational Therapy
New-immigrant women in urban Canada: Insights into occupation and sociocultural context	Martins V, Reid D.	2007	Occupational Therapy Interational
Visuomotor organization and thinking operations performance of school-age Ethiopian, Bedouin, and mainstream Israeli children	Katz N, Kizony R, Parush S.	2002	The Occupational Therapy Journal of Research

Anexo III: Cartel informativo



¿Cuál el propósito?
El objetivo es conocer la vida diaria de las mujeres latinoamericanas que trabajan en el servicio doméstico en España, desde su perspectiva, ya que ellas son las expertas.

Esta información permitirá adaptar las intervenciones a sus necesidades y fortalezas reales contribuyendo a una mejora de las políticas, de los recursos y servicios disponibles.

¿Por qué yo?
Por ser la experta en el tema: mujer latinoamericana que vive en España y trabaja o ha trabajado en el servicio doméstico.

Acem nos ha facilitado tu contacto

Tu participación es totalmente voluntaria

Puedes retirarte en cualquier momento sin dar explicaciones

¿En qué consiste mi participación
Te propongo tres actividades distintas, que se realizarán varias veces, de acuerdo a lo que vayamos pactando:

1) Te pediré que me invites a acompañarte en algo que hagas en tu vida diaria.
2) También me gustaría hacer unas entrevistas a solas contigo.
3) Quedar en grupo y comentar los temas relevantes sobre tu vida diaria.

¿Cómo puedo conseguir más información?

Puedes contactar conmigo: Natalia Rivas Quameti:

+351-46-70-00 (extensión 3515)
+347-30-23-23
natalia.rivas.quameti@uoc.es

Se mantendrá el anonimato en todo momento.

Según lo que obliga la ley y más.

ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD CON Y PARA MUJERES LATINOAMERICANAS

Anexo IV: Estructura y guion Grupo de Discusión 1

Información:

1. Explicación del propósito del grupo (que se espera):
 - a. ¿En qué estoy interesada? (En cómo es el día a día y qué cosas hacen las mujeres que trabajan o han trabajado en el servicio doméstico, para pensar juntas formas de mejorar ese día a día)
 - b. ¿Por qué? Porque no se sabe muchos sobre esto desde la perspectiva de las expertas, o sea, desde vuestra perspectiva. La información obtenida, podría ayudar a los servicios y recursos que trabajan para estas personas , por ejemplo.
 - c. Cómo va a ser la el grupo:
 - i. Estructura (1 hora aprox.)
 - ii. Sentiros libres de preguntar por aclaraciones, interrumpir...etc. (Recordar que puede haber diferencias en el lenguaje)
 - iii. No hay respuestas incorrectas porque "Usted es la persona experta".
 - iv. Rol investigadora: preguntar (no cómo experta) sino para entender mejor
2. Aspectos éticos
3. ¿Hay alguna pregunta o comentario antes de que empecemos?.

Entrevista:

Preguntas generales	Preguntas de seguimiento	Preguntas de sondeo
Si tuviésemos que escribir un libro sobre la vida diaria de una mujer que ha inmigrado de América Latina a España, y que trabaje o haya trabajado en el servicio doméstico, ¿qué deberíamos incluir?	Me podrías explicar un poco más sobre ... (Por ejemplo: actividad, ocupación, etc.) ¿Me podrías dar un ejemplo?	Si digo¿estoy en lo cierto? Entiendo correctamente cuando digo que...
¿Cómo describirías lo que una mujer en esta situación hace en una semana?	Cuando dices...., ¿a qué te refieres?	Te entiendo correctamente si digo que...
¿Qué otras cosas hacen en el día a día?		

Cierre:

- Para finalizar, ¿hay algo más que queráis añadir sobre lo que estamos comentando?
- Resumen de los temas abordados. Feedback sobre grupo. Agradecimiento.

Anexo V: Estructura y guion entrevista

Información:

4. Explicación del propósito de la entrevista y de la situación (que se espera):
 - a. ¿En qué estoy interesada? (En cómo es el día a día y qué cosas hacen las mujeres que trabajan o han trabajado en el servicio doméstico, para pensar juntas formas de mejorar ese día a día)
 - b. ¿Por qué? Porque no se sabe muchos sobre esto desde la perspectiva de las expertas, o sea, desde tu perspectiva. La información obtenida, podría ayudar a los servicios y recursos que trabajan para estas personas, por ejemplo.
 - c. Cómo va a ser la entrevista?:
 - i. Estructura (1 hora aprox.)
 - ii. Siéntase libre de preguntar por aclaraciones, interrumpir...etc. (Recordar que puede haber diferencias en el lenguaje)
 - iii. No hay respuestas incorrectas porque "Usted es la persona experta".
5. Aspectos éticos
6. Hay alguna pregunta o comentario antes de que empecemos la entrevista?

Entrevista:

Preguntas generales	Preguntas de seguimiento	Preguntas de sondeo
Si tuviésemos que escribir un libro sobre la vida diaria de una mujer que ha inmigrado de América Latina a España, y que trabaje o haya trabajado en el servicio doméstico, ¿qué deberíamos incluir?	Me podrías explicar un poco más sobre ... (Por ejemplo: actividad, ocupación, etc.) ¿Me podrías dar un ejemplo?	Si digo¿estoy en lo cierto? Entiendo correctamente cuando digo que...
¿Cómo describirías lo que haces en una semana?	Cuando dices....., ¿a qué te refieres?	Te entiendo correctamente si digo que...
¿Qué otras cosas haces en el día a día?		

Cierre:

- Para finalizar, ¿hay algo más que quiera añadir sobre lo que estamos comentando?
- Resumen de los temas abordados. Feedback. Agradecimiento.

Anexo VI: Modelo Diario

DIARIO PERSONAL

Te invitamos a que cuentes tu historia.

Nos encantaría leerte, escucharte y aprender de ti. Por eso nos gustaría saber qué es lo que haces y cómo te sientes en un día normal y en un día de fin de semana. Esta información, al igual que el resto de la investigación, nos ayudará a entender qué cosas te ayudan a estar bien y qué cosas no, para poder pensar juntas en maneras de cambiar y mejorar el bienestar de mujeres que viven situaciones similares.

Por favor, escribe lo que consideres importante. No hay límite de espacio ni de tema. Queremos que nos cuentes qué haces y cómo te sientes en un día normal y en un día de fin de semana, desde que te levantas hasta que te acuestas.

Un día normal en mi vida...

Anexo VI: Resumen gráfico actividad Metaplan

A continuación se describe la actividad llevada a cabo, así como las reflexiones de la moderadora y persona de apoyo.

Estructura y pasos de la actividad:

Pasos		Descripción	Material
Inicio	Café		-
	1) Presentación participantes	Cada participante dirá se presentará libremente	
Primera parte (Panel 1)	Presentación actividad	Presentación reglas, tiempos, resolución dudas	Pregunta (nube)
	2) Presentación de la pregunta	Breve explicación. Visualización de la pregunta <i>"Qué dificultades nos encontramos nosotras, que hemos migrado de Latinoamérica a España, en nuestro día a día"</i> . Reparto de tarjetas. Resolución dudas.	
	3) Escritura individual tarjetas	Cada participante tendrá este tiempo para pensar y escribir en las 5 tarjetas sus opiniones, experiencias, ideas, etc.	Tarjetas Rectangulares Amarillas & rotuladores negros
	4) Recolección tarjetas	Recoger tarjetas y barajar	
	5) Lectura tarjetas & Agrupar tarjetas y discusión	Se lee cada tarjeta en voz alta y se pegan en un lado del tablón	Adhesivo & Panel 1 papel de estraza
		Moderadora sugiere grupos de tarjetas en base a su contenido. Se solicita participación para consensuar los grupos. En cada grupo o clúster se pedirá elaboración. Se anotarán en tarjetas ovaladas y se colocará en el lugar correspondiente. Se pondrán títulos en cada clúster entre todas las personas participantes.	Tarjetas Ovaladas Blancas & Rotuladores negros
6) Priorizar	Cada participante colocará 5 adhesivos en los distintos grupos en función de la prioridad de cambio percibida. Se escogerán los 3 grupos más "votados" para continuar trabajando en la segunda fase	5 puntos adhesivos verdes para cada participante	
Descanso		Las participantes deciden seguir trabajando	Café. Moderadora poner títulos clúster seleccionados-priorizados- en nuevo panel
Segunda parte (Panel 2)	8) Trabajo grupal alternativas prioridad 1,2 y 3	Para cada problema proponer 2 acciones colaborativas (enfaticando que es importante que en ellas se involucren los recursos personales, locales y sociales)	Tarjetas verdes: acciones bastante probables-realizables Tarjetas naranjas: acciones más complejas/menos probables pero igualmente necesarias
		Para cada problema proponer 2 acciones colaborativas (enfaticando que es importante que en ellas se involucren los recursos personales, locales y sociales)	
		Para cada problema proponer 2 acciones colaborativas (enfaticando que es importante que en ellas se involucren los recursos personales, locales y sociales)	
Cierre	9) Resumen	Resumen de lo hecho. Solicitar <i>feedback</i> sobre la experiencia en el Metaplan	-

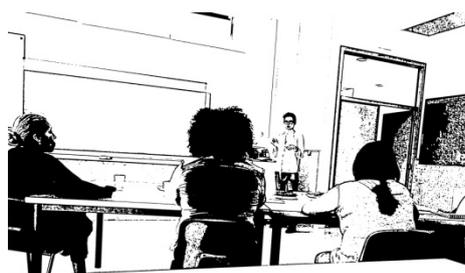
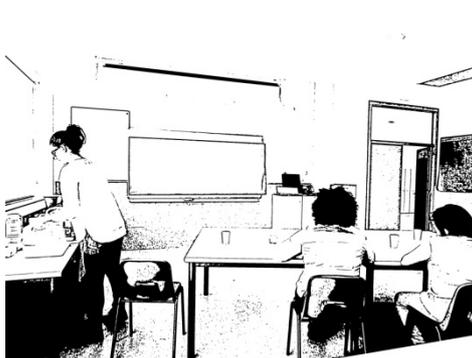
Fuente: Elaboración propia

Descripción y reflexiones:

Paso 1: Presentación participantes y actividad

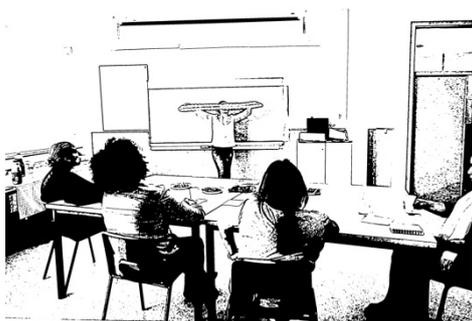
Ana debe estar en su trabajo antes de dos horas, por lo que debemos ajustar los tiempos. Por eso, el café y la presentación se entreveran.

Las participantes comparten nombres y nacionalidades. Con el café, la facilitadora presenta la actividad.



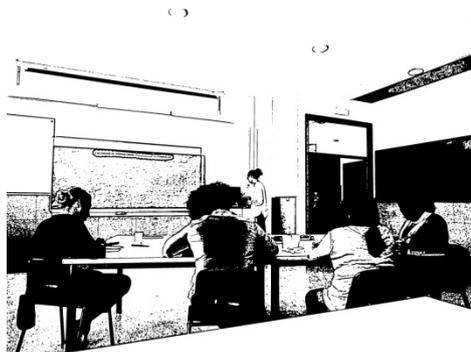
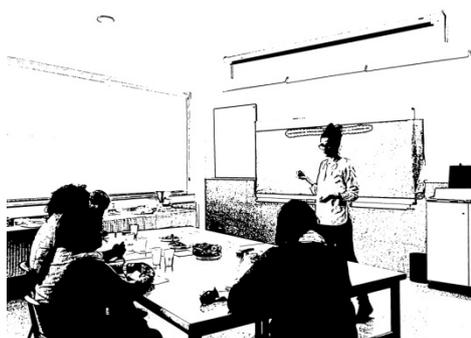
Paso 2: Presentación de la pregunta

Hay algo de confusión con la instrucción de escribir una frase/respuesta en cada tarjeta. Lucía se queda parada y ante la pregunta de la moderadora, comenta que no entiende. Se vuelve a explicar. María, comenta que ellas estaban haciendo preguntas. Se clarifica y comienzan de nuevo. Esto sucede en el primer minuto, luego cada una trabaja individualmente en sus respuestas.



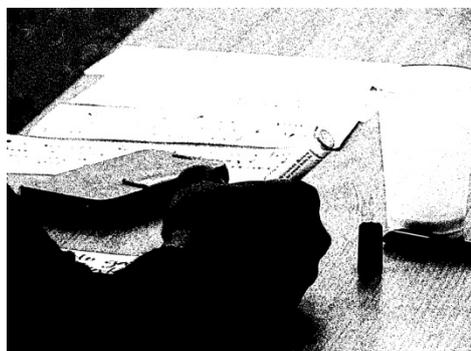
Paso 3: Escritura individual tarjetas

Tiempo individual. Las participantes se implican enseguida con la tarea. Al principio María, que está pendiente de arreglar unos trámites, pone sobre la mesa una libreta con apuntes de ella, que parecen relacionados con esas gestiones. Sin embargo, en muy poco tiempo la deja a un lado y se compromete con la actividad.



Paso 4: Recolección tarjetas

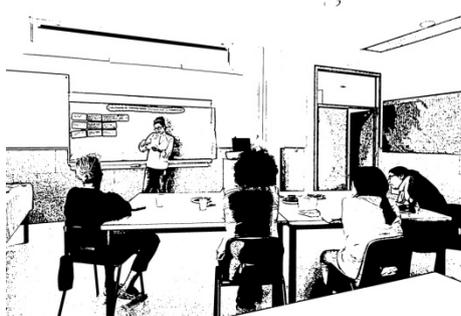
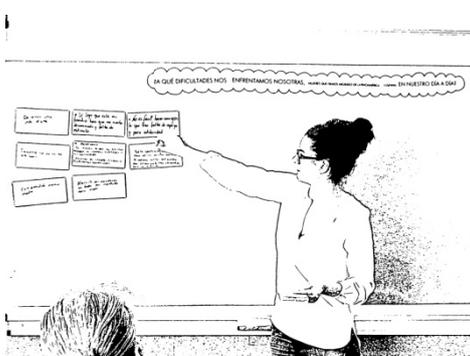
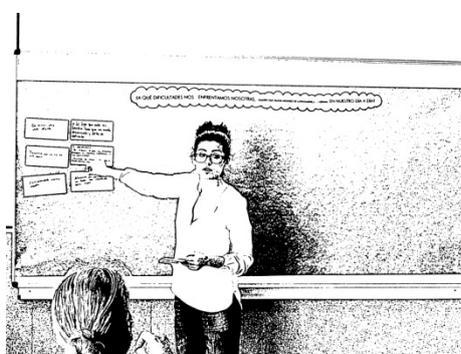
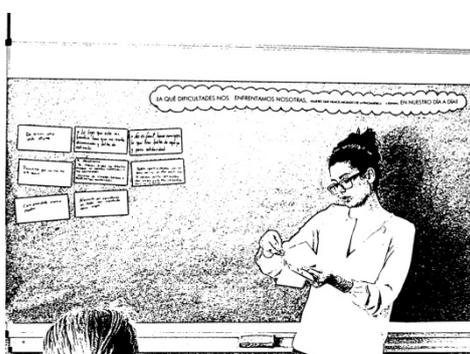
Se barajan y se bromea con las habilidades de la moderadora ("si fuera un mago haría virguerías") Ambiente distendido y agradable. Una de las participantes tarda un poco más en acabar de escribir (arruga una tarjeta).



Paso 5.1: Lectura tarjetas

En términos generales, el contenido de las tarjetas resonaba con la experiencia de todas las participantes, manifestándolo verbal y no verbalmente.

Las participantes asienten al escuchar las reflexiones de las compañeras. No hay conflicto, ni grandes discrepancias, sino que se empieza a comentar y a matizar sobre los elementos abordados. La moderadora recuerda que en el siguiente paso, cada una podrá aportar lo que estime oportuno en cada grupo de tarjetas. Elena no tuvo reparo en comentar cuáles eran sus tarjetas. Algo similar pasaba con Ana, aunque más comedida. Lucía y María no explicitaron cuál era o no su comentario.

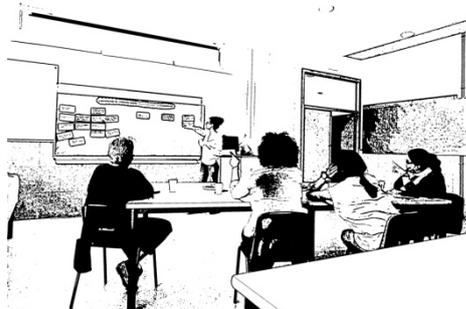
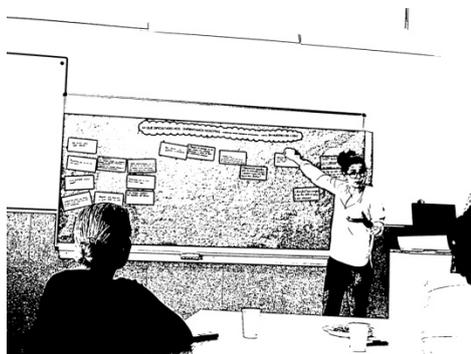


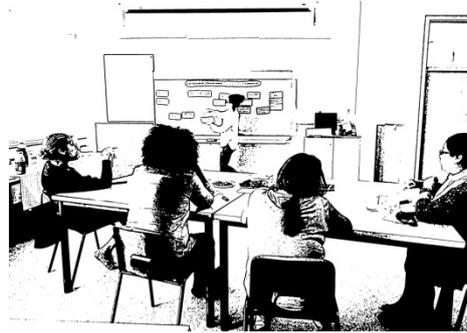
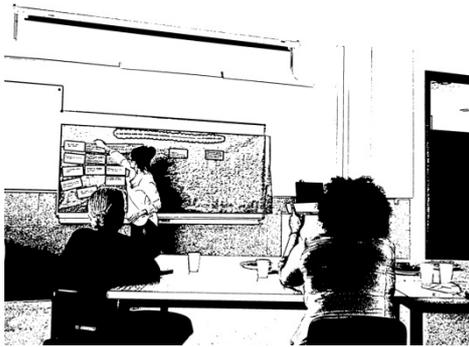
Paso 5.2: Agrupar

El proceso de agrupar se hace entre todas: participantes y moderadora. El proceso resultó fluido puesto que había muchas similitudes en los contenidos de las tarjetas. Sin embargo, en algunos casos, la moderadora tuvo que pedir clarificación sobre los contenidos o parar y cuestionar elementos que se daban por entendidos (por ejemplo: “ser entendida como mujer” podía entenderse como madre, pero también en un

espectro más amplio), precisamente por esa similitud. Para ello la moderadora empleó preguntas probatorias y de sondeo (¿Por ejemplo?, ¿Podrías explicar un poco más?, ¿Con xxx a qué te refieres?). En este intercambio la moderadora tuvo que pedir que la discusión volviese a las tarjetas y se esperase al siguiente paso para seguir profundizando en cada grupo, con las tarjetas ovaladas. Asimismo, se manifestó dificultad al tener que agrupar en compartimentos algunos elementos que para ellas estaban profundamente conectados. Por ejemplo, respeto en la toma de decisiones es algo que debería estar presente en todos los grupos. También se señaló que los grupos estaban profundamente interconectados, por ejemplo la falta de recursos económicos está vinculada a la falta de recursos para conciliar. “Si yo no tengo con quien dejar a los niños no puedo trabajar”. La dignidad, está vinculada con el trabajo, pero con más elementos, como actividades de recreo para hijos y para *nosotras*.

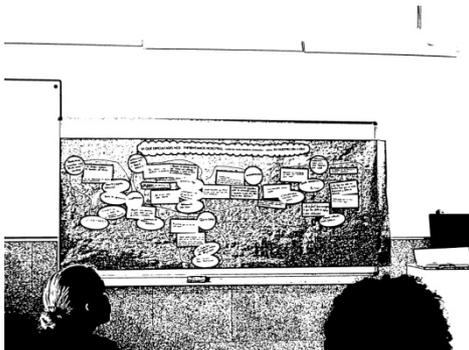
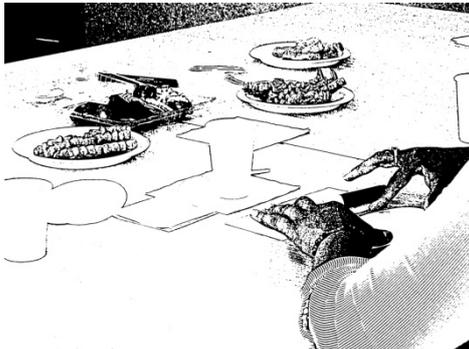
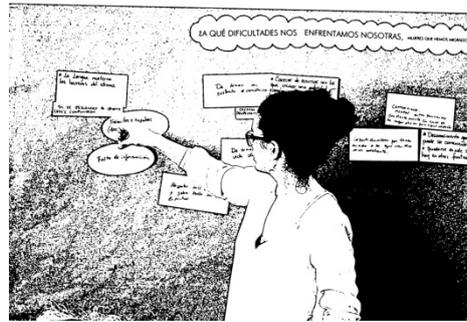
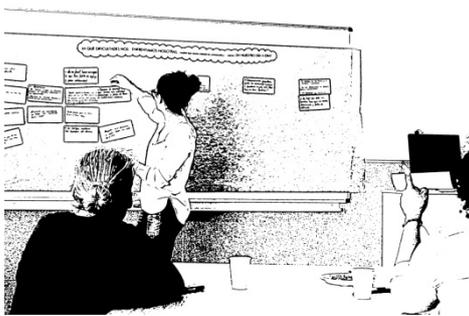
Durante este proceso el grupo se dio cuenta de que en algunas tarjetas había más de una idea, por lo que era complicado agrupar. Se consensuó cortar las tarjetas correspondientes para poder agrupar los contenidos.





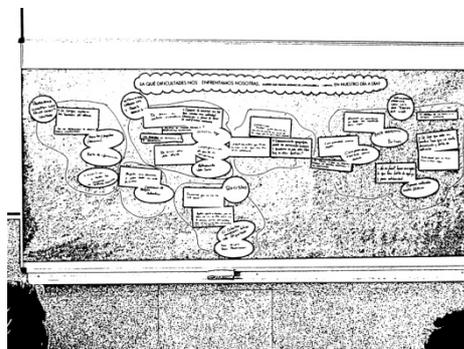
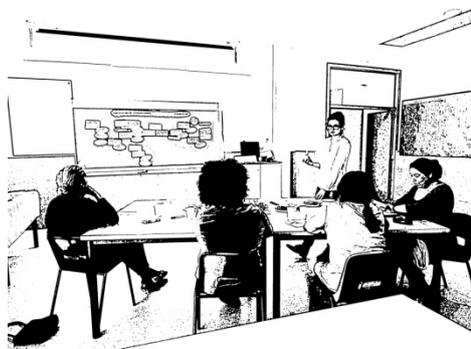
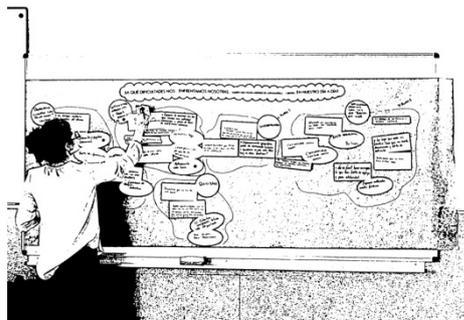
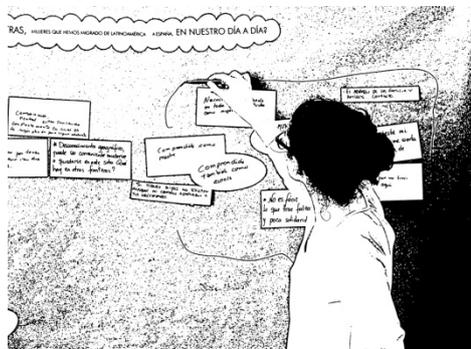
Paso 5.3: Profundizar

Al igual que en el momento anterior, las participantes comentan que hay elementos que están presentes o en los que se podría profundizar en todos los grupos, como la repercusión en el autoestima.



Paso 5.4: Poner títulos

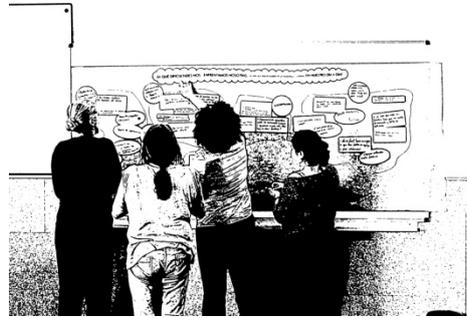
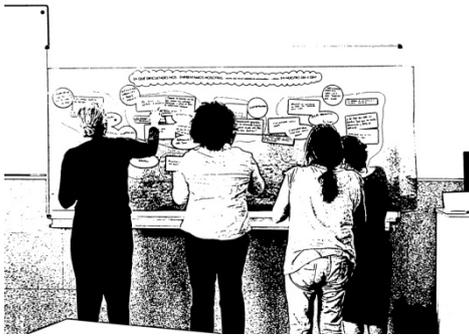
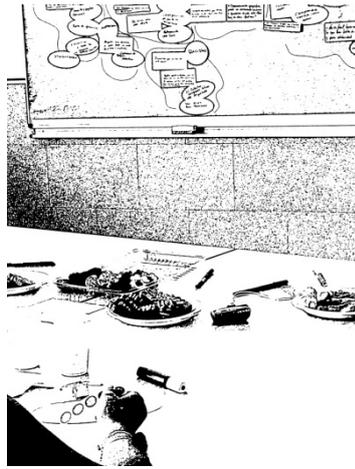
Se discuten los títulos de cada uno de los grupos.



Paso 6: Priorizar

Se reparten los puntos. El grupo preguntó qué significaba prioritarias. La facilitadora lo expresó como "aquellas que hay que atacar primero". La única limitación en el reparto de puntos es que no pongan todos en un único grupo.

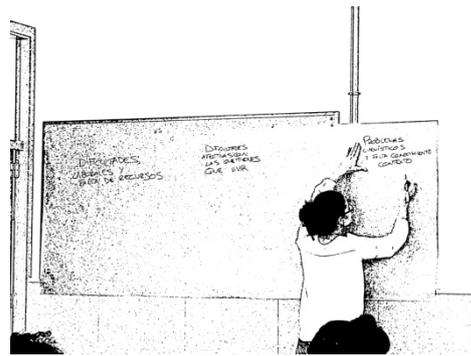
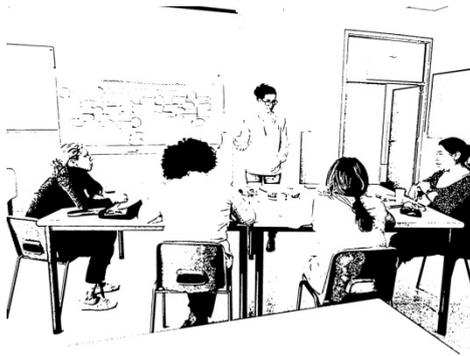
Las instrucciones parecen claras y en 2 minutos el grupo está listo para salir a priorizar. No se les comentó que con las tres más valoradas se seguiría trabajando (aunque sí que se trabajaría en base a lo que se hiciese en este panel 1)



Paso 7: Descanso

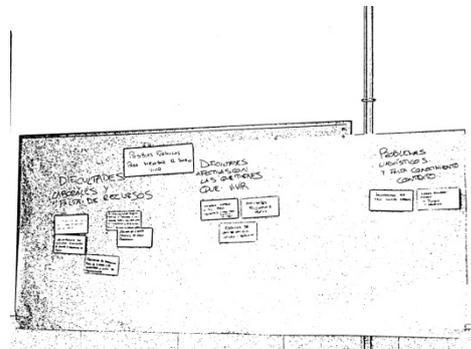
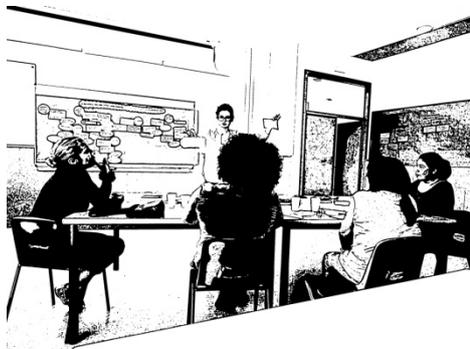
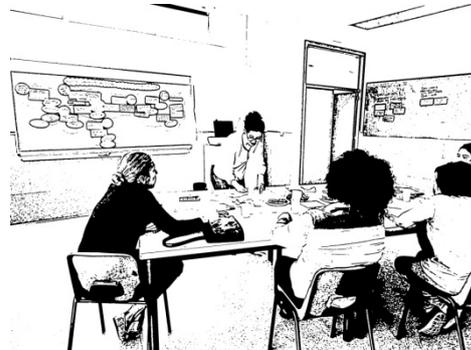
Las participantes deciden no hacer descanso y continuar para poder acabar a tiempo.





Paso 8: Trabajo grupal para propuesta de alternativas

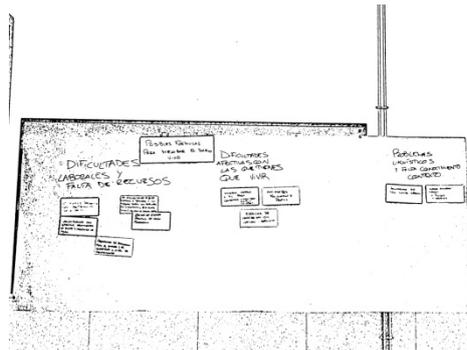
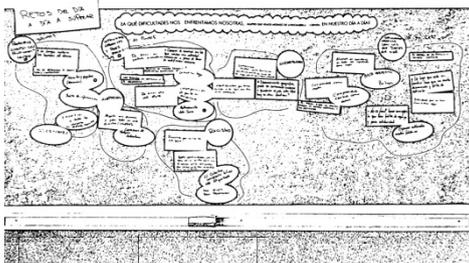
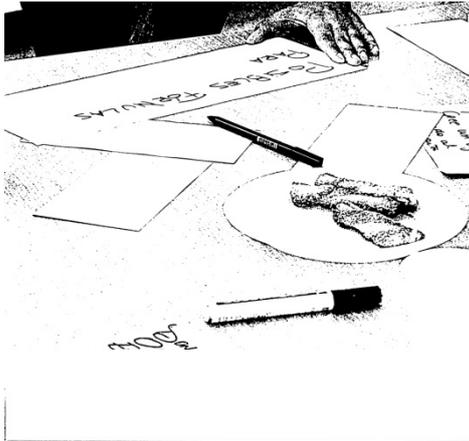
Se presentan las instrucciones y el grupo solicita empezar mejor escribiendo cada una en sus tarjetas, porque les resulta más fácil focalizar. Se consensúa y en el primer grupo se trabaja así. Primero escriben alternativas y luego se discuten. La discusión se dispersa, por lo que la moderadora tiene que guiar más la conversación para llegar a los objetivos. Es ella quien recoge en las tarjetas acordadas las propuestas consensuadas. Para las siguientes propuestas, la moderadora vuelve a la fórmula inicial. Se discute entre todas y ella recoge lo acordado en las tarjetas.



Paso 9: Cierre

Se aprovecha el resumen de la sesión para poner nombres a los dos paneles. La moderadora escribe los títulos consensuados en las tarjetas.

Se solicita feedback al grupo sobre la sesión. Sugieren que sería necesario más tiempo para profundizar y se ofrecen a volver a quedar para trabajar.



Anexo VIII: Autorización Comité de Ética Universidade da Coruña (II)



COMITÉ DE ÉTICA DA INVESTIGACIÓN



(Es copia)

CE 06/2013

INFORME DEL COMITÉ DE ÉTICA DE LA UNIVERSIDAD DE A CORUÑA

El Comité de Ética de la Universidad de A Coruña (CE-UDC), reunido en sesión ordinaria de 10 de mayo de 2013, una vez estudiada la documentación presentada por Doña Natalia Yanaína Rivas Quarnei, investigadora del Estudio Doctoral titulado "*Estrategias de promoción de la salud en el colectivo de mujeres latinoamericanas trabajando en el servicio doméstico en España: barreras y facilitadores de la participación en las ocupaciones diarias*", dirigido por las Profesoras Movilla Fernández y Rodríguez Borrego, estima que el mencionado estudio respeta las exigencias y los principios éticos y la normativa jurídica aplicables.

Por todo lo anterior, acordó por unanimidad, en el ámbito de sus competencias,

INFORMAR FAVORABLEMENTE

La viabilidad del Estudio de Investigación presentado por la investigadora Doña Natalia Yanaína Rivas Quarnei

El Comité de Ética de la Universidad de A Coruña velará por el respeto de las exigencias y los principios éticos y la normativa jurídica aplicables durante el desarrollo del Estudio de Investigación.

Y para que conste a los efectos oportunos, firma el presente informe en A Coruña, a 10 de mayo de 2013.


 Comité de Ética
UNIVERSIDADE DA CORUÑA

Fdo.: Rafael Colina Garea
Presidente del CE-UDC

En España, la llamada crisis socioeconómica ha empeorado las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen (los determinantes sociales de la salud). Entre los colectivos más afectados se encuentran las personas inmigrantes. Este estudio se centra en las mujeres inmigrantes en España, procedentes de Latinoamérica que durante la crisis (2008 a actualidad) se encontraron en situación de vulnerabilidad. El compromiso de la Terapia Ocupacional (TO) y Ciencia de la Ocupación (CO) con la transformación social y la reducción de las inequidades se ha expandido internacionalmente. Sin embargo, a pesar del incremento de la producción científica sobre las ocupaciones tras migrar, existe escasez de literatura que aproxime la cotidianidad de estas mujeres desde una perspectiva ocupacional crítica. Así, se planteó como objetivo del estudio entender las experiencias de su participación cotidiana en ocupaciones; así como identificar los mediadores de salud/bienestar para proponer acciones colaborativas de promoción de la salud. Se llevó a cabo una Investigación Participativa en Salud informada por la teoría crítica de Boaventura de Sousa Santos (Epistemologías del Sur). Se emplearon distintas estrategias de entrada al campo (sesiones informativas, bola de nieve, porteros, etc.). Finalmente 6 mujeres procedentes de Latinoamérica, de entre 36 y 42 años, participaron en el estudio. Los datos fueron generados a través de: grupo de discusión, entrevistas, diarios y Metaplan. Se empleó el análisis crítico narrativo para analizar los datos del grupo de discusión, las entrevistas y los diarios. Simultáneamente al desarrollo del Metaplan se realizó un análisis participativo temático. Se obtuvo autorización del Comité de Ética de la Universidad de A Coruña. Los resultados son 1) la historia ocupacional de cada participante: miradas únicas al día a día; 2) los temas transversales: la lucha diaria a través de las ocupaciones y; 3) la Agenda: retos del día a día a superar y posibles fórmulas para mejorar el diario vivir. A modo general, los resultados apoyan investigaciones previas a la vez que muestran particularidades. Así, ilustran el impacto de la violencia estructural en las ocupaciones diarias y contribuyen al análisis crítico del concepto elección ocupacional. Los resultados también desafían el entendimiento lineal de la transición ocupacional e integración tras la migración, clarificando cómo se genera un espacio periférico de participación en las ocupaciones en la sociedad. Para finalizar se señalan posibles implicaciones para la TO y CO, así como futuras líneas de investigación y acción.

