



EU-MiCare

Training the EU Health Workforce to Improve
Migrant and Refugee Mental Health Care

EU-MiCare

Introducción al curso

El curso EU-MiCare y todo su material de aprendizaje ha sido elaborado con el mayor cuidado, basándose en fuentes fiables de información. A menos que se diga lo contrario, los contenidos del plan de estudio del curso son precisos y están actualizados hasta el 31/12/2024. Las actualizaciones del plan de estudio posteriores a esta fecha no estarán disponibles.



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

Financiado por la Unión Europea.

No obstante, las opiniones expresadas son únicamente las de los autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de estas.



Este trabajo está licenciado bajo una [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) (CC-BY-NC 4.0).

Redactado en diciembre de 2024 por **Babel Day Centre**, bajo la ONG Syn-Eirmos de Solidaridad Social, con la colaboración de todos los socios del proyecto, como parte del Paquete de Trabajo nº3 – El paquete de Metodología y Formación EU-MiCare

¡Bienvenidos al curso en línea de EU-MiCare!

Este curso es el resultado del esfuerzo colaborativo de los socios involucrados provenientes de Chipre, Alemania, Grecia, Italia y España. Se ha diseñado una línea de apoyo a profesionales y voluntarios en su trabajo con migrantes y refugiados proporcionando un marco sólido basado tanto en la teoría como en las aplicaciones prácticas. Explorando dimensiones psicológicas clave, esta formación trata de profundizar en la comprensión de la migración como un proceso complejo y multifacético.

Entendiendo la Condición Migrante

Migrar no es solo cruzar una frontera; es una profunda convulsión que perturba la identidad, la comunidad y el sentido de pertenencia al hogar. Las personas migran por diferentes motivos – algunos buscan mejores oportunidades, otros huyen del conflicto o represión. Cada experiencia es única, y las vivencias de las personas migrantes y refugiadas en su llegada a un nuevo país son muy variadas. El proceso migratorio generalmente se desarrolla a través de tres etapas superpuestas: pre-migración, migración y post-migración, donde todas influyen en la salud mental de distintas maneras. Los grupos vulnerables, como las mujeres, niños, personas mayores y LGBTQ+ encuentran desafíos acumulativos durante su recorrido.

El ajuste a una nueva cultura, o aculturación, puede ser un estresante significativo, agravado por la xenofobia, racismo y la presión por asimilarse. Comúnmente, ser identificado primariamente como migrante puede complicar más la integración, dificultando a estas personas encontrar un sentido de pertenencia local. A pesar de estos desafíos, muchos migrantes y refugiados exhiben una notable resiliencia, mostrando un amplio repertorio de respuestas y, a menudo, prosperando a pesar de la adversidad.

Particularmente en lo que respecta a los resultados negativos en la salud mental, se reconoce cada vez más que el desarrollo de trastornos mentales entre los migrantes surge de una combinación de factores, incluidos sus historias de vida, las circunstancias actuales, el apoyo social, el acceso a cuidados y las políticas de integración. Dirigirse a estos asuntos de forma efectiva requiere un enfoque

comprendido que vaya más allá de la prestación de servicios psicológicos y de protección, integrando otros componentes de cuidados psicosociales. Esto implica implementar medidas y desarrollar intervenciones psicosociales multidisciplinarias y multinivel que consideren los determinantes sociales y sistémicos más amplios que impactan el bienestar.

Para las personas refugiadas particularmente, un aspecto central en sus experiencias es la pérdida involuntaria de su hogar, un hilo común para aquellos que han sido desplazados por diferentes adversidades. Pese a no expresarlo siempre con claridad, la búsqueda de un nuevo hogar suele ser el elemento central de su recorrido. El papel de los trabajadores de campo es acompañarlos en este proceso, ofreciendo apoyo mientras superan esta difícil transición. Esta situación requiere salir de la zona de confort e interactuar genuinamente con aquellos a quienes se ayuda, validando y reconociendo su humanidad y experiencias.

El Enfoque de Complejidad Terapéutica Sinérgica

Esta formación se basa en el enfoque de Complejidad Terapéutica Sinérgica desarrollado por Renos Papadopoulos (2021), que resalta tres principios clave:

- **Complejidad:** Reconocer que la experiencia de las personas migrantes y refugiadas está formada por la interacción entre individuos, aquellos que los asisten, y el amplio contexto sociopolítico. Esto también incluye considerar el extenso repertorio de reacciones (sean negativas, neutras o positivas) que las personas muestran en respuesta ante las adversidades.
- **Unicidad:** Comprender que cada experiencia de las personas refugiadas y migrantes es diferente y en continua evolución.
- **Totalidad:** Ver más allá del estatus/etiqueta de “migrante” o “refugiado” para hacer honor a su humanidad a la vez que se les reconoce como agentes activos del cambio de sus propias vidas.

Como profesionales y voluntarios involucrados en el cuidado de personas que han huido de su tierra natal, la labor no es solo aliviar el sufrimiento, sino también abogar por una mayor apertura y humanidad para dirigirse a estos problemas que enfrentan. Esto implica acercarse a las personas con compasión sin sobre enfatizar la patologización o medicalización, y asegurar que el apoyo psicosocial siga siendo una respuesta digna y respetuosa a sus necesidades. El enfoque sinérgico también requiere que los trabajadores de campo reflexionen sobre sus sesgos y prejuicios, reconociendo como las narrativas sociales y prácticas profesionales quizás perpetúen estereotipos o reduzcan a personas a una categoría extremadamente simplificada.

Objetivos del Curso y Resultados.

El curso digital EU-Micare invita a los profesionales y voluntarios a aceptar un marco psicosocial centrado en lo humano para interactuar con personas migrantes y refugiadas. A través de una combinación de fundamentos teóricos, ejercicios experienciales, actividades reflexivas y marcos prácticos como la Matriz de Adversidad, la Escala de Ulises y la Rueda de Privilegio y Poder, este curso tiene como objetivo ayudar a los participantes a identificar y responder a los diversos impactos de la migración y generar un cambio significativo en su trabajo.

Los participantes obtendrán:

- ➔ **Conocimiento:** Una comprensión más profunda de las dimensiones psicosociales de la migración, incluyendo desafíos únicos afrontados por los migrantes y refugiados durante diferentes etapas de su recorrido.
- ➔ **Habilidades:** Herramientas prácticas para un apoyo compasivo y efectivo superando los enfoques centrados en el trauma para reconocer las distintas reacciones ante la adversidad.
- ➔ **Actitudes:** Una perspectiva reflexiva y culturalmente sensible que abraza la complejidad, unicidad y totalidad de la experiencia de cada persona.
- ➔ **Conexiones:** Oportunidades para interactuar con una red de proveedores de servicios y expertos de todo Europa, fomentando la colaboración y aprendizaje compartido sobre la salud mental de personas migrantes y refugiadas.

Grupos objetivo del curso

Los grupos objetivos primarios incluyen:

- Profesionales de la salud (por ejemplo, psicólogos, trabajadores sociales, médicos, enfermeros) y otros profesionales (por ejemplo, mediadores culturales, intérpretes, consejeros, cuidadores de menores no acompañados) que trabajan con poblaciones migrantes y refugiadas en entornos de toda Europa, como campos de acogida, organizaciones sin ánimo de lucro, centros de salud mental públicos, hospitales y refugios.
- Vocational Education and Training providers o VET (proveedores de Educación y Formación Vocacional), desarrolladores de VET e instituciones académicas, que utilizarán y promoverán la formación.
- Asociaciones profesionales relevantes, organismos del sector público y organizaciones de la sociedad civil involucradas en la salud de migrantes y refugiados.

Estructura del curso

El contenido del plan de estudios ha sido desarrollado utilizando metodologías participativas, incorporando las aportaciones de los trabajadores de campo a lo largo del proceso de diseño de la formación. Además, las perspectivas de migrantes y refugiados (adultos, familias y niños) han sido representadas de manera indirecta a través de la experiencia de las organizaciones asociadas que brindan servicios de salud mental y cuidado social a estas poblaciones. El curso sigue una progresión lógica de temas generales a específicos y se compone de 4 módulos y un total de 17 unidades, con descripciones detalladas que se presentarán a continuación. Los módulos 2 y 3 se ofrecen en dos itinerarios separados para atender a diferentes roles profesionales.

Modulo 1: Fundamentos del Cuidado Psicosocial en Contextos Migratorios

(tiempo medio estimado para la compleción del módulo 13.5 horas)

- **Unidad 1.1–Bienestar psicosocial en el contexto de la migración:** Resumen de los conceptos clave que aparecerán a lo largo del plan de estudios.
- **Unidad 1.2 – Determinantes Sociales de la Salud Mental:** Los factores no médicos que influyen en la salud y la salud mental a lo largo del tiempo y durante las diferentes fases de la migración.
- **Unidad 1.3 – Factores de Riesgo, Protección y Promoción/Resiliencia:** Factores que afectan el bienestar de migrantes y refugiados, incluidos grupos específicos, como mujeres, personas mayores y personas LGBTQ+.
- **Unidad 1.4 – Dimensiones Psicológicas del Proceso Migratorio:** Principales teorías y conceptualizaciones del complejo recorrido psicológico de migrantes y refugiados.
- **Unidad 1.5 – Condiciones Comunes de Salud Mental Entre Migrantes y Refugiados:** Visión general de la epidemiología y las manifestaciones de los desafíos de salud mental que enfrentan migrantes y refugiados.

Módulo 2: Mejora de Habilidades en el Reconocimiento y Evaluación de las Necesidades de Salud Mental de los Migrantes.

(Dos itinerarios diferentes: Profesionales de la salud mental, Otros profesionales)

(tiempo medio estimado para la compleción del módulo 12.5 horas)

- **Unidad 2.1 – Comprender la Influencia de la Cultura en la Salud Mental:** La relación entre la cultura y la salud mental.
- **Unidad 2.2 – Perspectivas Interseccionales sobre la Migración y la Salud Mental:** La migración y el bienestar a través de la lente de la interseccionalidad.
- **Unidad 2.3 – Enfoques de Cribado de Salud Mental para Migrantes y Refugiados:** Visión general de enfoques culturalmente sensibles para identificar necesidades de salud mental.
- **Unidad 2.4 – Psychological First Aid o PFA (Primeros Auxilios Psicológicos):** Cómo brindar apoyo inmediato tras una crisis.

Itinerario para Profesionales de la Salud: Este itinerario está diseñado para profesionales que están familiarizados con el lenguaje clínico y realizan cribados, evaluaciones, diagnósticos o tratamientos/terapias de salud mental en sus respectivos contextos. Esto incluye médicos, psicólogos, psicoterapeutas y enfermeros.

Itinerario para Otros Profesionales y Voluntarios: Este itinerario está dirigido a profesionales y voluntarios que trabajan estrechamente con migrantes y refugiados en capacidades no clínicas, como mediadores culturales, intérpretes, trabajadores sociales, consejeros, cuidadores de menores no acompañados y voluntarios.

Modulo 3: Mejora de las Habilidades en Gestión de Necesidades de Salud Mental en Migrantes

(Dos itinerarios diferentes: Intérpretes/mediadores culturales, otros profesionales)

(tiempo medio estimado para la compleción del módulo 13.5 horas)

- **Unidad 3.1 – Comunicación Efectiva:** Técnicas para una comunicación de apoyo y no violenta.
- **Unidad 3.2 – Conciencia Cultural:** Comprensión y respeto de las diferencias culturales.
- **Unidad 3.3 – Colaboración para una Interpretación y Mediación Cultural Efectiva:** Principios fundamentales para una colaboración eficaz con intérpretes y mediadores culturales.
- **Unidad 3.4 – Colaboración Interdisciplinaria en Salud Mental y Apoyo Psicosocial:** Exploración de enfoques multisectoriales para intervenciones psicosociales.
- **Unidad 3.5 – Respuesta a la Situación Especial de los Niños:** Atención a las necesidades únicas de los menores en el contexto de la migración, incluidos los niños no acompañados y separados.

Itinerario para Intérpretes y Mediadores Culturales: Este itinerario está dirigido a personas responsables de salvar las diferencias culturales y lingüísticas en el trabajo con migrantes y refugiados, como intérpretes y mediadores culturales.

Itinerario para Otros Profesionales: Abierto a todos los profesionales y voluntarios que no encajen en los perfiles anteriores pero que trabajen con migrantes y refugiados en diversas capacidades, como médicos, psicólogos, psicoterapeutas, enfermeros, trabajadores sociales, asesores, cuidadores de menores no acompañados y voluntarios.

Modulo 4: Autocuidado y Bienestar del Personal

(tiempo medio estimado para la compleción del módulo 9.5 horas)

- **Unidad 4.1 – Efectos en Profesionales y Voluntarios que Trabajan en el Contexto de la Migración:** Consecuencias psicológicas de la naturaleza del trabajo.
- **Unidad 4.2 – Autocuidado:** Estrategias prácticas para mantener la propia salud mental.

- **Unidad 4.3 – Cuidado del Personal:** Apoyo al bienestar de colegas y miembros del equipo en un contexto organizacional, con especial atención a las necesidades y desafíos que enfrentan los voluntarios.

Aunque se proporciona un marco de tiempo estimado para la duración de la lectura de cada módulo, los tiempos de finalización pueden variar. Por lo tanto, se anima a los participantes a evaluar el tiempo necesario para cada unidad y avanzar a su propio ritmo. Los módulos incluyen lecturas, videos, recursos multimedia y actividades de aprendizaje interactivas.

Evaluación y Certificado de Finalización

La evaluación se llevará a cabo mediante una serie de preguntas de evaluación y cuatro viñetas, cada una correspondiente a uno de los módulos del curso. Estas viñetas están basadas en historias reales del campo, abordando diversos escenarios que profesionales y voluntarios pueden encontrar en su trabajo con poblaciones migrantes y refugiadas.

Una vez completadas todas las preguntas de evaluación posteriores a cada módulo, los participantes serán elegibles para recibir un certificado de finalización.

Herramientas de aprendizaje y recursos

- **Fundamentos Teóricos:** Cada unidad incluye una revisión detallada de la literatura y referencias, basadas en la investigación global actual sobre el cuidado de migrantes y refugiados.
- **Ejercicios Reflexivos:** Actividades prácticas diseñadas para profundizar la comprensión y mejorar las habilidades en el abordaje de la salud mental de migrantes y refugiados.
- **Glosario:** Un recurso integral en el Repositorio que proporciona definiciones de términos clave sobre migración, disponible en inglés.

- **Materiales Suplementarios:** Herramientas adicionales, incluidos videos, gráficos y otros recursos útiles, accesibles a través del Repositorio (solo en inglés).
- **Comunidad de Conocimiento:** Un foro independiente y dedicado que conecta a los estudiantes de toda Europa para intercambiar ideas, compartir conocimientos, hacer redes y construir una comunidad de práctica.

Iconos e Indicadores Visuales del aprendizaje en línea.



Repositorio



Puntos clave



Vídeo



Pausa para Reflexión

mental health

Definición del término proporcionada en el
Glosario (solo en inglés)

Para concluir ...

La migración es un proceso marcado por la complejidad y el cambio profundo. Aquellos que apoyan a los migrantes y refugiados juegan un papel vital al ayudar a individuos y comunidades a reconstruir un sentido de hogar y pertenencia. Al final del curso, los participantes estarán mejor preparados para abordar las necesidades de migrantes y refugiados con competencia y humildad cultural, contribuyendo a mejorar los resultados en su trabajo.