Travesías emocionales: Explorando el impacto cultural y el Síndrome de Ulises en la experiencia inmigratoria en Panamá

Autores:

Altamirano, Scarlet

Universidad UMECIT, Panamá
Licenciatura en Psicología General
scarlet.isabella@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-7702-904X>

Ramos, Alexander

Universidad UMECIT, Panamá
Licenciatura en Psicología General
alexanderramos5070@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-7504-0713>

Boyd, Estefani

Universidad UMECIT, Panamá
Licenciatura en Psicología General
estefanibyb@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0000-8995-7391>

Docente Asesor:

Sarco Santo, Amelia

Universidad UMECIT, Panamá
Asignatura: Método de Investigación en Psicología
ameliasarco@umecit.edu.pa
<https://orcid.org/0000-0001-9524-4080>

Sede: La Chorrera

DOI: 10.37594/sc.v1i6.1612

Resumen

El presente estudio se adentra en las experiencias de jóvenes inmigrantes en Panamá, utilizando un enfoque psicológico para comprender cómo han sobrellevado las complejidades del impacto cultural. Los hallazgos revelan que los jóvenes inmigrantes experimentan un proceso de adaptación desafiante, marcado por sentimientos de desarraigo, pérdida y soledad. El choque cultural, caracterizado por las costumbres, valores y estilos de vida, genera dificultades para integrarse en la nueva sociedad. La nostalgia por su cultura de origen, la pérdida de vínculos sociales y familiares exacerbando estas dificultades, también el estudio identifica la discriminación y la xenofobia como factores que agravan la situación de la población de estudio. En este contexto, el Síndrome de Ulises emerge como una realidad palpable para los jóvenes participantes. Los síntomas característicos de este síndrome, como el estrés crónico, la despersonalización, la desvalorización de la identidad y el deseo de regresar al hogar se manifiestan con claridad en sus narrativas. Los hallazgos de este

estudio contribuyen significativamente a una mejor comprensión de los desafíos psicosociales que enfrentan los inmigrantes desde una perspectiva psicológica, la investigación resalta la necesidad de desarrollar intervenciones psicológicas específicas para atender a las necesidades de esta población, con un enfoque en la promoción de la resiliencia, el apoyo social y el abordaje de la discriminación.

Palabras clave: Discriminación, inmigrantes, impacto cultural, Síndrome de Ulises.

Emotional Journeys: Exploring the Cultural impact and Ulysses Syndrome in the immigration experience in Panama

Abstract

This study delves into the experiences of immigrant youth in Panama, using a psychological approach to understand how they have coped with the complexities of culture shock. The findings reveal that immigrant youth experience a challenging adaptation process, marked by feelings of uprootedness, loss and loneliness. Culture shock, characterized by customs, values and lifestyles, creates difficulties in integrating into the new society. Nostalgia for their culture of origin, loss of social and family ties exacerbate these difficulties, and the study also identifies discrimination and xenophobia as factors that aggravate the situation of the study population. In this context, the Ulysses Syndrome emerges as a palpable reality for the young participants. The characteristic symptoms of this syndrome, such as chronic stress, depersonalization, devaluation of identity and the desire to return home are clearly manifested in their narratives. The findings of this study contribute significantly to a better understanding of the psychosocial challenges faced by immigrants from a psychological perspective, the research highlights the need to develop specific psychological interventions to address the needs of this population, with a focus on promoting resilience, social support, and addressing discrimination.

Keywords: Discrimination, immigrants, cultural impact, Ulysses Syndrome.

1. INTRODUCCIÓN

Justificación

Este artículo se elabora con el propósito de profundizar en el impacto cultural y el Síndrome de Ulises en jóvenes inmigrantes en Panamá. La relevancia de esta investigación radica en la creciente migración en América Latina y la necesidad imperiosa de comprender los desafíos psicosociales que enfrentan los inmigrantes para promover su integración efectiva en las sociedades de acogida.

El estudio se enfoca en la problemática existente sobre los efectos emocionales y sociales del llamado “*choque cultural*” y la discriminación en esta población vulnerable. A través de una

investigación cualitativa basada en entrevistas en profundidad, se pretende capturar la riqueza de las experiencias subjetivas de los jóvenes inmigrantes, proporcionando un análisis detallado y contextualizado de su proceso de adaptación y las dificultades que enfrentan.

Los hallazgos de este estudio no solo aportarán al conocimiento académico sobre el impacto cultural y el Síndrome de Ulises, sino que también tendrán un valor práctico significativo. Al identificar las principales barreras y factores estresantes que enfrentan estos jóvenes, se podrán diseñar intervenciones psicológicas y sociales más efectivas, orientadas a promover la resiliencia, el apoyo social y la inclusión de los inmigrantes en la sociedad panameña.

Este artículo responde a la línea de investigación de Psicología y Desarrollo Humano, particularmente en el área ámbito del desarrollo de la personalidad y el eje temático salud y bienestar. La elección de esta línea de investigación se fundamenta en la misión de UMECIT de contribuir al desarrollo social y humano mediante la generación de conocimiento relevante y aplicable a los problemas contemporáneos. Al abordar el impacto cultural y el Síndrome de Ulises en jóvenes inmigrantes, este estudio se alinea con el compromiso de la universidad de promover la inclusión, la diversidad y el bienestar social.

Descripción de la temática o problema de investigación

El estudio se centra en el impacto cultural y el síndrome de Ulises en la experiencia migratoria de jóvenes inmigrantes en Panamá. La migración es un fenómeno global que ha aumentado significativamente en las últimas décadas, trayendo consigo una serie de desafíos y problemas para los individuos que se desplazan de un país a otro. Entre los jóvenes inmigrantes, estos desafíos pueden ser particularmente agudos debido a su etapa de desarrollo y la necesidad de integración en un nuevo entorno cultural.

El síndrome de Ulises, también conocido como el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple, es una condición que afecta a muchas personas que han migrado bajo circunstancias difíciles. Este síndrome se caracteriza por síntomas como ansiedad, depresión, insomnio, y problemas psicosomáticos, resultantes de la exposición prolongada a situaciones estresantes, tales como la separación de la familia, barreras idiomáticas, desempleo, y discriminación. El impacto de estos factores se ve exacerbado en los jóvenes, quienes están en una fase crucial de su desarrollo emocional y social.

Los datos estadísticos sobre la migración en Panamá reflejan un aumento en el número de jóvenes inmigrantes, muchos de los cuales provienen de países vecinos en América Latina. Sin

embargo, existe una carencia de estudios específicos que aborden cómo estos jóvenes lidian con el estrés cultural y emocional asociado a su experiencia migratoria. Este vacío en la literatura justifica la necesidad de explorar y visibilizar este problema, para proporcionar una comprensión más profunda y desarrollar intervenciones efectivas.

El problema de investigación se plantea en términos de identificar y analizar los efectos del impacto cultural y el síndrome de Ulises en los jóvenes inmigrantes en Panamá. Se busca entender cómo las experiencias individuales y colectivas de estos jóvenes afectan su bienestar psicológico y emocional, y qué factores contribuyen a la manifestación de síntomas relacionados con el síndrome de Ulises. Este estudio exploratorio cualitativo permitirá no solo describir las experiencias de los jóvenes inmigrantes, sino también identificar patrones comunes y temas recurrentes que puedan ser abordados en futuras investigaciones y políticas públicas.

Antecedentes investigativos

La investigación sobre el impacto cultural y su relación con el síndrome de Ulises en jóvenes inmigrantes ha cobrado relevancia en los últimos años debido al aumento significativo de la migración global y los desafíos que enfrentan las poblaciones migrantes en sus procesos de adaptación. Diversos autores han realizado investigaciones tanto nacionales como internacionales que aportan un sustento teórico y metodológico valioso para comprender el proceso migratorio como una situación de alta vulnerabilidad para los jóvenes. Estos estudios destacan la alta posibilidad de que los jóvenes inmigrantes presenten sintomatologías relacionadas con el síndrome de Ulises, tales como altos niveles de estrés crónico y múltiple.

Un estudio relevante sobre la salud mental de los migrantes por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018). Indica que los migrantes y refugiados son más propensos a experimentar problemas de salud mental debido al estrés de la migración, la adaptación a nuevas culturas, y la posible exposición a traumas en sus países de origen.

Según Achotegui (2012), el síndrome de Ulises se manifiesta en migrantes que enfrentan múltiples adversidades, incluyendo la soledad, el duelo migratorio y la falta de oportunidades laborales, lo que resulta en un estado de estrés extremo. Este concepto ha sido explorado en diversos estudios que documentan la prevalencia de este síndrome entre jóvenes migrantes.

La Organización Internacional para las Migraciones (OIM) presentó el Perfil Migratorio, en ese estudio se detalla que en Panamá hay paridad de género en las personas migrantes, con tendencia a recibir personas jóvenes, la mayoría entre 25 y 45 años, que llegan en grupos unifamiliares o parejas.

Según estimaciones realizadas por el Servicio Nacional de Migración, el país contaba en el 2020 con aproximadamente 419,146 personas migrantes ya regularizadas o en trámite de regularización. La mayoría de las personas migrantes eran intrarregionales. Colombia representaba el 26%, la República Bolivariana de Venezuela, el 20%; Nicaragua, el 9.3%; la República Dominicana, el 5% y la República Popular de China representaba el 5.8% de la población migrante.

Un estudio realizado por García y Pérez (2018) en México, utilizando un enfoque cualitativo, encontró que los jóvenes inmigrantes experimentan una serie de desafíos relacionados con la integración cultural y el mantenimiento de su identidad, lo cual contribuye al desarrollo de síntomas asociados al síndrome de Ulises. Los resultados de esta investigación subrayan la importancia de abordar los factores culturales y emocionales en el apoyo a los inmigrantes jóvenes (García & Pérez, 2018).

Smith y Adams (2019) realizaron un estudio longitudinal en Estados Unidos, que evidenció que los jóvenes inmigrantes enfrentan barreras significativas en su adaptación, incluyendo la discriminación y la barrera del idioma. Este estudio concluyó que la falta de redes de apoyo social aumenta la vulnerabilidad de estos jóvenes al síndrome de Ulises, sugiriendo la necesidad de políticas públicas que faciliten la integración y el bienestar de los migrantes.

Estos antecedentes teóricos y empíricos resaltan la relevancia de continuar investigando el impacto cultural y el síndrome de Ulises en jóvenes inmigrantes, con el fin de desarrollar estrategias de intervención que mitiguen los efectos adversos de la migración y promuevan una adaptación más saludable y equilibrada.

Formulación de la interrogante

Frente a lo expuesto se propone la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo impacta el contexto cultural y el síndrome de Ulises en la experiencia migratoria en Panamá?

Propósito

La elaboración de este artículo tiene como propósito analizar el Impacto cultural que tienen los jóvenes inmigrantes en Panamá, además del síndrome de Ulises en la experiencia migratoria.

Breve desarrollo teórico y conceptual

Duelo migratorio

El duelo migratorio es un proceso emocional complejo que experimentan los inmigrantes al dejar su país de origen. Este duelo se caracteriza por sentimientos de pérdida, nostalgia y adaptación a

una nueva cultura y entorno. Los inmigrantes pueden enfrentar desafíos significativos como la separación de seres queridos, la pérdida de su identidad cultural y la necesidad de adaptarse a nuevas normas y expectativas sociales.

Según (Achotegui, 2002) *“El duelo migratorio es un proceso normal y necesario para adaptarse a la nueva realidad. Incluye la pérdida del entorno familiar, la identidad cultural y el contacto directo con seres queridos. Este proceso puede ser largo y complicado, dependiendo de factores individuales y contextuales.”* Subraya la importancia de reconocer este proceso como parte integral del ajuste emocional de los inmigrantes, ayudando a comprender los desafíos psicológicos que enfrentan al cambiar de país. Entender el duelo migratorio es crucial para desarrollar estrategias de apoyo efectivas que puedan facilitar la integración y el bienestar emocional de los inmigrantes en sus nuevos entornos.

El duelo es una experiencia cotidiana para las personas, frecuentemente asociada con la pérdida. Vivimos en un mundo dinámico donde a menudo nos enfrentamos a cambios que pueden escaparse de nuestras manos de manera inesperada y rápida. Aceptar la ausencia de algo en nuestra vida representa un desafío significativo que resuena en nuestros recuerdos.

Un día experimentamos pérdida y al siguiente nos abre las puertas a un nuevo mañana, donde podemos dar espacio a una nueva vida que sostendremos con nuestras propias manos.

Según Kalervo Oberg (1901-1973), a través de la teoría del choque cultural, los inmigrantes pasan por cuatro fases de procesos psicológicos al enfrentarse a un cambio cultural. En la fase de la luna de miel caracterizada por la serenidad, predominando sentimientos positivos, de asombro, curiosidad y la idealización de una nueva cultura. Luego en la fase de transición, la persona comienza a realizar comparaciones de la cultura con la de origen, generando así ansiedad, acompañado de sentimientos de frustración, irritabilidad y confusión. En la fase de ajuste, Tras el paso del tiempo entre tras algunos meses o hasta un año, las personas empiezan a estabilizar su propia rutina, en el que también tendrán una mejor comprensión y asimilación de la cultura. Por último, en la fase de adaptación, la persona siente que domina la cultura, logrando desenvolverse en ella sin experimentar sobresaltos o conflictos emocionales.

El síndrome de Ulises

Otro tema tocado en este estudio fue el síndrome a Ulises, que trata de una condición que influye en algunos de los inmigrantes cuando viven separados de su lugar de origen y de sus seres queridos.

Se conoce como el síndrome a Ulises a una condición que inflige a algunos inmigrantes cuando

viven separados en tierras lejanas de sus seres queridos. Es una serie de síntomas experimentados por los migrantes, quienes enfrentan múltiples factores estresantes. (Ramiro Campos, 2015).

El psiquiatra Joseba Achotegui de la Universidad de Barcelona describe la enfermedad de la siguiente manera, de acuerdo con un artículo en el Naples Sun Times: Comprende la soledad, como la familia y amigos que se quedaron atrás; una sensación de fracaso personal, y una lucha de supervivencia que se hace cargo de todas las otras prioridades.

Fernández y Baptista (2014) se *“centra en la descripción y el examen o análisis en profundidad de una o varias unidades y su contexto de manera sistémica y holística”*.

El síndrome se caracteriza por síntomas físicos como dolores de cabeza y síntomas psicológicos, como la depresión. Explica el Dr. Ramiro Campos (Psicopedagogo y Neurorehabilitador Pediátrico) en una noticia publicada por la Estrella de Panamá.

“Ni la acción de las condiciones ambientales, ni la voluntad de los organismos puede explicar los innumerables casos en los cuales los organismos se adaptan admirablemente a sus hábitos de vida”. Charles Darwin (1809-1882).

Sintomatología

Las sintomatologías en jóvenes inmigrantes se refieren a los síntomas físicos y psicológicos que pueden manifestarse como resultado del proceso migratorio. Estos síntomas pueden incluir ansiedad, depresión, estrés, trastornos del sueño, cambios en el apetito, entre otros, y están influenciados por factores como la adaptación cultural, el estrés migratorio y las condiciones socioeconómicas.

“Los jóvenes inmigrantes frecuentemente presentan sintomatologías relacionadas con el estrés y la adaptación cultural. Estos síntomas pueden afectar su bienestar emocional y requieren intervenciones sensibles a su contexto migratorio y cultural.” (Suárez Orozco, 2000).

Sintomatología del Área del Estrés

El estrés es una respuesta adaptativa del cuerpo ante situaciones que percibimos como desafiantes o amenazantes. Puede manifestarse tanto física como emocionalmente. Fisiológicamente, el estrés activa el sistema nervioso simpático, desencadenando la liberación de hormonas como el cortisol y la adrenalina, que preparan al cuerpo para enfrentar la situación. A nivel emocional y mental, el estrés puede provocar sentimientos de tensión, preocupación, irritabilidad, y dificultades para concentrarse. Los síntomas físicos comunes incluyen tensión muscular, dolores de cabeza, problemas

digestivos, y alteraciones en el sueño. El estrés puede ser agudo, como cuando nos enfrentamos a un evento estresante específico, o crónico, cuando persiste durante períodos prolongados debido a múltiples factores estresantes en la vida diaria.

Sintomatología en el Área del Ansiedad

La ansiedad es una emoción compleja caracterizada por sentimientos de miedo, preocupación o aprensión intensa. A diferencia del miedo, que está vinculado a una amenaza concreta y presente, la ansiedad se centra en posibles amenazas futuras o percibidas. Puede manifestarse en diversos contextos y grados de intensidad. Los síntomas físicos de la ansiedad pueden incluir palpitaciones, sudoración excesiva, temblores, dificultad para respirar, y molestias gastrointestinales. A nivel emocional y cognitivo, las personas con ansiedad pueden experimentar inquietud, fatiga, dificultades para concentrarse, y preocupaciones constantes sobre eventos futuros.

Ambas condiciones, estrés y ansiedad, son respuestas normales y adaptativas del organismo ante situaciones estresantes. Sin embargo, cuando estas respuestas se vuelven crónicas o excesivas, pueden interferir significativamente con el bienestar y la calidad de vida de una persona, requiriendo intervenciones adecuadas como técnicas de manejo del estrés, terapia cognitivo-conductual, y en algunos casos, medicación.

2. METODOLOGÍA

Método y/o procedimiento metodológico

La presente investigación adopta un enfoque cualitativo de tipo exploratorio, la cual se centra en investigar y obtener una comprensión más profunda sobre el impacto cultural y el síndrome de Ulises en Jóvenes inmigrantes en Panamá. El enfoque cualitativo se justifica por la naturaleza compleja y multifacética del fenómeno en estudio, ya que permite captar las percepciones, sentimiento y vivencias individuales de los jóvenes inmigrantes. además, el diseño exploratorio es particularmente adecuado para este tipo de investigación, ya que se enfoca en un área que, aunque reconocida, aún no ha sido ampliamente estudiada en el contexto específico de Panamá.

La población objetivo del estudio consistió en jóvenes inmigrantes que han vivido en Panamá durante al menos un año. La muestra fue seleccionada mediante un muestreo intencional, enfocándose en tres jóvenes inmigrantes, lo cual permitió una exploración detallada y una comprensión de las experiencias subjetivas y emocionales de los jóvenes inmigrantes.

La técnica utilizada es la entrevista y el instrumento fue una guía semiestructurada con preguntas abiertas que fueron aplicadas a cada uno de los tres participantes. Estas entrevistas permitieron

explorar en detalle sus experiencias migratorias, los desafíos culturales que enfrentaron, la discriminación y las sintomatologías relacionadas con el síndrome de Ulises.

Este estudio se realizó en 4 fases a saber:

Fase 1: Se definió el problema de investigación y se formularon preguntas claves para seleccionar el enfoque cualitativo y justificar el diseño exploratorio.

Fase 2: Se recopilaron los datos mediante una elaboración de un protocolo de entrevista semiestructurada basado en la revisión teórica y los objetivos del estudio, para esto se hizo el reclutamiento de participantes que obtuvieron la explicación y el propósito del estudio y hubo obtención de consentimiento informado.

Fase 3: Categorizar los datos cualitativos de las entrevistas e identificar temas emergentes y patrones significativos de las experiencias individuales de los jóvenes entrevistados.

Fase 4: Se analizaron los datos recolectados y se realizaron comparaciones con estudios previos y teorías relevantes para levantar de esta manera un informe estructurado con los hallazgos.

Aspectos éticos

Se asegura el respeto a los derechos y a la dignidad de los participantes al realizar este estudio mediante la obtención consentimiento informado de todos los participantes y se les aseguro la confidencialidad de sus datos. El estudio se realizo de manera respetuosa y culturalmente sensible y se tomaron medidas para minimizar los posibles riesgos.

De acuerdo con el artículo 7 del comité de Bioética de investigación de la UMECIT, se ha asegurado el respeto a quienes participaron en la actividad investigativa de forma voluntaria y se les proporciono la información adecuada, para garantizarles el respeto a sus derechos y libertades fundamentadas, Además, actuamos de forma justa, objetiva y equitativa con la entrevista aplicada, evitando practicas injustas en la acción investigativa.

Antes de realizar la entrevista. Se le proporciono a los jóvenes inmigrantes una hoja de información y consentimiento que describe de forma detallada los objetivos, los procedimientos de investigación y se les dio la libertad de realizar preguntas y aclarar cualquier duda, además, se les aseguro que su participación era voluntaria y que tenían el derecho a negarse a responder preguntas o a terminar la entrevista en cualquier momento.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tras la aplicación del instrumento de entrevista semiestructurada, se detectaron en los participantes sentimientos profundamente arraigados de nostalgia. Los jóvenes inmigrantes manifestaron un intenso anhelo por su lugar de origen, expresando en sus respuestas un persistente apego hacia sus seres queridos, amistades y tradiciones. Este sentimiento de nostalgia estuvo acompañado de sensaciones de desajuste e insatisfacción, derivadas de las barreras comunicativas y las divergencias culturales a las que se enfrentan en Panamá. A pesar de haber experimentado vivencias individuales y diversas, se observaron pautas comunes en sus respuestas que se asemejaban a los síntomas característicos del síndrome de Ulises, lo que sugiere una respuesta emocional compartida frente al proceso migratorio.

Durante el proceso de adaptación emocional, se evidenció que los participantes presentaron sintomatología asociada a la ansiedad y el estrés. Estos síntomas fueron atribuibles a diversos factores culturales, como las dificultades para integrarse en una nueva comunidad, la discriminación percibida y las expectativas no cumplidas sobre la vida en el nuevo país. La adaptación cultural no solo implicó un desafío práctico, sino que también representó un importante reto emocional, incrementando el nivel de estrés crónico y múltiples entre los jóvenes inmigrantes.

Además, al analizar las respuestas ante las travesías emocionales de los inmigrantes, se logró reconocer una amplia variedad de estados emocionales. Los participantes experimentaron desde sentimientos de soledad y desesperanza hasta episodios de frustración e impotencia. Esta diversidad emocional refleja la complejidad del proceso migratorio y la necesidad de abordarlo desde múltiples dimensiones para comprender plenamente su impacto.

Diversos estudios han encontrado que el proceso de migración puede arraigar en duelos, donde la pérdida de la patria y la separación de seres queridos generan una serie de reacciones emocionales intensas. En condiciones específicas, estas experiencias pueden tener consecuencias significativas para el bienestar psicológico de los inmigrantes, manifestándose como estresores crónicos. En este contexto, el síndrome de Ulises se presenta como un cuadro clínico relevante, caracterizado por la incapacidad de algunos individuos para afrontar adaptativamente los eventos vitales estresantes asociados con la migración.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha destacado que *“algunos tipos de psicopatología podrían derivarse de la incapacidad para afrontar adaptativamente un acontecimiento vital estresante”* (OMS, 2001). Esta afirmación subraya la importancia de considerar factores psicológicos y culturales en la evaluación de la salud mental de los inmigrantes.

De acuerdo con los resultados del estudio realizado, se aporta evidencia clara de que existen múltiples estados emocionales que pueden agravarse debido a factores sociales y culturales. La intersección entre las experiencias migratorias y el entorno cultural de acogida juega un papel crucial en la configuración del bienestar emocional de los jóvenes inmigrantes. Los hallazgos sugieren que el estrés crónico y la ansiedad no solo son respuestas transitorias, sino que pueden evolucionar hacia condiciones de mayor gravedad si no se interviene de manera adecuada.

Cuadro de sintomatologías del Síndrome de Ulises identificados en los participantes

Fases de la migración	Precipitantes de la angustia	Consecuencias
Preparación de viaje	<ol style="list-style-type: none"> 1. Miedo 2. Violencia 3. Persecución política 4. Búsqueda de mejores oportunidades 5. Situaciones sociales 6. Condiciones económicas pobres 7. Peridas Familiares 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ansiedad 2. Depresión 3. Miedo 4. Trauma
Viaje y separación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Separación de la familia 2. Vacíos emocionales 3. Dolor 4. Desconfianza y Añoranza 5. Separación de la sociedad 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Depresión 2. Ansiedad 3. Nostalgia 4. Traumas
Asilo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desempleo 2. Dificultad para socializar 3. Dificultad para acceder a servicios de salud pública 4. Amenazas de repatriación 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Angustia 2. Ansiedad 3. Incertidumbre
Reinstalación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Problemas de aculturación 2. Aislamiento social 3. Prejuicio 4. Limitaciones para generar vínculos 5. Xenofobia 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ansiedad 2. Depresión 3. Miedo 4. Incertidumbre 5. Ansiedad 6. Angustia

Fuente: Elaboración propia.

Este estudio se ha diseñado con el propósito fundamental de explorar y visibilizar las experiencias de los jóvenes inmigrantes en Panamá, específicamente en relación con el impacto cultural y el síndrome de Ulises. Se identificó que muchos de los participantes experimentan una sintomatología que refleja los patrones característicos del síndrome de Ulises, aunque cada individuo presenta experiencias únicas y personales.

Uno de los principales hallazgos reveló que los jóvenes inmigrantes frecuentemente enfrentan sentimientos de nostalgia y una sensación de pérdida con respecto a su país de origen, manifestando dificultades significativas en la adaptación cultural y en la comunicación con sus familiares. Además, se observó una prevalencia notable de síntomas de ansiedad y estrés, atribuidos en gran medida a factores culturales y a las barreras de integración en la sociedad de acogida.

El estudio también destacó la importancia de abordar estos temas de manera integral, no solo para mejorar el bienestar psicológico y emocional de los jóvenes inmigrantes, sino también para promover una mayor sensibilización y apoyo social en la comunidad panameña. Al poner de relieve estas problemáticas, se busca fomentar políticas y programas que faciliten la integración y el desarrollo positivo de los jóvenes inmigrantes en su nuevo entorno, fortaleciendo así la cohesión social y la equidad en Panamá.

4. CONCLUSIONES

En conclusión, este estudio ha permitido reconocer el Impacto cultural que tienen los jóvenes inmigrantes en Panamá, además de ser un factor significativo dentro de su bienestar psicológico, incluyendo el síndrome de Ulises como una posible amenaza detrás de la experiencia migratoria.

Luego de analizar experiencias de adaptación cultural, desafíos y historias personales significativas relacionadas con su experiencia migratoria, se ha encontrado una correlación entre sus respuestas y estados emocionales.

Al identificar temas recurrentes y estados emocionales que caracterizan a este grupo poblacional por ciertos factores influyentes dentro de su adaptación cultural, aporta evidencia para comprender mejor la complejidad de este tema y su impacto en la salud mental de los jóvenes migrantes. Es importante abordar más estudios que permitan reconocer y destacar la importancia para la creación de programas, así como el apoyo en su nuevo ambiente para la mejor integración de los inmigrantes juveniles.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Achotegui, J. (2002). La Depresión en los inmigrantes: El duelo migratorio. Editorial Desclée De Brouwer.
- Achotegui, J. (2002). El Síndrome de Ulises: Claves para entender a los hijos de inmigrantes. *Clínica y Salud*, 13(1), 53-67.
- Berry, J. W. (2006). Stress perspectives on acculturation. In D. L. Sam & J. W. Berry (Eds.), *The Cambridge handbook of acculturation psychology* (pp. 43-57). Cambridge University Press.
- Campos, R. (2015). El síndrome de Ulises. Obtenido de la Estrella de Panamá
- Martínez García, E. (2018). Negotiating identity: Young immigrants in Spain. *Journal of Adolescent Research*, 33(4), 442-459.
- Organización Mundial de la Salud. (2018). Mental Health and forced displacement.
- Suárez-Orozco, C., Suárez-Orozco, M. M., & Todorova, I. (2011). *Learning a new land: Immigrant students in American society*. Harvard University Press.
- Suárez-Orozco, C. (2000). *Immigrant Children: The American Experience*. Harvard University Press.
- Ward, C., & Kennedy, A. (2001). Coping with cross-cultural transition. *Journal of CrossCultural Psychology*, 32(6), 636-642.