



CUERPOS, FRONTERAS Y VIOLENCIAS BASADAS EN EL GÉNERO: VOCES DE MUJERES MIGRANTES LLEGADAS A ANDALUCÍA POR COSTA

2025



Junta de Andalucía
Consejería de Inclusión Social,
Juventud, Familias e Igualdad





**Atribución-NoComercial-CompartirIgual
4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)**

Usted es libre de:

Compartir — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato

Adaptar — remezclar, transformar y construir a partir del material

Bajo los siguientes términos:

- Atribución — Usted debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante.
- NoComercial — Usted no puede hacer uso del material con propósitos comerciales.
- CompartirIgual — Si remezcla, transforma o crea a partir del material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia del original.
- No hay restricciones adicionales — No puede aplicar términos legales ni medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia.

CUERPOS, FRONTERAS Y VIOLENCIAS BASADAS EN EL GÉNERO: VOCES DE MUJERES MIGRANTES LLEGADAS A ANDALUCÍA POR COSTA

Un estudio cualitativo
2025



Andalucía Acoge



Financia: **La Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad de la Junta de Andalucía**

Un proyecto de: **Federación Andalucía Acoge**

Colabora: **Centro de Investigación y Acción Comunitaria de la Universidad de Sevilla (CESPYD)**

Tatiana Duque. Trabajadora Social. Máster en Migraciones Internacionales, Salud y Bienestar. Investigadora Predoctoral del Departamento de Psicología Social, Centro de Investigación y Acción Comunitaria de la Universidad de Sevilla (CESPYD), participó en el análisis e interpretación de la información recolectada, así como en la redacción del informe.

Zaira Ivonne Zavala-Angulo. Socióloga. Dra. en Gobierno y Administración Pública. Experiencia en trabajo etnográfico y en investigación sobre pobreza, migración y políticas sociales. Consultora independiente contratada por la Federación Andalucía Acoge, participó en el diseño metodológico y el trabajo de campo con las mujeres participantes en el estudio.

Aurora Pavón-Fernández. Psicóloga. Máster en Migraciones Internacionales, Salud y Bienestar. Investigadora Predoctoral del Departamento de Psicología Experimental, Centro de Investigación y Acción Comunitaria de la Universidad de Sevilla (CESPYD), participó en el análisis e interpretación de la información recolectada, así como en la redacción del informe.

Manuel Rivero-Domínguez. Trabajador Social. Máster en Intervención Social, Cultura y Diversidad, y Máster en Mediación y Resolución de Conflictos. Experiencia en el ámbito de las migraciones, menores, juventud y empleo. Coordinador del Área Técnica de la Federación Andalucía Acoge, participó en la gestión, justificación, coordinación y supervisión del estudio.

Virginia Paloma. Psicóloga. Dra. en Psicología. Profesora Titular del Departamento de Psicología Social y Coordinadora del Centro de Investigación y Acción Comunitaria de la Universidad de Sevilla (CESPYD), participó como asesora metodológica del estudio, así como en la redacción del informe.

Este informe forma parte del proyecto ***“Las Fronteras como Factor de Influencia en las Violencias Basadas en el Género que Sufren las Mujeres Migrantes Llegadas a Andalucía por Costa”***, financiado por la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad de la Junta de Andalucía dentro de la Convocatoria de Subvenciones Destinadas a Estudios y Publicaciones en Materia de Violencia de Género, Línea 2, en el ejercicio 2024.

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17900765>

Diseño: Tatiana Duque y Aurora Pavón-Fernández.

Para citar este informe: Duque, T., Zavala-Angulo, Z., Pavón-Fernández, A., Rivero-Domínguez, M., & Paloma, V. (2025). *Cuerpos, Fronteras y Violencias Basadas en el Género: Voces de Mujeres Migrantes Llegadas a Andalucía por Costa*. Federación Andalucía Acoge; Centro de Investigación y Acción Comunitaria de la Universidad de Sevilla. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17900765>.

AGRADECIMIENTOS



Queremos expresar **nuestro agradecimiento más profundo a todas las mujeres que participaron en este estudio y que, con enorme valentía, compartieron sus historias de vida y supervivencia.** Sabemos que cada palabra compartida implicó un esfuerzo y una herida abierta, y reconocemos la fuerza y la dignidad que hay en cada relato. **Cada voz nos recuerda la urgencia de mover las fronteras simbólicas e institucionales hacia sociedades libres de violencias basadas en el género.**

Asimismo, queremos agradecer a las **compañeras técnicas y profesionales que hicieron posible el contacto con las mujeres participantes.** Su colaboración fue esencial para el desarrollo de este estudio. **Gracias por su dedicación, por su esfuerzo constante y por el trabajo cotidiano** con el que acompañan a estas y tantas otras mujeres.

PRÓLOGO

Desde la **Federación Andalucía Acoge** llevamos 35 años defendiendo los derechos de las personas en la Frontera Sur. Este recorrido nos ha permitido constatar el enorme impacto que las políticas europeas tienen en la vida de millones de personas, tanto en los países de origen y tránsito como en las condiciones de vida en destino.

Europa impulsa políticas económicas, comerciales, fronterizas y de cooperación que influyen directamente en las actividades económicas, en las oportunidades de futuro e incluso en las dinámicas familiares y sociales de muchas comunidades. Vivimos en un mundo interconectado, y en esta realidad quienes ostentan posiciones de poder son quienes fijan las reglas, como se evidencia en las decisiones sobre aranceles y acuerdos internacionales. Estos procesos generan movimientos. **Las personas migramos buscando oportunidades y un proyecto vital para mejorar nuestras vidas y, en muchos casos, las de nuestras familias.** En España, más de 3 millones de personas —el 6,2 % de la población total— residen hoy en el extranjero por motivos económicos, familiares o vitales.

Sin embargo, no todas las personas tenemos las mismas posibilidades. **Esta investigación muestra el impacto directo que las actuales políticas fronterizas ejercen sobre la vida de las mujeres africanas, especialmente sobre aquellas que no cuentan con alternativas reales para migrar de manera autónoma sin exponerse a múltiples violencias.** Hoy, las únicas opciones disponibles para muchas mujeres africanas son ser reagrupadas por un familiar —dependiendo de él para regularizar su situación— o, si deciden migrar por sí mismas, enfrentarse a rutas extremadamente peligrosas: la ruta canaria, donde más de 10.000 personas fallecieron en 2024, o trayectos a pie atravesando varios países hasta llegar a nuestra Frontera Sur. Porque, a día de hoy, **no existen vías legales y seguras para migrar desde origen si eres una mujer negraafricana.** De este modo, se niega a estas mujeres el derecho a emprender un proyecto vital propio, como tantas otras personas en el mundo. Incluso aquellas que se ven obligadas a huir por situaciones de peligro quedan sin alternativas reales.

Esta no es una teoría abstracta: **son vidas obligadas a asumir rutas de altísimo riesgo**, con graves consecuencias personales y expuestas a actores que se aprovechan de la situación irregular y de la ausencia de vías legales para explotar y traficar con seres humanos.

Desde **Andalucía Acoge** apelamos a la responsabilidad internacional sobre las políticas migratorias y fronterizas. La tendencia creciente en Europa hacia el rechazo, la expulsión y el cierre de fronteras nos hace corresponsables, como sociedad, del aumento de muertes y de situaciones de violencia. Hace un siglo, Europa y el mundo ya vivieron el ascenso de políticas de odio y confrontación, y pudieron sentir las consecuencias en sus propios territorios. Entonces se fue capaz de reaccionar, reforzar los derechos humanos, el derecho internacional y las estructuras de paz. **Hoy, de nuevo, debemos abandonar la senda del odio y la exclusión, que nos convierte en cómplices del daño humano, y avanzar hacia políticas que fortalezcan los sistemas públicos, la redistribución y la solidaridad entre los pueblos.**



ÍNDICE

Presentación ● Pág. 1

Ideas clave ● Pág. 3

Metodología ● Pág. 6

Participantes ● Pág. 10

Resultados ● Pág. 14

Violencias (pág. 15).

Impactos (pág. 25).

Resistencias (pág. 35)

Decálogo de recomendaciones ● Pág. 44

Referencias ● Pág. 51



PRESENTACIÓN

«La mujer está caminando. Camina hacia la costa del mar. Tiene problemas, y por eso se va, para encontrar consuelo. Ella está sola»

(Protea, 27 años, República Democrática del Congo, llegada 2023)



PRESENTACIÓN

El presente informe forma parte del estudio ***“Las fronteras como factor de influencia en las violencias basadas en el género que sufren las mujeres migrantes llegadas a Andalucía por costa”***, impulsado por la **Federación Andalucía Acoge** en colaboración con el **Centro de Investigación y Acción Comunitaria de la Universidad de Sevilla (CESPYD)**, y financiado por la **Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad de la Junta de Andalucía**.

El objetivo de este proyecto es **comprender de qué manera las fronteras —entendidas en su sentido más amplio— influyen en las violencias basadas en el género (VBG) que experimentan las mujeres migrantes que llegan a Andalucía por sus costas**. El estudio busca analizar también los impactos de estas violencias, las estrategias de resistencia que las mujeres desarrollan y las respuestas institucionales que encuentran a lo largo de su proceso migratorio.

Se trata de un estudio cualitativo realizado entre enero y diciembre de 2025, que combinó entrevistas en profundidad con técnicas artísticas participativas, en particular la cartografía corporal. A través de estas herramientas, **se recogieron las voces y experiencias de 14 mujeres migrantes que llegaron desde África a diferentes provincias andaluzas**, permitiendo explorar no solo los hechos, sino también las emociones, significados y aprendizajes asociados a sus trayectorias.

La violencia contra las mujeres constituye una de las formas más graves de vulneración de los derechos humanos. En el caso de las mujeres migrantes, estas violencias se ven agravadas por la intersección entre género, origen, clase social, grupo étnico, situación administrativa y las propias fronteras —geográficas, legales, culturales o simbólicas— que cruzan.

A partir de los relatos recogidos, este informe busca **ofrecer información y análisis útiles para reforzar la labor de las entidades sociales, comunitarias e institucionales que acompañan a mujeres migrantes**, desde un enfoque de derechos humanos, género e interseccionalidad.

IDEAS CLAVE

*«Tienen que escuchar a la gente, para
ayudar hay que escuchar»*

(Hibisco, 27 años, Senegal, llegada 2021)



Este estudio se apoya en tres ideas clave que son complementarias: la comprensión de **las fronteras como espacios sociales y políticos**, la mirada **feminista interseccional y decolonial**, y el **enfoque de derechos humanos**. Estos enfoques permiten analizar las violencias basadas en el género (VBG) desde una visión amplia, que considera tanto las estructuras que las producen como las estrategias de resistencia que las mujeres desarrollan en su vida cotidiana.

LAS FRONTERAS COMO ESPACIOS SOCIALES Y POLÍTICOS

Las fronteras —más allá de su concepción geopolítica tradicional— son **espacios atravesados por múltiples tensiones sociales, culturales y políticas**. Diversos autores las han descrito como construcciones sociales que articulan dinámicas de inclusión, exclusión y poder (Derwich, 2018; Paasi, 2009), así como dispositivos simbólicos e institucionales que regulan el acceso a derechos, la pertenencia social y la legitimidad de ciertos cuerpos en el espacio público (Lamont & Molnár, 2002). Desde esta perspectiva, **la frontera se entiende no solo como una división geográfica entre Estados, sino como un entramado histórico de relaciones de poder que articula mecanismos de dominación y resistencia** (Cuttitta, 2018; Mezzadra & Neilson, 2013). En el contexto andaluz, estas dinámicas se expresan de forma particular en la Frontera Sur, donde convergen políticas de control migratorio, discursos securitarios y prácticas humanitarias que, en ocasiones, reproducen desigualdades estructurales y vulneraciones de derechos.

PERSPECTIVA FEMINISTA INTERSECCIONAL Y DECOLONIAL

El análisis de las violencias en frontera requiere una mirada interseccional que permita **comprender cómo diferentes ejes de desigualdad** —género, etnia, nacionalidad, clase social o estatus migratorio— **interactúan generando experiencias diferenciadas** (Crenshaw, 1991; Cubillos-Almendra et al., 2023).

Más que identificar categorías superpuestas, **la interseccionalidad funciona como una herramienta teórica que ayuda a analizar cómo los sistemas de poder —patriarcado, racismo, clasismo— se articulan y se intensifican en contextos específicos** (Hill-Collins, 1990; Viveros-Vigoya, 2023). En este sentido, las mujeres migrantes no enfrentan una única forma de violencia, sino un continuum de violencias que se reproducen y transforman en las distintas etapas de sus trayectorias migratorias, afectando de manera persistente a sus cuerpos, identidades y derechos.

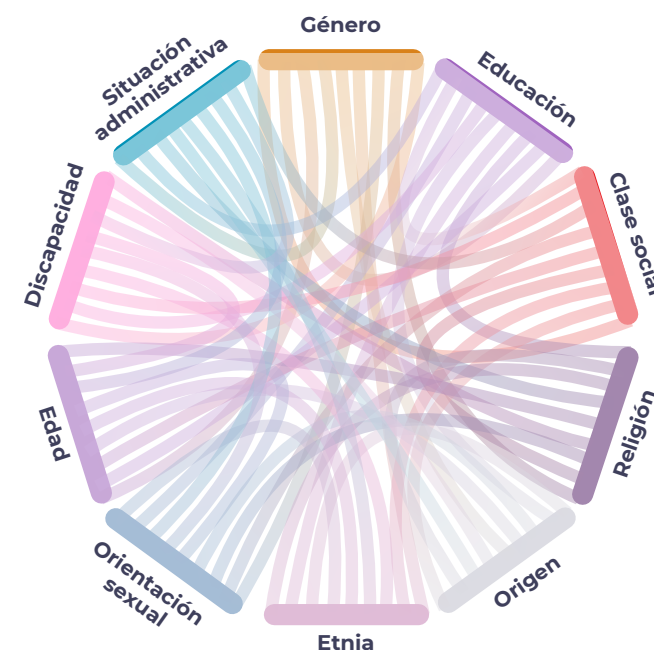


Figura inspirada en la matriz de privilegios y opresiones de Patricia Hill-Collins

En esta misma línea, la perspectiva decolonial permite situar las VBG dentro de una matriz histórica de poder sostenida en la colonialidad (Lugones, 2008; Segato, 2016), en la que las violencias contra las mujeres migrantes son herederas de estructuras coloniales que han racializado, sexualizado y subordinado ciertos cuerpos (Ramos-Pasquel et al., 2023). El concepto de cuerpo-territorio (Cabnal, 2010) en esta perspectiva resulta clave: **el cuerpo no es solo un objeto de agresión, sino un espacio donde se inscriben las disputas históricas de poder y donde también se gestan formas de resistencia y reexistencia.** A través de esta noción, el cuerpo de las mujeres migrantes se concibe como territorio de memoria, identidad y reconstrucción colectiva.

ENFOQUE DE DERECHOS HUMANOS

Finalmente, este estudio se sustenta en el enfoque de derechos humanos, que reconoce a las mujeres migrantes como titulares plenas de derechos, independientemente de su estatus administrativo. **Este enfoque implica la obligación de los Estados de prevenir, sancionar y erradicar todas las formas de VBG, garantizando protección y reparación sin discriminación.** Entre los marcos normativos más relevantes se encuentran la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), el Convenio de Estambul, la Ley Orgánica 10/2022 de Garantía Integral de la Libertad Sexual y la Ley 13/2007 andaluza de Medidas de Prevención y Protección Integral contra la Violencia de Género. Este enfoque resalta que la protección de las mujeres migrantes frente a las VBG no es solo una cuestión de asistencia o seguridad, sino de justicia social.



METODOLOGÍA

«El trayecto más duro fue llegar hasta el barco. En ese momento los policías ya estaban disparando, y yo tenía que esconderme debajo de las hojas para que las balas no me alcanzaran.»

(Orquídea, 30 años, Gambia, llegada 2025)



Este estudio se desarrolló bajo un **enfoque cualitativo**, orientado a comprender los procesos complejos que dan lugar a las VBG experimentadas por las mujeres en contextos fronterizos. La investigación se llevó a cabo entre enero y diciembre de 2025, con la colaboración de diversas entidades de la Federación Andalucía Acoge, que facilitaron el contacto con las participantes y la realización de las actividades en espacios seguros y accesibles. **El proceso metodológico se estructuró en cinco fases interrelacionadas**, que se describen a continuación.



1

Revisión de literatura (Scoping review)

En la primera fase se realizó una *scoping review* **sobre tres ejes centrales: las fronteras como espacios sociales y políticos, las violencias basadas en género en contextos migratorios y las estrategias de resistencia de las mujeres migrantes**. Esta revisión permitió orientar el diseño metodológico y la selección de herramientas, además de sustentar el marco conceptual que guía el trabajo de campo.

2

Diseño metodológico y trabajo de campo

A partir de los hallazgos de la revisión, se elaboró un **diseño metodológico flexible y participativo**, centrado en el uso de técnicas cualitativas que facilitaran la expresión de experiencias desde la subjetividad, el cuerpo y la palabra. Para la recopilación de información, **se emplearon dos herramientas principales, que se aplicaron de manera complementaria: la cartografía corporal y las entrevistas en profundidad**. Ambas técnicas favorecieron la expresión libre y reflexiva de las experiencias de las mujeres, combinando el lenguaje simbólico y artístico con la narrativa personal.

La cartografía corporal es una metodología de raíz feminista y comunitaria que permite representar las **experiencias personales mediante el dibujo, el color y los símbolos sobre la silueta del propio cuerpo** (De Souza et al., 2021; McCorquodale & DeLuca, 2020; Silva et al., 2013). A través de esta técnica, las participantes plasmaron visualmente su trayectoria migratoria, las violencias sufridas y las estrategias de afrontamiento que han desarrollado. **Los encuentros se diseñaron como espacios seguros y de confianza, donde las mujeres pudieron expresarse desde la palabra, la emoción y la creatividad**. Durante las actividades, las mujeres intervinieron la silueta de su cuerpo incorporando colores, palabras e imágenes que simbolizaban sus raíces, sus recorridos, las huellas de la violencia y los lugares de fortaleza o sanación.

En cuanto a las **entrevistas**, estas siguieron un **enfoque narrativo, que permite comprender las experiencias en sus propios términos y contextos** (Söderström, 2020). se realizaron en espacios seguros y acogedores, con el consentimiento informado de las participantes y, cuando fue necesario, con apoyo de intérpretes. La información recogida sirvió para profundizar en los significados y emociones expresados previamente en las cartografías, completando así una visión integral de cada trayectoria.



Imagen de algunas de las cartografías realizadas por las participantes



3

Análisis de la información

En la tercera fase se recopilaron y organizaron los materiales generados durante el trabajo de campo — narrativas, cartografías y notas de campo— con el fin de sistematizar y analizar la información obtenida. **Este proceso permitió estructurar los contenidos y construir categorías interpretativas que orientaron el análisis en torno a tres ejes principales: los tipos de violencias experimentadas en contextos fronterizos, los impactos que estas producen en la vida de las mujeres y las formas de resistencia y afrontamiento que ellas desarrollan.** El análisis combinó una lectura temática de las narrativas con una interpretación visual de las cartografías corporales, de este modo, se buscó una comprensión más profunda y situada de las VBG en las fronteras.

4

Preparación de recomendaciones

Las recomendaciones **se construyeron a partir de un proceso participativo que combinó el análisis de las narrativas recogidas con la validación directa por parte de las mujeres.** Durante las entrevistas en profundidad, se incorporaron preguntas orientadas a conocer sus propuestas para hacer frente a las violencias basadas en género en contextos fronterizos. A partir de esas respuestas, y del análisis de los relatos, el equipo investigador elaboró un decálogo de recomendaciones que recoge tanto las sugerencias explícitas de las participantes como aquellas orientaciones derivadas de la interpretación de sus experiencias. Este decálogo fue devuelto con posterioridad a las mujeres participantes para que las propuestas pudieran ser ampliadas, matizadas y validadas por ellas mismas. **Este proceso permitió asegurar que las recomendaciones reflejaran fielmente las voces, necesidades y perspectivas de las mujeres.**

5

Preparación de informe y difusión

El presente informe es parte de la fase final del proceso metodológico, dedicada a la sistematización y comunicación de los principales hallazgos del estudio. **En esta fase se organizó y consolidó la información recolectada, procurando mantener un equilibrio entre el rigor analítico y la representación fiel de las voces de las mujeres participantes.** Todos los nombres mencionados en el informe son pseudónimos que garantizan la confidencialidad de las participantes. El propósito de este informe es contribuir a una comprensión más profunda de las VBG en contextos fronterizos y acercar las historias, experiencias, resultados y recomendaciones del estudio a las instituciones, organizaciones y equipos que acompañan a mujeres en estas zonas.



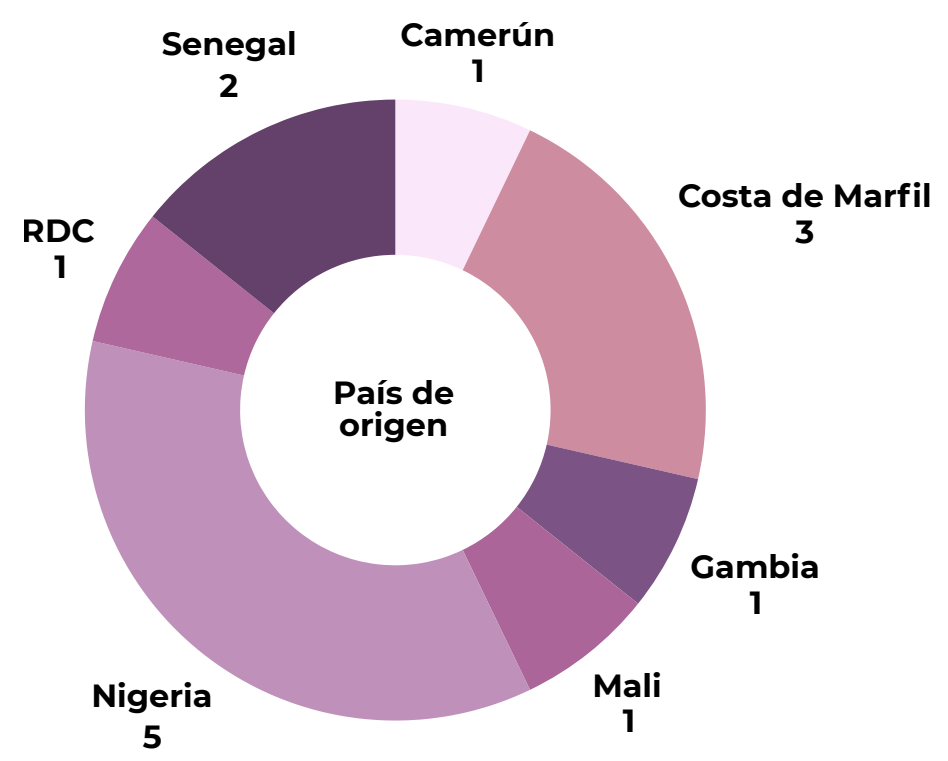
PARTICIPANTES

«Soy una persona buena, luchadora, yo quiero seguir adelante con fuerza y mucho trabajo para ser muy feliz»

(Alhelí, 35 años, Costa de Marfil, llegada 2018)



Las mujeres participantes en esta investigación tienen historias y trayectorias de vida muy diversas, marcadas por distintos contextos, motivaciones y experiencias migratorias. Algunas llegaron a Andalucía hace más de una década y otras apenas unos meses antes del trabajo de campo. La mayoría proceden de África Occidental —principalmente de Nigeria, Senegal y Costa de Marfil—, aunque también participaron mujeres originarias de Camerún, Gambia, Mali y la República Democrática del Congo (RDC).



Las participantes tienen entre **22 y 46 años**. Todas son **madres**. Algunas emigraron solas, mientras que otras lo hicieron acompañadas por amistades, parejas o familiares. **Sus situaciones civiles son variadas** —solteras, casadas, separadas o viudas—, y sus recorridos educativos reflejan también desigualdades estructurales: **varias no tuvieron acceso a la escolarización formal, mientras que otras completaron estudios primarios o secundarios e incluso formación profesional**. Desde su llegada a España, muchas han participado en cursos de español, formación laboral y programas impulsados por entidades sociales en distintas provincias andaluzas.

A pesar de sus diferencias individuales y contextuales, **las mujeres comparten factores estructurales y personales que pueden operar como riesgos o como mecanismos de protección frente a las VBG**. Dichos factores atraviesan sus experiencias en los países de origen, en los contextos fronterizos y en el proceso de llegada e instalación en España.

FACTORES DE RIESGO

LOS CUERPOS DE LAS MUJERES MIGRANTES SON TERRITORIOS EXPUESTOS A SUFRIR VIOLENCIA DE MANERA SISTEMÁTICA



ORIGEN

PRECARIEDAD ECONÓMICA Y LABORAL

Falta de empleo digno, inestabilidad económica familiar y ausencia de apoyo estatal e institucional que **limitan la autonomía y proyectos de vida.**

GENERALIZACIÓN DE LA VIOLENCIA DE PAREJA

El escaso o inexistente respaldo institucional y familiar **hace que las mujeres permanezcan en relaciones violentas** por miedo, dependencia o presión social.

MIGRACIÓN NO COMUNICADA A LA FAMILIA

Su silencio no es rebeldía, sino una respuesta ante la falta de espacios seguros donde compartir su proyecto migratorio, algo que **hace más probable sufrir abusos en el trayecto.**



TRAYECTO

CONDICIONES EXTREMAS DEL TRAYECTO

El clima, el hambre, la sed y la falta de refugio **ponen en peligro su integridad física** durante travesías, situaciones de hacinamiento y desprotección. Pasando por desiertos, bosques y mar; sin agua, higiene, alimentos ni atención médica.

DESPROTECCIÓN Y VULNERABILIDAD DE GÉNERO

Viajar solas **expone a las mujeres a mayor violencia y abuso**, especialmente en contextos dominados por el control masculino.

RIESGOS DEL TRÁFICO ILÍCITO DE MIGRANTES

La dependencia de intermediarios las priva de control, comunicación o protección, y **las expone al abandono, engaño o explotación** y a un aislamiento extremo.



LLEGADA A ESPAÑA

LIMITACIONES EN EL ACCESO A RECURSOS Y AYUDAS POR FALTA DE DOCUMENTACIÓN

El acceso a derechos básicos se ve condicionado por su falta de regularización, lo que **perpetúa la exclusión y la situación de vulnerabilidad de las mujeres**, empujándolas a usar estrategias de supervivencia precarias. Esto constituye una frontera que afecta a su estabilidad económica, salud mental y seguridad.

ESCASAS REDES DE APOYO

La falta de redes familiares y vínculos comunitarios al llegar a España **limita el acceso de las mujeres a información, recursos y acompañamiento emocional.** Esta soledad se agrava por barreras culturales, lingüísticas y de confianza.

FACTORES DE PROTECCIÓN

ELEMENTOS Y DINÁMICAS QUE AMPARAN A LAS MUJERES DE SUFRIR VIOLENCIA, MITIGAN SUS EFECTOS O PROTEGEN SU SALUD



ORIGEN



TRAYECTO



LLEGADA A ESPAÑA

APOYO FAMILIAR

Sostén emocional y material frente a la precariedad y la violencia, donde las mujeres encuentran **respaldo para protegerse o motivación para migrar.**

FIGURAS MASCULINAS COMO PROTECCIÓN

Frente al riesgo de agresión, la **“protección simbólica” de un hombre conocido transmite seguridad;** pero perpetúa dinámicas patriarcales de dependencia.

APOYO Y ACOMPAÑAMIENTO FORMAL

Las entidades sociales crean **espacios seguros de orientación y acompañamiento integral,** actuando como primera red de apoyo y confianza en destino.

APOYO DE LA PAREJA

Colaboración frente a la precariedad económica o la violencia. **En ocasiones, son acompañantes de travesía y/o sostén para escapar de contextos de riesgo.**

COMPARTIR RECURSOS Y APOYO ENTRE MIGRANTES

Redes espontáneas de solidaridad entre personas compañeras de viaje o desconocidas se convierten en **fuentes de protección o apoyo material y emocional para avanzar.**

LAZOS DE AMISTAD Y APOYO ENTRE MUJERES

Las redes entre mujeres (migrantes o españolas) ofrecen **apoyo emocional y práctico para compartir recursos, mitigar la soledad y enfrentar juntas las dificultades migratorias.**

RESULTADOS

«Lo más difícil fue cuando estuvimos en un pueblo, muy lejos. Estábamos en una casa y allí las mujeres no podían salir a la calle. Si una mujer salía, la mataban.»

(Ixora, 46 años, Nigeria, llegada 2005)

En este capítulo se presentan **los principales hallazgos del estudio, organizados en torno a tres ejes analíticos interrelacionados: las violencias experimentadas por las mujeres, los impactos que estas generan y las formas de resistencia o afrontamiento que ellas han desarrollado**. Estos ejes permiten comprender sus experiencias desde una perspectiva secuencial y situada, que reconoce la continuidad —y también las rupturas— entre los distintos momentos del proceso migratorio.

Cada apartado inicia con una cartografía corporal, elaborada a partir de la sistematización de las 14 cartografías individuales realizadas por las participantes. **Estas imágenes ofrecen una síntesis visual y simbólica de los elementos comunes identificados** en las cartografías, permitiendo una primera aproximación a las experiencias compartidas. **A continuación, se desarrolla el análisis de las entrevistas narrativas**, que profundiza en las vivencias y significados.

Los resultados **se presentan siguiendo la estructura Origen, Trayecto y Llegada a España**, lo que permite observar cómo las violencias, sus efectos y las estrategias de respuesta se transforman a lo largo del recorrido migratorio. En conjunto, **las cartografías y las narrativas conforman una lectura complementaria que articula lo visual y lo discursivo**, ofreciendo una comprensión más amplia de las VBG en contextos fronterizos.

VIOLENCIAS

«Porque si busca la definición de mujer maltratada, yo soy la definición perfecta. Tengo el motivo y también como justificarlo. Y fue durísimo. Fue un momento que... es difícil de olvidar, pero... yo intento»

(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, llegada 2019)



LOS CUERPOS DE LAS MUJERES MIGRANTES SE CONVIERTEN EN TERRITORIOS DONDE CONVERGEN Y SE SUPERPONEN DISTINTAS FORMAS DE VIOLENCIA.

Violencia Estructural en Países de Origen

En esta parte del cuerpo, las mujeres situaron la violencia de ser obligadas a casarse. Relatan el matrimonio forzado como una experiencia que las privó de voz, de libertad y de apoyo, dejando una huella profunda en su cuerpo y en su centro emocional.

«Coloco esta imagen con una mujer atada porque en mi país yo no tenía libertad. (...) No podía pedir ayuda y lo pasé muy mal (...) porque me casaron a la fuerza»
(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, llegada 2019)

Violencia Institucional en la Llegada a España

En esta zona se concentran las memorias de las violencias asociadas a la falta de escucha y la desatención institucional.

«Pedí muchas veces ir al hospital, pero en [nombre de entidad] no me escucharon. Cuando por fin llegó la ambulancia, mi bebé ya había muerto. (...) Lo pongo aquí, en el cuello, porque siempre lo siento aquí»
(Hibisco, 27 años, Senegal, llegada 2021)

Violencia Física y Sexual en el Trayecto Migratorio

En esta zona se agrupan las violencias directas e indirectas vividas durante el trayecto migratorio como persecuciones, amenazas y agresiones sexuales.

«Puse [la imagen del] cuchillo porque en el barco, había muchas peleas. La gente se peleaba con cuchillos, así, muy cerca de mí. (...) En ese barco solo íbamos dos mujeres: mi hija y yo. Mi marido tenía que turnarse con los demás para hacer la vigilancia, y cuando él no estaba conmigo, algunos hombres empezaban a tocarte, a manosearte. Yo solo quería que todo terminara, que el mar se acabara»
(Hibisco, 27 años, Senegal, llegada 2021)



VIOLENCIAS EN ORIGEN

Las experiencias de violencia que narran las mujeres entrevistadas se inscriben en contextos estructuralmente desiguales, donde la subordinación femenina se legitima social, familiar e institucionalmente. En los países de origen, las violencias de género adoptan formas físicas, sexuales, psicológicas, económicas y simbólicas, ejercidas tanto en el ámbito íntimo y familiar como en las estructuras comunitarias y culturales. En las historias de las mujeres, emergen tres niveles interconectados de violencia.

Violencia en las relaciones de pareja, marcada por agresiones físicas, violaciones conyugales y coerción sexual incluso durante el embarazo. Varias mujeres relatan haber sido golpeadas, controladas o forzadas a mantener relaciones sexuales, naturalizándose estas prácticas como parte del matrimonio. Algunas expresan que “el peor momento de su vida fue casarse”, mientras otras identifican la maternidad como el único motivo que las mantuvo con vida ante la violencia continuada.

«Me pegaba mucho y siempre decían ‘va a cambiar’.
Me dije que si no me voy, voy a perder la vida»
(Baobab, 43 años, Costa de Marfil, Llegada 2023).

«Me casé, pero fue el peor error de mi vida. Tengo
todo el cuerpo quemado»
(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, Llegada 2019).

Violencia en el entorno familiar, donde la figura paterna o de otros hombres ejerce control, castigo y coerción sobre las decisiones vitales de las mujeres. Se mencionan agresiones físicas, expulsiones del hogar por embarazo o desobediencia, y abusos sexuales en la infancia. Estas violencias se sostienen sobre un entramado de autoridad masculina y silenciamiento femenino.

«Mi padre me echó de la casa, me dijo: nunca
vuelvas, me has deshonrado»
(Frangipani, 31 años, Nigeria, Llegada 2023).

«Porque cuando tenía nueve años, su padrastro la
violó... cada vez que la madre salía al campo»
(Orquídea, 30 años, Gambia, Llegada 2025).

Violencias estructurales, que configuran un entorno social donde la desigualdad de género se normaliza a través de prácticas como el matrimonio forzado, la mutilación genital femenina, la negación del derecho a la educación y la revictimización institucional. Las mujeres relatan haber sido casadas en la adolescencia, intercambiadas por dinero o sometidas a matrimonios serviles con hombres mayores. También describen la falta de respuesta estatal ante las denuncias o la imposibilidad de acceder a justicia y protección.

«Si tu padre dice: ese es tu marido, sí o sí tienes
que casarte con él»

(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011).

«El médico no podía ayudarme, porque mi padre no
quería. En mi país, la familia decide, no la ley»

(Gerbera, 25 años, Camerún, llegada 2024).

Estas violencias no se presentan como hechos aislados, sino como parte de un sistema de control sobre los cuerpos y proyectos de vida de las mujeres, donde el mandato de obediencia, la dependencia económica y la ausencia de protección institucional consolidan la impunidad. En este contexto, la migración aparece como un acto de supervivencia y de ruptura, una forma de escapar a un destino marcado por la violencia, el matrimonio impuesto o la exclusión.

«Al lanzarme al mar, me dije: peor no me puede pasar. Porque lo peor ya lo viví»

(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, llegada 2019).





VIOLENCIAS EN EL TRAYECTO

Durante el trayecto migratorio, las mujeres describen una agudización de las violencias que ya habían experimentado en sus países de origen. El viaje se convierte en un espacio donde los cuerpos se exponen al abuso, la extorsión y la desprotección, en medio de un contexto donde el patriarcado, el racismo y la impunidad se entrelazan para sostener un entramado de violencias múltiples.

Violencias en las relaciones afectivas y de convivencia. Las mujeres relatan que, en el camino, la violencia sexual es una amenaza constante y una práctica extendida. Los abusos son cometidos por hombres del entorno, guías o compañeros de viaje, aprovechando la vulnerabilidad y el aislamiento.

«Hay muchas mujeres que lo que ha pasado en ese camino, sí ha violado. Pero la mayoría no saben que es violar... Cuando una persona te hace algo por fuerza, es un violador»

(Duranta, 36 años, Nigeria, Llegada 2011).

La violencia sexual se vuelve una forma de control sobre los cuerpos femeninos. Quienes viajan sin pareja están más expuestas a la coerción y la violación, lo que lleva a algunas mujeres a establecer vínculos con hombres como estrategia de protección. Estas experiencias conviven con episodios de violencia física y psicológica ejercida por parejas o acompañantes durante el trayecto.

«En el desierto, si no tienes novio, seguro muchos problemas. Ese te coge, ahora te toca a ti. Muchas de mis paisanas vienen embarazadas. No es culpa de ellas, si no, las matan»

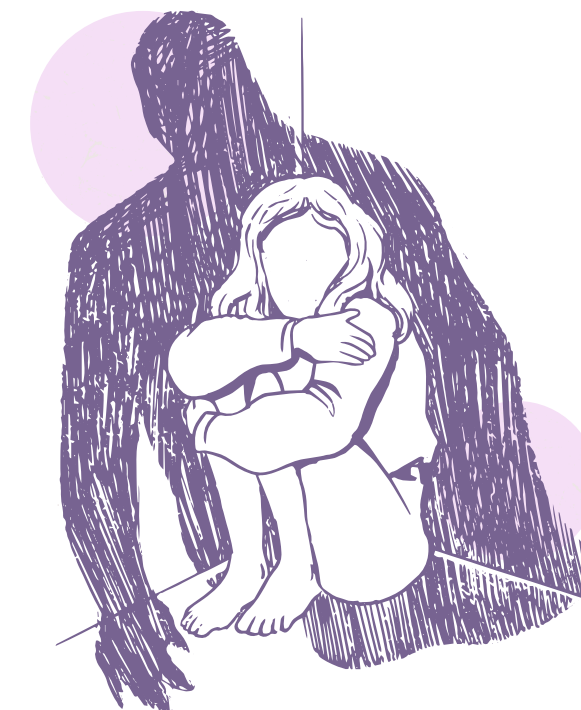
(Acacia, 39 años, Nigeria, Llegada 2009).

«En el camino la mujer no tiene derecho. Si no tienes pareja, te violan todos.»

(Ixora, 46 años, Nigeria, Llegada 2005).

Violencias interpersonales. El trayecto está atravesado por un clima de miedo y desconfianza que afecta las relaciones entre los propios migrantes. Las mujeres hablan de agresiones, jerarquías y abusos dentro de los grupos de viaje. Estas dinámicas revelan cómo, incluso entre quienes comparten la experiencia migratoria, se reproducen las desigualdades de poder y las formas de violencia de género.

«Había un amigo de mi marido que peleó con otro, y ese hombre lo cogió y lo lanzó al mar. Lo más doloroso para mí es que yo tenía mucha amistad con ese chico; además, era parte de la familia, tenía esposa e hijos. Lo lanzaron en una zona profunda, de noche, y no se pudo salvar. Me quedé con ese peso en el corazón, con la imagen de verlo caer al agua. Empecé a llorar, no podía contenerme, y los del barco decían: “es culpa vuestra, si os hubierais movido más para allá...” Cuando llegamos a tierra, su familia preguntó por él, pero no sabíamos qué decirles. No había palabras para explicar lo que pasó»
(Moringa, 22 años, Senegal, llegada 2023).



«Pueden matar a una persona ahí, en diez minutos. Nadie puede hacer nada. (...) Si uno se pelea con otro...[te dicen:] tú te calla', ¡no hablas!»
(Ixora, 46 años, Nigeria, llegada 2005).

Violencias estructurales e institucionales. A las agresiones personales se suman violencias estructurales que se presentan en el tránsito migratorio, en el que los cuerpos de las mujeres se convierten en mercancía y las fronteras en espacios de control y despojo. Los relatos de las mujeres evidencian acoso, control y abuso por parte de autoridades y policías fronterizos. El racismo institucional y social en países de tránsito como Marruecos o Argelia refuerza la desprotección del trayecto migratorio. Además, las redes de tráfico y trata de personas operan con total impunidad, controlando rutas, cobros y desplazamientos.

«Los policías te tocan el pecho, el cuerpo... hay muchos que se aprovechan de las mujeres»
(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011).

«La policía no te considera porque eres negra. Si cometes algo, te detienen, pero ayudarte, no»
(Protea, 27 años, RDC, llegada 2023).

«Tú pagas a uno y él dice que te va a ayudar a pasar, pero se queda con el dinero y desaparece»
(Protea, 27 años, RDC, llegada 2023).





VIOLENCIAS EN LA LLEGADA A ESPAÑA

El momento de llegada a España, que las mujeres asocian inicialmente con la esperanza de protección y seguridad, se revela también como una etapa atravesada por nuevas formas de violencia. Estas no desaparecen, sino que se transforman, adaptándose a las dinámicas institucionales, laborales y sociales de la sociedad de acogida.

Violencias en las relaciones de pareja.

Las relaciones afectivas en el país de destino reproducen, en algunos casos, dinámicas de control, agresión física y abandono. Algunas mujeres relatan episodios de violencia física dentro de la pareja. Otras refieren haber sido abandonadas por sus parejas tras llegar a España o después de un embarazo.

«Ahora divorciada. Queríamos hacer aquí boda. Pero no he podido, porque solamente vivimos dos semanas juntos. Me ha pegado dos veces»
(Alhelí, 35 años, Costa de Marfil, Llegada 2018).

«No, con mi marido solo discusiones. Pero eran muchas, y ya no podía más. Al final, él se fue y me dejó aquí con mi hija. Decidí quedarme y seguir adelante. Ahora estoy en el centro, y cuando termine mi tiempo aquí, seguiré sola con mi niña. Él se marchó hace un mes»
(Orquídea, 30 años, Gambia, Llegada 2025).

Violencias en el entorno comunitario y laboral. El racismo y la discriminación estructuran gran parte de la experiencia cotidiana en la sociedad de acogida. Las mujeres relatan haber recibido insultos, tratos despectivos y rechazo tanto en espacios públicos como en los entornos laborales.

«Mi niño lo trataron mal, le pegaron. Y me dolió más que no me llamaran para decirme nada. Un niño de once años le pegó con una botella en el labio»
(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, Llegada 2019).

«Quería decir algo, porque no quiero que la gente piense que los inmigrantes somos sucios, como dijo ese agente ayer. No, nosotros no somos sucios. Solo tenemos otro color, y el color no significa nada: ¡la sangre es la misma!»
(Duranta, 36 años, Nigeria, Llegada 2011).

La discriminación se extiende también a los servicios sociales y de acogida, donde las mujeres perciben un trato desigual, desconfianza o racismo institucional. En el ámbito laboral, la explotación se naturaliza como condición impuesta a las mujeres migrantes, especialmente en el trabajo doméstico y agrícola. Las violencias laborales reproducen la subordinación de género y origen, sostenidas por la precariedad y la amenaza de perder el empleo o la residencia.

«En [nombre de una entidad], hay dos personas muy racistas. Yo me siento muy rara con ellas»

(Ihora, 46 años, Nigeria, llegada 2005).

«De invierno voy dos veces a la semana, ahora en verano tres. Nunca me pagan bien. Pagan cinco euros por hora. Ellos aprovechan porque saben que tú lo necesitas. (...) Trabajando catorce horas, sin descanso, sin alta. Algunas veces tú estás durmiendo encima de la máquina. ¿Quién hace ese trabajo? un inmigrante»

(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011).



Violencias estructurales. En el momento de llegada a España, muchas mujeres se enfrentan a formas de violencia institucional que se traducen en deshumanización, negligencia y revictimización. Cuentan que fueron sometidas a controles humillantes por parte de las autoridades y, en algunos casos, también por las propias entidades de acogida, lo que puede profundizar su sensación de vulnerabilidad y desconfianza hacia las instituciones.

«Cuando yo llegué a la casa de [referencia a entidad de acogida], tenía que dejar que entraran a mi habitación, abrieran la maleta, miraran mi ropa. Eso me molestaba mucho, pero lo hacía por mi hija»

(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, llegada 2019).

Entre las violencias institucionales, las mujeres destacan especialmente la negligencia médica y la falta de atención ante situaciones de urgencia, experiencias que agravan su situación de vulnerabilidad y dejan una profunda huella emocional. El siguiente testimonio refleja con crudeza cómo la desatención y la demora en la respuesta institucional pueden tener consecuencias irreparables.



«El problema fue en Huelva. Al principio estaba bien, pero al mes o dos meses empecé a sentirme mal, con mucho dolor de barriga. Iba al médico, me hacían análisis y ecografía, y me decían que todo estaba bien. Pero un día el dolor empezó de nuevo, muy fuerte. (...) Dije que me dolía mucho. (...) siempre me decían “espera hasta mañana”. Pero no me llevaron. Por la noche ya no podía aguantar el dolor. Bajé sola y pedí ayuda. Le dije a la mujer de la oficina: “por favor, llama a la ambulancia”. La ambulancia tardó dos horas en llegar. (...) Cuando llegué al hospital, la matrona (...) me dijo: “tu bebé va a morir”. Me explicó que si hubiera llegado antes, podría haberse salvado. (...) Yo estaba sola. No sabía español, no entendía nada. No estaba mi madre, no tenía a nadie. Fue una atención muy mala. Lloré mucho, porque sentía que era culpa de ellos que mi bebé muriera»

(Hibisco, 27 años, Senegal, llegada 2021).

Las violencias institucionales también se manifiestan en prácticas judiciales que resultan revictimizantes y en situaciones de separación forzada de menores, experiencias que las mujeres describen como profundamente dolorosas e injustas. A ello se suman episodios de criminalización y trato discriminatorio por parte de las fuerzas policiales al llegar a España, donde muchas relatan haber sido tratadas como sospechosas o culpables, en lugar de como sujetas de derechos y protección. Las violencias en la llegada muestran que la frontera no termina en el mar ni en el puerto de entrada, sino que se despliega dentro de las propias instituciones de acogida, en los cuerpos de las mujeres y en las relaciones sociales que las rodean.

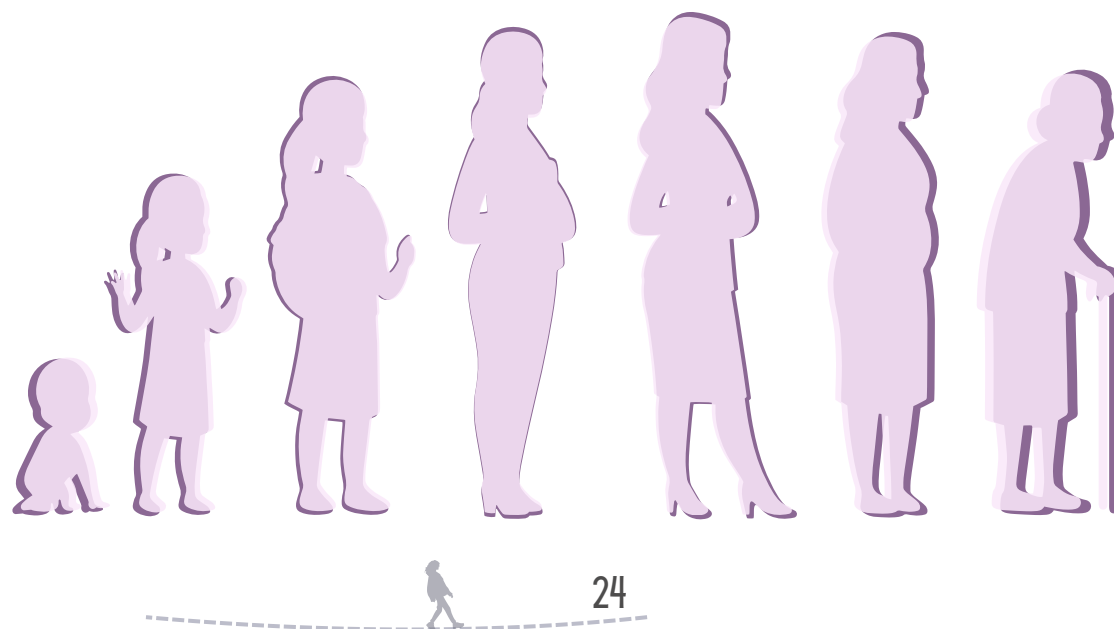


UN CONTINUUM DE VIOLENCIAS

Las experiencias relatadas por las mujeres a lo largo de las tres etapas —antes, durante y después del trayecto migratorio— permiten comprender **la migración no solo como un desplazamiento geográfico, sino como un proceso inmerso en un continuum de violencias, que se traza como una línea que une lo íntimo, lo social y lo estructural**. Estas violencias cambian de forma y de escenario, pero mantienen una lógica común: el control de los cuerpos femeninos, la desigualdad estructural y la negación sistemática de derechos.

En los países de origen, las violencias se inscriben en mandatos familiares y comunitarios que subordinan a las mujeres y restringen su autonomía. Durante el trayecto, esas violencias se intensifican y se vuelven extremas, atravesadas por el tráfico ilícito de migrantes, el abuso sexual, la represión policial y las violencias interpersonales. Y al llegar a los países de destino, se transforman en prácticas institucionales deshumanizantes que perpetúan la exclusión y la explotación.

De este modo, **las violencias que acompañan el proceso migratorio no son episodios aislados ni sucesivos, sino expresiones interdependientes de un mismo sistema patriarcal y colonial que despoja a las mujeres de agencia y de protección**. La frontera se vuelve móvil: atraviesa los territorios, las instituciones y los cuerpos, operando tanto en el pasado como en el presente de sus trayectorias.



IMPACTOS

«Tú estás en un lugar donde no tienes nada. No tienes derechos, no tienes nada, no puedes hacer nada. Parece una cárcel. Cuando eso me pasa, cuando llego allí, no tengo nada, no sé cómo vivir esa vida»

(Ixora, 46 años, Nigeria, llegada 2005)



LOS CUERPOS DE LAS MUJERES MIGRANTES SON TERRITORIOS HERIDOS, SURCADOS POR VIOLENCIAS QUE DEJAN HUELLAS EN CADA FRONTERA Y EN CADA TRÁNSITO

Afectaciones físicas y añoranzas

En esta zona las mujeres situaron los impactos emocionales más profundos: la añoranza por la familia y el hogar, el cansancio y la necesidad de recuperar fuerza. También refirieron las cicatrices que han dejado las violencias físicas experimentadas en sus cuerpos.

«Cuando pienso en mi país, me duele el corazón. Y también extraño a mi hija. (...) La parte que quiero sanar es mi corazón, porque cuando pienso en todo eso [señalando la cartografía], mi corazón duele mucho. Quiero sanar mi corazón y mis pensamientos. (...) Tengo cicatrices por todo mi cuerpo; he sufrido demasiada violencia física y moral»
(Gerbera, 25 años, Camerún, llegada 2024)

Dolores Físicos

En esta zona las mujeres ubicaron el sufrimiento y el dolor corporal experimentado durante el camino recorrido: el desierto, el bosque, el mar, la llegada a España

« Es una montaña [señalando la imagen]. Cuando vine aquí, pasé muchas montañas. [también es] mi camino»
(Pervinca, 28 años, Mali, llegada 2024)

Dolor emocional

En esta zona las mujeres ubicaron el peso de los recuerdos y las preocupaciones por la familia. El dolor de cabeza es el resultado de la tensión, la nostalgia y el cansancio emocional.

«Aquí, en mi cabeza... quiero liberar todo lo que me duele. Me duele mucho la cabeza, me duele de pensar tanto. Me duele porque hace tiempo que no veo a mi madre»
(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011)

Secuelas Físicas

En esta parte del cuerpo, las mujeres señalaron que se concentra un dolor persistente, una de las secuelas que arrastran del trayecto migratorio. Allí se hacen presentes el cansancio, las marcas físicas del viaje y la memoria del esfuerzo.

«Desde el viaje me duelen mucho las rodillas. Vivo con dolor constante y a veces me cuesta andar. Por eso elegí esta imagen [médico con una jeringa]. (...) Las marcas que me dejó el viaje no se ven en la piel, pero están ahí»
(Baobab, 43 años, Costa de Marfil, llegada 2023)



IMPACTOS EN ORIGEN

Los testimonios de las mujeres entrevistadas muestran cómo las VBG que sufrieron en sus contextos de origen atravesaron su desarrollo y dejaron huellas profundas, tanto físicas como emocionales, que las acompañan hasta hoy. Estas experiencias interrumpieron sus proyectos, deterioraron su salud y las empujaron a migrar en busca de seguridad y nuevas oportunidades. De los relatos emergen tres grandes áreas de impacto.

Limitaciones en el desarrollo educativo. Comienzan en la infancia y adolescencia, cuando las mujeres manifiestan no haber podido acceder al sistema de educación formal o, de haber accedido, protagonizar periodos de absentismo por episodios agudos de violencia. Años después, sus proyectos formativos también pueden verse restringidos por dinámicas de aislamiento en la pareja.

«Y después no puedo ir a mi formación, a la escuela.
Sólo la casa de este hombre y después a la iglesia.
Casa e iglesia sólo (...) Porque él pensaba que si yo me
iba a la escuela podría huir»
(Gerbera, 25 años, Camerún, Llegada 2024).

Aunque es un impacto circunscrito al origen, esta falta de oportunidades ha tenido un efecto indirecto que sigue presente en las vidas de las mujeres. Muchas de ellas han aprendido a leer y escribir en otros idiomas durante su estancia en países de tránsito o tras su llegada a España, pero no saben hacerlo en su lengua materna.

«Yo sé escribir y leer español, 80% más que inglés. Yo cojo el papel en español, yo puedo leer todo para ti; pero cuando el papel está en inglés me cuesta, porque no tuve esa oportunidad para estudiar»
(Duranta, 36 años, Nigeria, Llegada 2011).

Secuelas físicas. Las agresiones físicas y sexuales generaron daños severos en los cuerpos de las mujeres. Algunas de ellas relatan episodios de violencia extrema que las llevan a asumir el dolor como parte de su vida cotidiana y, en algunos casos, a ser hospitalizadas.

Sus relatos recogen varios ejemplos de secuelas ginecológicas y obstétricas. En un caso, el intenso maltrato en la pareja precipita el parto, que ocurre de forma prematura. En otro caso, se ponen de manifiesto las persistentes consecuencias de la mutilación genital femenina.

«De la forma en que te hacen la ablación... cuando tú tienes relaciones y todo eso, te duele. Y cuando ya vas a tener el niño, también lo mismo, porque de la forma en la que te lo han hecho sufres por doble»
(Moringa, 22 años, Senegal, Llegada 2023).

Algunas mujeres destacan el aspecto crónico de estos efectos, tanto del dolor como de las cicatrices que aún cubren partes de sus cuerpos y son una manifestación tangible de las violencias sufridas y un recordatorio permanente de lo vivido.

«Aquí está. Yo tengo todo el cuerpo quemado. Estas cicatrices, no sé, hasta la tumba. Cada vez me quito la ropa, me miro. Me recuerda...»
(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, Llegada 2019).

Miedo constante y decisiones forzadas. Las mujeres narran el impacto anímico que las experiencias de violencia han tenido en sus vidas, y también en las de otras mujeres de su entorno. Sin embargo, lo más destacable es la forma en la que el miedo impregna sus recuerdos. La amenaza de perder la vida o de que sus agresores las encontraran, junto con el aislamiento y falta de apoyo en su entorno, las hace sentir solas y atrapadas, y restringe sus vías de acción posibles. Esto termina condicionando cada una de sus decisiones, especialmente la de migrar.

«Después, yo ya estaba embarazada por segunda vez, no tenía elección, y todo se volvió, digamos, de mal en peor, ¡de nuevo, por segunda vez!»
(Frangipani, 31 años, Nigeria, Llegada 2023).

«Me dije que, si no voy, voy a perder la vida y dejaría a mis hijos solos. Y eso no puedo hacerlo, por mis hijos»
(Baobab, 43 años, Costa de Marfil, Llegada 2023).

«Y yo digo, yo me iba con ellos: “¡Tengo un bebé, sálvame!”. Porque yo no sé, esta me va a buscar no sé dónde. Yo tenía esta presión, miedo, todo a la vez»
(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, Llegada 2019).

Además, inmersas en un clima de normalización de los roles de género y de generalización de las violencias basadas en el género, las mujeres se sienten avergonzadas por los acontecimientos a los que han sobrevivido, con efectos sobre su autoestima.

«Les falta confianza, les da miedo... vergüenza, porque si explican “me violaron”... es como una vergüenza para ellas»
(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, Llegada 2019)

Los impactos emocionales, incluso más que los físicos, permanecen latentes en muchas mujeres que, al contar su experiencia, encuentran una vía de expresión emocional en un espacio seguro, pese a revivir momentos de profundo sufrimiento.





IMPACTOS EN TRAYECTO

En el tránsito migratorio, como en el contexto de origen, las violencias vividas dejan marcas físicas y psicoemocionales, estrechamente relacionadas en este caso con los impactos propios de las condiciones de precariedad y violencia en las que se realiza este viaje.

Peligro y precariedad. El difícil acceso a emprender un viaje migratorio legal, seguro y accesible tiene un impacto directo sobre la salud y el bienestar de las mujeres, quienes afrontan condiciones inhumanas de viaje. Relatan largas caminatas nocturnas por bosques y desiertos para evitar controles policiales o mafias, durante las cuales pagan para dormir en espacios colectivos improvisados y precarios, en los que están expuestas al frío, calor y hacinamiento, y a la violencia de compañeros de viaje. La travesía en barco no mejora: la cantidad de pasajeros suele exceder la capacidad de la embarcación, lo que obliga a las mujeres a viajar en posturas fijas e incómodas, con limitaciones de movilidad durante periodos que pueden extenderse de horas a días; y, sobre todo, conlleva un alto riesgo de naufragio.

«Dormimos en un sitio donde había arena y todo eso, y nos quedamos ahí, con el frío, escondidos. Hacía muchísimo frío, y nosotros pensábamos: “Mi país es muy caliente, no sabíamos que al salir iba a hacer tanto frío”. Toda la gente estaba temblando por el frío. Por la noche íbamos andando, andando... a veces hasta cinco horas, caminando por el bosque. Esa gente ya sabía el camino, lo habían hecho muchas veces; sabían cómo cruzar de un país a otro. Y andábamos, y andábamos, y andábamos, y andábamos»

(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011).

En todo el viaje, existen carencias extremas en la satisfacción de necesidades básicas: refugio, hambre, sed o atención médica, entre otras. Debe considerarse que la duración de estos viajes puede llegar a extenderse meses, y que muchas de estas condiciones se agravan por las dinámicas propias del tráfico ilícito de migrantes, que expone a las personas a situaciones de riesgo, abuso y desprotección.

«Todo lo que encuentres, tienes que comerlo en ese momento. Hay días en que solo comes una vez, y ni siquiera es una comida que llene, ¿sabes? Es cualquier cosa, algo pequeño, como un zumo. Lo aprovechas y ya, y así todos los días, aguantando»

(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011).

Lesiones, dolor y agotamiento. Todas las circunstancias comentadas tienen claros impactos en los cuerpos de las mujeres que, en muchas ocasiones, narran desconocer las condiciones del viaje cuando lo emprenden y, por tanto, no estar física ni psicológicamente preparadas para afrontarlo. Relatan haber sufrido lesiones y verse obligadas a soportar un gran dolor para continuar su trayecto, tanto durante el camino a pie como durante la travesía marítima, donde los malestares se acrecientan por la precariedad de las embarcaciones. El esfuerzo necesario para superarlo agota a las mujeres paulatinamente, hasta llevarlas a un estado de fatiga extrema.

«Durante el viaje, la parte más difícil fue cruzar el desierto. Fue realmente muy difícil. A veces la arena hacía imposible avanzar. Cuando llegué, tenía los pies muy hinchados, me sentía enferma. (...) Estaba muy delgada, Incluso temía que iba a morir. Fue difícil pasar por ese desierto. No tenía teléfono. No tenía comida, mucho menos agua. Fue realmente difícil pasar por las montañas. Porque hay algunas partes que cuando llegas, tienes que escalar, escalar, escalar. Nos llevaron y al día siguiente me dieron tratamiento médico. Porque yo no podía caminar cuando me sacaron del barco. (...) Yo tenía muchas heridas, dolor de estómago, mucho dolor, muchas heridas en brazos y piernas. Fuimos al médico y nos atendieron... Empecé a mejorar poco a poco. Así que después de dos semanas podía caminar»

(Frangipani, 31 años, Nigeria, llegada 2023).

Soledad, control y malestar emocional. En sus contextos de origen las mujeres experimentaban soledad ante la falta de apoyo frente a las violencias. Tras emprender el viaje, este aislamiento se intensifica por varias causas. Por un lado, narran la imposibilidad física de comunicarse con personas de confianza que permanecen en el país del que partieron, dadas las relaciones de control y dependencia que se establecen en el tráfico ilícito de migrantes y la falta de medios físicos de contacto telemático a lo largo del camino. Por otro lado, en muchas ocasiones la salida constituye una forma de huida oculta que supone una ruptura total de los vínculos frente a la amenaza de persecución. Incluso cuando se mantiene el contacto, se produce una distancia afectiva marcada por la vergüenza en cuanto a las condiciones del viaje o el temor a ser juzgadas. En cualquier caso, esto causa profundo sufrimiento emocional y las deja expuestas a nuevos tipos de violencia, e incluso a que su muerte pase desapercibida.



«Nunca volví a hablar con mi mamá. Supe que había muerto por una compañera de clase que, cuando mi madre murió, me escribió en Facebook. Sólo así, porque no hay contacto antes. Tenía miedo de contactar a mi padre porque me buscaba también. Si sabía dónde estaba, podía venir y llevarme. Mi amiga me dijo: “Tu madre ha muerto”. Y después, cuando va a mi casa, si no está mi padre, me llama por Internet para ver a mi hija»

(Gerbera, 25 años, Camerún, llegada 2024).



Este duelo por las redes de apoyo rotas, marcado por la incertidumbre de no saber cuándo será posible el próximo contacto con sus seres queridos, se produce a la par que otros duelos que emergen durante el viaje: la pérdida de personas cercanas, compañeras o amigas, que no logran sobrevivir al trayecto, víctimas de las múltiples violencias que configuran una situación de alto riesgo.

«Porque su amiga, por desgracia, se quedó en el mar. Planearon el viaje, pero ella no lo logró. (...) Y el barco que cogió la amiga... que había un barco que todos se habían muerto, pues la amiga iba ahí, que ese barco no sobrevivió nadie, en la isla que nunca llegó, porque estaban, no sé si eran cincuenta y tantos, todos muertos»

(Orquídea, 30 años, Gambia, Llegada 2025).

Ser testigos y víctimas en primera persona de situaciones de violencia, así como percibirse carentes de refugio (físico y emocional), hace a las mujeres conscientes de su vulnerabilidad. Sus narrativas reflejan la experiencia constante de miedo y alerta frente a la amenaza permanente.

«Sí. Yo vi a mucha gente morir durante la caminata. Vi muchos cuerpos (...). Gente que se moría por el camino. Muchos, muchísimos. Por la mañana era cuando se veía todo, porque de noche caminábamos sin ver nada. Y cuando amanecía... veías. Y daba miedo. No había nada que pudiera hacer para sentirme más segura. Solo llorar. Y rezar a Dios. No podía hacer nada más»

(Gerbera, 25 años, Camerún, Llegada 2024).

Este estado de alerta sostenida mina su capacidad de resistencia, generando un agotamiento emocional que se suma al cansancio de sus cuerpos y las lleva a desear haberse quedado en sus contextos de origen, soportando incluso aquellas violencias de las que huyeron:

«La represión también me cansó mucho, sinceramente. Ambas cosas me agotaron mucho. Hubo un momento en el que incluso quise volver a mi país»

(Baobab, 43 años, Costa de Marfil, Llegada 2023).

«Sí, tuve mucho miedo. No puedes volver a casa. Yo lloraba, lloraba. [Le recriminaba a su amiga] “Tú no me convenciste de salir para sufrir. En casa, hago trenzas a la gente, no sufro»

(Acacia, 39 años, Nigeria, Llegada 2009).





IMPACTOS EN LA LLEGADA A ESPAÑA

Si bien el tránsito marca un punto de inflexión en las vidas de las mujeres y la llegada a España es percibida como una etapa de alivio, el cuerpo de las mujeres conserva las huellas del recorrido desde sus países de origen, que se manifiestan en forma de secuelas y las acompañan en su nuevo hogar. La frontera, que físicamente ya ha sido cruzada, permanece presente en su dimensión simbólica y se refleja en las violencias que las mujeres sufren en el país de destino. En este espacio, enfrentan la paradoja de haber alcanzado un lugar de aparente seguridad mientras siguen expuestas a condiciones de precariedad, racismo y violencia estructural que reproducen las heridas del pasado.

Secuelas físicas y dolor persistente. El viaje deja secuelas físicas, tanto superficiales como internas, que permanecen activas al llegar al destino, donde reciben tratamiento. Muchas mujeres describen dolores, especialmente en las piernas, consecuencia de los esfuerzos extremos durante el viaje. Más allá, los efectos acumulativos del estrés en origen, trayecto y, ahora, destino, tienen efectos crónicos y persistentes de carácter psicosomático (por ejemplo, dolores de cabeza o problemas digestivos). El cuerpo continúa siendo un archivo del sufrimiento acumulado.

«La verdad es que algunas veces, cuando tengo miedo -por eso pone ahí que me duele la cabeza- siento que voy a perder la cabeza, estoy preocupada. Me preocupo mucho porque hay cosas que tú puedes sacar, hay cosas que tú dices: “Voy a decírselo a esta persona, a lo mejor me va a ayudar, pero a lo mejor no me ayuda, ¿no?”»

(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011).

Huellas emocionales. Aunque son los impactos menos visibles, las consecuencias psicosociales son, sin duda, las más prevalentes en los testimonios de las mujeres. La llegada a España se vive con ambivalencia. Por un lado, se espera alcanzar tranquilidad y estabilidad, llegando a tener una imagen idealizada del país de destino que no corresponde con la realidad. Por otro, las múltiples capas de sufrimiento que atraviesan sus relatos materializan la interseccionalidad: las propias de la experiencia migratoria, las derivadas de las violencias previas y aquellas que emergen frente a las nuevas formas de exclusión y desprotección en destino.

«Ahora tengo mucho miedo, porque no puedo volver a mi país, y aquí tampoco puedo tener los documentos. ¿Cómo viviré? Ese es el mayor miedo que tengo ahora, porque de mis papeles depende mi vida. No sólo porque estoy aquí, aprendo idiomas, trabajo... No es suficiente. Tengo miedo de que un día el abogado me llame y me diga: “Lo siento, pero el gobierno ha dicho que no puede darte tus papeles”.

Entonces tendría que salir de mi casa y del país. ¿Qué haría?»

(Gerbera, 25 años, Camerún, llegada 2024).



El proceso migratorio en sí mismo deja huellas emocionales. La incertidumbre sobre el estado de aquellas personas queridas que quedaron en los contextos de origen o sobre su propio futuro mantienen la sensación de alerta permanente. Las mujeres describen preocupaciones recurrentes por su seguridad, su situación administrativa o el bienestar de sus hijos. A ello se suma el duelo migratorio y los duelos por pérdidas familiares que se viven en la distancia, y que causan una profunda tristeza. Asimismo, las mujeres narran la reapertura de heridas pasadas: el cuerpo sigue actuando como si los peligros siguieran presentes y la violencia fuera inminente; y emergen sentimientos de culpa, tristeza y desconfianza.

«Cuando dormía, parecía que estaba debajo del mar, por ese pensamiento de lo que hemos pasado y todo. Estaba ese momento. No, no, y nunca podré decir a nadie que pase este camino. Es un camino horrible»
(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011).

«Ahora mismo no hablo con nadie de mi familia. No sé si mis hijos están bien, si están vivos o no. No hablo con nadie, ni con mis hermanos, ni con nadie. Y eso a veces me hace mucho daño. Necesito saber si están bien, si están vivos, si están muertos... lo que sea. Pero no lo sé, porque no tengo contacto con ellos»
(Protea, 27 años, República Democrática del Congo, llegada 2023).

La exclusión social y, en algunos casos, la percepción de desamparo institucional, profundiza una sensación de aislamiento ya existente por un escaso dominio del idioma o la falta de redes de apoyo. Las barreras lingüísticas no solo limitan el acceso a derechos, sino que erosionan la autoestima y la capacidad de expresar el dolor.

«Tú estás en un lugar, en un sitio, con gente. Hablamos, no entiendes nada, no puedes hablar, no puedes decir tu opinión. Muy difícil. Eso me pasa»
(Ixora, 46 años, Nigeria, llegada 2005).

«Cuando llegué aquí, lo más difícil fue el idioma. Aunque la gente me hablaba y yo los escuchaba, no sabía cómo responder. Era como un bebé: te dicen “deja eso”, pero tú no entiendes nada. Yo me sentía así, como si estuviera loca o tonta, porque me hablaban y no podía contestar. Me sentía muy mal.»
(Protea, 27 años, República Democrática del Congo, llegada 2023).

La intensidad de estas experiencias llega a dejar marcas geográficas: las mujeres reflejan un profundo rechazo a lugares donde sufrieron violencias institucionales o localizaciones donde tuvieron que recurrir a la mendicidad, sintiéndose profundamente deshumanizadas.



Desconfianza en las instituciones. La trayectoria previa de estas mujeres evidencia una cadena de desprotecciones: desde la revictimización institucional en los contextos de origen y la falta de recursos para enfrentar la violencia, hasta el papel controlador o amenazante ejercido por algunas autoridades durante el trayecto, y la discriminación que muchas encuentran en los países de destino. Esta acumulación de experiencias debilita profundamente su confianza en las instituciones. Cuando, además, desconocen la legislación vigente o perciben un alto riesgo de ser criminalizadas o revictimizadas, expresan que no se sienten seguras para denunciar situaciones de abuso o violencia, independientemente de si estas son o no por razón de género.

«Hay muchos inmigrantes que tienen miedo de denunciar. Yo también lo entiendo. A veces uno piensa: “si denuncio, ¿mañana dónde voy a trabajar? Si denuncio a esa persona, ella conoce a muchos abogados y yo no tengo dinero para pagar uno. Si voy a denunciar a esa gente, que conoce a más gente, y yo ni siquiera sé hablar bien español... ¿qué voy a decir ahí?»
(Duranta, 36 años, Nigeria, Llegada 2011).

«Yo no. Aquí la policía no me ayuda. No. Porque tengo un problema: tengo una niña pequeña, y si me detienen, no sé a dónde ir. Aquí no tengo confianza en nadie»
(Hibisco, 27 años, Senegal, Llegada 2021).



RESISTENCIAS

*«Soy una persona bella, fuerte, valiente,
inteligente y combativa.
¡Me quiero mucho!»*

(Gerbera, 25 años, Camerún, llegada 2024)



LOS CUERPOS DE LAS MUJERES MIGRANTES SON TERRITORIOS DE AGENCIA Y RESISTENCIA ACTIVA ANTE LAS VIOLENCIAS

Resistencias Emocionales

En esta zona las mujeres situaron la fuerza que les brindan sus hijas, sus parejas, sus amigas y las “familias encontradas” en el camino. Es también donde se recogen la reciprocidad y cuidado, donde el acompañamiento cotidiano —una llamada, un consejo, una comida compartida— se transforma en energía vital para resistir.

«Yo pienso en mis hijos y tengo fuerza»
(Baobab, 43 años, Costa de Marfil, Llegada 2023)

«Tengo el apoyo de mi familia y he creado más familia aquí, en España. Porque la familia no es la que está lejos o cerca, sino la que te lleva en el corazón. Los que te quieren de verdad, los que te dan consejo, los que te apoyan y te ayudan. A eso le llamo familia yo»
(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, Llegada 2019)

Resistencias de Futuro y Esperanza

Es los pies las mujeres situaron su proyección hacia lo que viene, los sueños de estabilidad, los deseos de casarse, de tener una casa, de construir un futuro en paz.

«Cada día es un nuevo día; el sol me da esperanza»
(Frangipani, 31 años, Nigeria, Llegada 2023)

Resistencias Espirituales

En este lugar es donde las mujeres colocan la oración, los nuevos aprendizajes, la fuerza de pensar diferente y el deseo de mantenerse tranquilas. Esta parte del cuerpo concentra la capacidad de imaginar otro presente, de tomar decisiones y de reconocerse con mayor seguridad.

«Esta imagen es como la luz. Si necesitas algo, por ejemplo, puedes poner tus manos así. Puedes orar. Si ves la luz de tu mano, significa que ahora tienes lo que querías»

(Protea, 27 años, República Democrática del Congo, Llegada 2023)

Resistencias Cotidianas

En esta parte del cuerpo las mujeres colocaron las imágenes que para ellas evocan aspectos que influyen en su autonomía como el trabajo, la formación, el aprendizaje y la capacidad de sostener a la familia. Se trata de aspectos vinculados con su presente.

«Empecé formaciones, me ayudaron [en la entidad de acogida]. Ahora tengo mi trabajo de limpieza, he llegado a España y estoy bien»

(Pervinca, 28 años, Mali, Llegada 2024)



RESISTENCIAS EN ORIGEN

El entramado de VBG en el que las mujeres se ven inmersas en sus contextos de origen limita en extremo su capacidad de tomar decisiones y vías de acción que protejan su salud o bienestar, o que las permita avanzar en sus proyectos vitales. Aún así, sus narrativas muestran estrategias de resistencia y resiliencia, de carácter individual y colectivo. Frente a la inacción estructural e institucional, se posicionan como agentes frente a la adversidad.

Estrategias de resistencia individuales. Algunas mujeres se acogieron a la protección de otras figuras masculinas para escapar de la violencia parental. Sin embargo, en un testimonio, un matrimonio precipitado a temprana edad la expuso a nuevas formas de violencia, lo que evidencia que estas estrategias funcionan como “armas de doble filo” dentro de un sistema patriarcal cuya continuidad está marcada por el control masculino.

«Ya no soportaba los abusos y todo eso, y decidí, como una salida, el matrimonio. Y cuando me casé tenía 14 años»
(Orquídea, 30 años, Gambia, Llegada 2025).

Otra vía para ganar control sobre sus vidas es la participación en formaciones para el empleo, con el objetivo de tener recursos materiales que le permitan un grado mayor de autonomía económica y capacidad de decisión.

Si nada de esto funciona (en gran medida frustrado por los ejes de desigualdad de género y situación socioeconómica), y las mujeres perciben que su vida y/o la de sus descendientes está en peligro, toman una decisión definitiva: dejar todo atrás y migrar a otro país.

«Finalmente dejé todo y me fui a este país, a Mauritania. Sí, cuando mi niño tenía un año, me fui a Mauritania. Sí, sí, mejor sola. Pero si yo no dejaba eso... Ahora... a veces yo siento que no existo en el mundo. O mi marido me mata, o me muero, o mi corazón duele, duele, duele. Un día yo pensé en mi muerte. Yo miraba mi vida: mi vida, o vida con cárcel»

(Pervinca, 28 años, Mali, Llegada 2024).



Esta decisión, aunque dolorosa y cargada de incertidumbre, constituye una expresión extrema de búsqueda de supervivencia. La migración se transforma en un acto de protección y de esperanza a través de la cual las mujeres reafirman su deseo de vivir y de construir un futuro más seguro, incluso cuando el mundo parece ir en su contra.

«Yo solo quería vivir. Y esa fue una de las razones por las que dejé mi país» (Frangipani, 31 años, Nigeria, Llegada 2023).

Estrategias de resistencia colectivas. En el estrecho margen de acción que deja el sistema patriarcal, las mujeres tejen redes de apoyo emocional e instrumental que funcionan como un sostén frente a la violencia. Madres, tías, amigas, compañeras y, en algún caso, hijas, ofrecen ánimo, acompañamiento y ayuda en el desarrollo personal y laboral, facilitando la conciliación y la búsqueda de autonomía.

«Yo, como amiga, siempre hablo con ella. En casi un mes, no fue al colegio. Cuando termina el colegio y estoy en casa, mi madre me acerca a casa de ella, y me siento con ella, hablo con ella para que se relaje, para quitar eso de su cabeza»

(Ixora, 46 años, Nigeria, llegada 2005)

Asimismo, se organizan para brindar protección y refugio físico ante situaciones de riesgo.

«Me quería echar y le dije que no. Y fue cuando mi mamá vino y le dijo: “Yo no voy a permitir eso. Porque cuando mi hija estaba embarazada, tú la negaste. Dijiste que no la querías, que no querías que tu hijo se casara con ella. Entonces no puedes querer al niño que vino de la mujer que no querías. Me voy a llevar al niño y a mi hija a mi casa”. Mi mamá no podía llevarme a casa de mi padre, porque mi padre no permitiría que yo entrara a su casa; pero estaba lista para llevarme a casa de mi tía, para dejarme allí y quedarme lejos de esa familia»

(Frangipani, 31 años, Nigeria, llegada 2023)



Sus conversaciones y vínculos se transforman en espacios de búsqueda conjunta de soluciones. Entre ellas, la migración y el cuidado transnacional de los hijos, delegado en personas de confianza.

«Mi amiga es la que tenía la información del barco. Ella habló con el del barco y no me pidieron nada, no pagué ni con dinero ni con otro medio. Porque como mi amiga le explicó la situación a la persona del barco, me dijo: “Si a ti te preguntan si has pagado, tú di que sí”.

Pero no he pagado nada»

(Orquídea, 30 años, Gambia, llegada 2025)

«Mi mamá me preguntaba: “¿Qué pasará con tus hijos? ¿Qué vas a hacer con tus hijos?” Y le dije a mi mamá: “Dado que mi papá aceptó a mis hijos, yo puedo dejarte a la niña para ti”. Y así fue. (...)

También se lo conté a una de mis tías y me dijo que no tenía problema, que ella también cuidaría de mi hija. Ahora, de hecho, mi hija vive con mi tía, no con mi mamá, porque mi madre es muy mayor»

(Frangipani, 31 años, Nigeria, llegada 2023)





RESISTENCIAS EN TRAYECTO

En el arduo tránsito migratorio, continuar requiere una constante capacidad de adaptación. Es, posiblemente, el periodo de mayor vulnerabilidad: la mayoría de las mujeres viajan solas, recorriendo caminos desconocidos, guiadas por extraños y con la certeza de que las amenazas de violencia sólo cambian de forma, pero nunca desaparecen. Aún así, su resiliencia, puesta a prueba de manera incesante, se mantiene y se expresa en múltiples conductas para protegerse y avanzar en un trayecto extenuante y profundamente incierto.

Estrategias de resistencia individuales. El estado de alerta permanente frente a las violencias del camino convierte a las mujeres en aprendices de numerosas estrategias de supervivencia, sean o no observadas previamente en otras compañeras. En ocasiones, consisten en acogerse a la protección simbólica de un hombre para mantenerse a salvo, o usar su acompañamiento como moneda de intercambio para obtener apoyo instrumental. Como en origen, vincularse a un conocido o figura de autoridad puede ofrecer cierto amparo, aunque también suponga un potencial peligro al reproducir el control masculino sobre sus cuerpos y decisiones.

«[Cuando me sentí en peligro durante el viaje] yo cogí a un amigo para que hiciera de mi novio, para cuidarme en el camino del desierto. Por ejemplo, para dormir, tú duermes con ese. Yo no puedo hacer nada»

(Acacia, 39 años, Nigeria, Llegada 2009)

Frente al peligro inminente de ser agredidas sexualmente, las mujeres tratan de reducir este riesgo: fingen estar casadas, simulan estar enfermas, invocan la compasión y se humanizan, o se muestran firmes y distantes. En algunos lugares, recurren a programas que distribuyen anticonceptivos para evitar embarazos forzados y posteriores abandonos.

«Me pongo a llorar, me pongo a decir: “Por favor, por favor, tómame igual que a tu hermana”. Me ponía a decir cosas a ver si le entraba en su cabeza: “Por favor cógeme igual que tu hermana, por favor que yo no quiero, por favor...”»

(Duranta, 36 años, Nigeria, Llegada 2011)

Dado que los viajes pueden llegar a durar años, algunas mujeres garantizan su subsistencia en los países de tránsito mediante la búsqueda autónoma de recursos: limpiar casas, trenzar el cabello, mendigar o realizar oficios informales. Cuando las posibilidades son nulas, algunas se ven obligadas a asumir formas de trabajo sexual como medio de obtención de recursos y paso hacia la siguiente etapa del viaje.

No obstante, si algo prevalece, son sus sólidas raíces espirituales. En medio de la incertidumbre y el miedo, la fe se convierte en refugio y consuelo emocional. La espiritualidad ofrece un sentido de trascendencia que permite resistir lo insoportable y continuar caminando cuando todo parece perdido. Rezar o encomendarse a Dios son formas de sostener la esperanza.

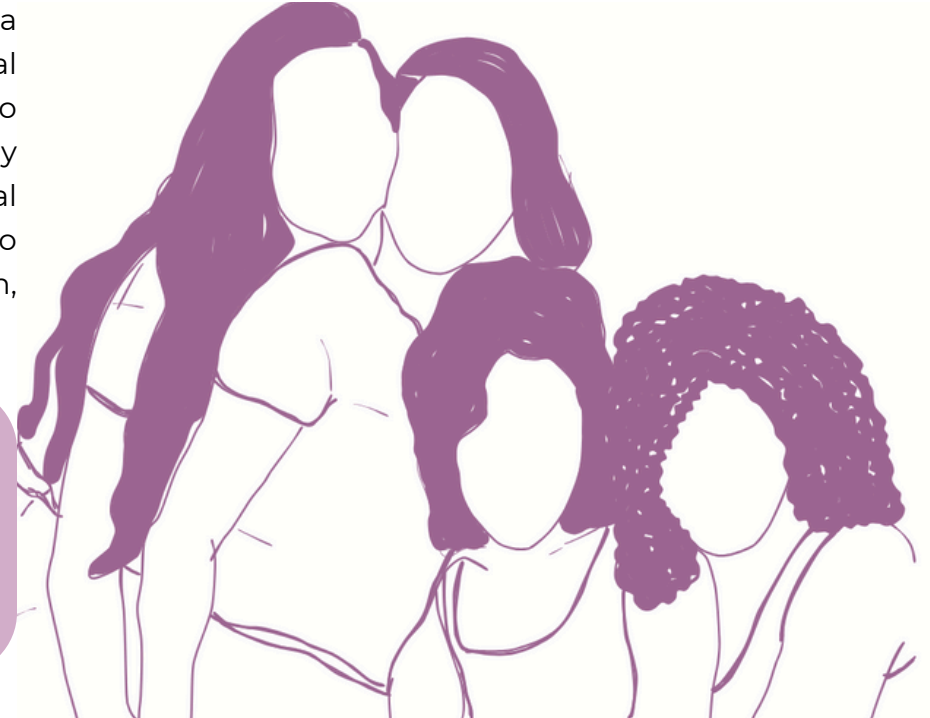
«Pues la verdad que yo me dije: “Bueno, estoy aquí, ahora no me queda otra”. Tenía que darme prisa. Y he sacado esa esa fuerza que tenía en mí con la oración»
(Baobab, 43 años, Costa de Marfil, llegada 2023).

Esto contribuye a mantener su percepción de fortaleza interior y resiliencia frente a la adversidad, sostenida por sus familias y la expectativa de un futuro mejor, que es motor para seguir adelante.

«No sé por qué, no pasé miedo. Sí, yo soy más fuerte que los hombres. Los hombres están allí y tienen miedo. Algunos tienen miedo por si se morían. ¿Sabes? El mar es un poco complicado. Yo, yo sabía... yo voy a llegar allí. Sí. Porque yo tengo en mi cabeza, yo voy a llegar hasta allí. No va a haber problema»
(Hibisco, 27 años, Senegal, llegada 2021).

Estrategias de resistencia colectivas. La instrumentalización y división intencionada de las mujeres en el trayecto a pie y en embarcación, marcados por la urgencia frente al peligro inminente y en los que, además, suelen ser minoría, dificultan el establecimiento de vínculos entre ellas. El único periodo donde las mujeres pueden aunar los recursos y estructurar la organización grupal para resistir conjuntamente frente al sistema patriarcal que las oprime es el asentamiento en países de tránsito. La permanencia en un mismo lugar y la progresiva familiaridad con el espacio permite las muestras de apoyo y unión, por ejemplo, en materia de cuidados y educación de sus hijos e hijas.

«Nuestros hijos no iban a la escuela en Marruecos. Así que lo que hicimos fue que un grupo de mujeres, nos unimos y organizamos que una mujer les enseñaba a leer y escribir en inglés»
(Frangipani, 31 años, Nigeria, llegada 2023).





RESISTENCIAS EN LA LLEGADA A ESPAÑA

Así como las violencias e impactos cambian tras la llegada a España, también lo hacen las estrategias de resistencia de las mujeres migrantes. La posibilidad de acceder a derechos, recursos y redes de apoyo refuerza su sentido de autonomía y agencia, y su sentido de fe y fuerza interior permanecen. La resiliencia cambia de forma: de la supervivencia frente a situaciones agudas a la resiliencia cotidiana. En cualquier caso, sus narrativas siguen reflejando su capacidad de adaptación, esencial para participar activamente en un entorno desconocido y nuevo.

Estrategias de resistencia individuales. En España, las mujeres siguen percibiendo esa fuerza interior que se mantiene sustentada en sus pilares espirituales, pues la fe aporta continuidad con el pasado y les ofrece esperanza en el futuro. Además, ésta se ve fortalecida por la percepción de un horizonte más estable. Las mujeres reconocen avances concretos en sus vidas y proyectan su resiliencia hacia el futuro. La sensación de mejora y de optimismo son ejes recurrentes en sus narrativas.

También hacen uso de esta **autoconfianza frente a la discriminación y la violencia**. En unos casos, de forma activa, confrontándola y demandando sus derechos legítimos, o haciendo uso de los recursos legales y burocráticos que conocen. En otros casos, de forma pasiva, mediante la adopción de una disposición abierta y flexible como forma de autocuidado, para preservar su bienestar.

«A veces tengo una cita, no conozco bien la zona y entonces cojo mi león, la fuerza que tengo dentro y voy: "Bueno, sí hace calor, pero voy a estar bien, estoy fuerte"»

(Baobab, 43 años, Costa de Marfil, llegada 2023).

«Tenemos un color diferente, pero yo nací así, y no voy a cambiar por nada, por nadie tampoco, que me acepte así en la sociedad. "Tienes que aceptar a mi niño, qué te ha pedido esta criatura, no te ha pedido nada". Lo había advertido una y dos veces, y la tercera fue cuando le pegó. Yo: "Mira, voy a denunciar al colegio, a los padres de este niño". Ellos me dicen: "No...". Mi pareja también me decía: "No, déjalo, son cosas que pasan..." Y mira, ¿yo voy a esperar que me maten al niño, o cómo? Y dicen: "No, tú tranquila, vamos a tomar las medidas posibles, tal, tal"»

(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, llegada 2019)

«Y hasta que un día le ha dicho: "Yo ya no voy a pensar más. Si no me dan respuesta, yo me voy a ir a la policía". Y claro, fue a la policía a explicar todo. Mejor que sea el juez el que diga que no puede recuperar al niño»

(Protea, 27 años, República Democrática del Congo, llegada 2023)

«Antes no me gustaban las personas mayores de aquí. Tienen miedo de la ayuda, porque piensa que, si yo voy por la ayuda, puedo quitársela. Les doy asco porque soy una persona negra. Pero he encontrado muchas personas mayores que me quieren mucho, y eso cambió mi pensamiento... creo que hay buenas personas y malas personas en todo el mundo (...) Porque veo la buena parte de España, también que la mala. Solamente hay dos o tres personas malas, pero hay muchísima gente que me quiere. No puedo tomar lo negativo como más que lo positivo. Lo positivo es más que lo negativo. Pienso diferente a partir de ahora»

(Gerbera, 25 años, Camerún, Llegada 2024)

«Yo he aprendido a confiar en mí misma y a defenderme de mis enemigos»

(Hibisco, 27 años, Senegal, Llegada 2021)

El deseo de aprender y comprender las reglas del nuevo entorno se convierte en un eje fundamental de autonomía. Dominar el idioma, conocer las leyes (especialmente, sobre VBC) o acceder a la formación laboral representa para las mujeres no solo una herramienta práctica, sino también un acto de afirmación personal y de protección frente a las violencias. Aprender es, en sí mismo, una estrategia de empoderamiento: les permite desenvolverse, tomar decisiones informadas y romper con la dependencia de otras figuras que caracterizó etapas anteriores. De esta forma, aunque la búsqueda de recursos materiales continúa siendo una preocupación constante, en destino se organiza desde una mayor capacidad de agencia.

«Yo no podía hablar... Me ponía muy mala. Porque yo hablaba francés, mi lengua. Ellos no sabían francés. Yo no podía explicar, ¡no! Es difícil... Por eso yo dije “me voy a defender en español”. Estoy ya estudiando»

(Hibisco, 27 años, Senegal, Llegada 2021)

«Por ejemplo, aquí en España es una violencia, pero para ellos es una costumbre de su tradición, a lo mejor ellos no piensan que es una violencia. Cuando tú ya sabes la ley y tú sabes que es una violencia, a lo mejor, por ejemplo, si tú estás con tu marido y es el día que tú no quieres y te fuerza a hacerlo, es una violación. Es una violación. (...) Cuando yo he llegado aquí, yo ya sé. También ya estoy aprendiendo más cosas, yo quería aprender más»

(Duranta, 36 años, Nigeria, Llegada 2011)



«Quiero encontrar un trabajo, una formación de enfermera para continuar en salud [como en el contexto de origen]»

(Gerbera, 25 años, Camerún, llegada 2024)

«Yo sé que aquí no puedo aceptar que un hombre no me respete y lo que hago es ir a poner una denuncia. O lo dejo»

(Baobab, 43 años, Costa de Marfil, llegada 2023)

Estrategias de resistencia colectivas. Las comunidades migrantes establecidas en España son redes esenciales de apoyo. Personas (mayoritariamente, mujeres) de la misma procedencia ofrecen alojamiento temporal, orientación sobre trabajos o trámites, y acompañamiento en los primeros momentos de inserción. En estos espacios se comparten conocimientos. También colectivizan las experiencias de violencia y exclusión, y activan formas de cuidado mutuo, como las “tontinas”, un sistema colectivo de ahorro donde un grupo de mujeres aporta cada mes una cantidad fija y, por turnos, una de ellas recibe el total reunido para afrontar necesidades urgentes o proyectos personales.

«Alguien de mi país, de mi comunidad. Ella vive allí. Ella trabaja allí. Ella vive en un apartamento de tres. Así que me dijo que me dará una habitación con mi hijo. Y cuando empiece a trabajar y ganar dinero, puedo buscar mi propio apartamento. Pero por ahora tengo que trabajar un poco y quedarme allí para poder ganar dinero para tener mi propio apartamento. Es increíble. Es como una tía para mí. Ella ha estado aquí durante 15 años en Almería»

(Frangipani, 31 años, Nigeria, llegada 2023)

A la vez, las celebraciones culturales fortalecen el sentido de pertenencia y mantienen vivos los lazos con el origen, constituyendo una forma de resistencia ante la fragmentación y el aislamiento.

En ese tejido de vínculos, las mujeres encuentran la posibilidad de seguir construyendo su vida en un contexto más estable, lo que les permite poner en práctica un sentido de generatividad o devolución de la experiencia acumulada a la comunidad.

«Yo conozco a la presidenta de la asociación y dice: “¡Tú, contigo yo!” A fines de año organiza fiestas y todo, me invita»

(Jazmín, 34 años, Costa de Marfil, llegada 2019)

«También el sueño de ayudar a la gente, a las mujeres, que sufren también violencia»

(Hibisco, 27 años, Senegal, llegada 2021)



DECÁLOGO DE RECOMENDACIONES

«Creo que las mujeres necesitan más ayuda, más protección. Porque la mayoría de las mujeres han sido violadas, muchas veces. Porque, viniendo de África, yo sé las dificultades que las mujeres viven. Para mí, diría que las mujeres necesitan ser más protegidas, tener más oportunidades para hablar, para expresarse ellas mismas, expresar sus sentimientos.

Las mujeres deberían ser tratadas mejor»

(Frangipani, 31 años, Nigeria, llegada 2023)



Las recomendaciones que se presentan a continuación parten de las narrativas de las mujeres participantes. **Surgen, por un lado, de las propuestas que formularon explícitamente** cuando se les preguntó por los cambios que consideran necesarios; **y, por otro, de los elementos que emergieron de sus testimonios sobre la experiencia migratoria**, a partir de los cuales el equipo investigador identificó aspectos susceptibles de mejora, buenas prácticas que conviene reforzar y áreas donde la intervención de distintos agentes sociales podría fortalecerse para garantizar una atención más adecuada y respetuosa.

Con el propósito de asegurar que estas recomendaciones reflejaran fielmente las perspectivas de las mujeres, **se desarrolló posteriormente un espacio de revisión y retroalimentación colectiva**. En él, las participantes pudieron valorar cada propuesta, matizarla y, cuando lo consideraron necesario, incorporar nuevas sugerencias. **Durante este proceso también se compartieron los principales hallazgos del informe y aspectos de su presentación gráfica, con el fin de garantizar que se sintieran representadas tanto en el contenido como en la forma del documento.**

De este proceso conjunto —que integra sus aportaciones directas, sus relatos migratorios y su participación en la revisión final— **surge el conjunto definitivo de recomendaciones**. Su construcción responde a un enfoque centrado en la voz y la experiencia de las mujeres migrantes, asegurando que sus necesidades, expectativas y propuestas estén presentes en todas las fases del trabajo.



1

GARANTIZAR RUTAS MIGRATORIAS LEGALES, SEGURAS Y ACCESIBLES

Todas las mujeres tuvieron que optar por rutas informales dada la falta de alternativas, lo que las situó en absoluta dependencia de intermediarios que operan en el tránsito irregular, aumentando significativamente los riesgos para su integridad y autonomía.

Resulta urgente habilitar vías legales y seguras desde los países de origen para las personas provenientes del África subsahariana, de modo que no se vean obligadas a recurrir a la peligrosa ruta canaria ni a situaciones de violencia en los accesos terrestres por la frontera sur. El objetivo no debe limitarse a atender las secuelas de dicha violencia, sino a comprometernos activamente con la prevención de su aparición. Para ello, es imprescindible establecer un **compromiso anual mínimo de solicitudes** a personas originarias de países del África subsahariana, garantizando así un acceso seguro desde sus lugares de origen. En lo que respecta a la entrada por frontera, resulta igualmente fundamental implementar mecanismos de **detección temprana** con garantías y procedimientos adecuados, evitando la aplicación de protocolos exprés como los promovidos en el marco del Pacto Europeo de Migración y Asilo.

2

AUMENTAR LOS SERVICIOS CULTURALMENTE COMPETENTES DE ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL DE LAS MUJERES

Las mujeres participantes expresaron su agradecimiento por contar con un espacio para compartir sus historias y reconocer juntas las violencias sufridas y presenciadas.

Se recomienda **crear y/o fortalecer espacios de reparación individual y comunitaria**—impulsados desde las entidades del tercer sector y las instituciones públicas—donde las mujeres puedan compartir sus experiencias, preocupaciones y emociones en un escenario psicológicamente seguro. En estos espacios, la atención psicológica debe ser facilitadora, reconociendo las fortalezas, promoviendo vínculos de confianza, ofreciendo información sobre recursos comunitarios de apoyo, y garantizando un acompañamiento emocionalmente reparador que fortalezca sus procesos de resiliencia y/o empoderamiento. Al mismo tiempo, es fundamental que se garantice la **cobertura de los determinantes sociales de la salud mental**, como el acceso a la (a) documentación para residir legalmente en el contexto de destino, (b) condiciones laborales justas, (c) vivienda digna, y (d) reagrupación familiar, entre otros.





3

REFORZAR POLÍTICAS PÚBLICAS Y PRÁCTICAS SOCIALES QUE GARANTICEN LOS DERECHOS DE LAS MUJERES Y LAS NIÑAS

Las mujeres participantes vivieron situaciones de desprotección y ausencia de apoyo institucional en sus contextos de origen, y han sido invisibilizadas por los Estados responsables de garantizar su seguridad.

Es prioritario **ratificar los convenios y estándares internacionales** en materia de los derechos de las mujeres y materializarlos en la creación de una **legislación específica contra la VBG en los países de origen**—impulsada por los gobiernos nacionales y apoyada por organismos internacionales—que garantice la protección institucional de las mujeres. Paralelamente, es necesario **reforzar políticas públicas** en los contextos de origen y de destino que promuevan la defensa de los derechos de las mujeres, el acceso a la educación, el asociacionismo femenino y las redes locales de mujeres. Estas acciones deben ser lideradas por las instituciones públicas estatales, autonómicas y locales con el apoyo activo de las entidades del tercer sector, con el fin de avanzar en la lucha contra el patriarcado y las prácticas sociales opresivas hacia las mujeres.

4

GARANTIZAR CONDICIONES DIGNAS DE ACOGIDA DURANTE LA LLEGADA A LOS CONTEXTOS RECEPTORES

Algunas mujeres participantes se sintieron deshumanizadas, ignoradas y discriminadas durante su primera acogida.

Es esencial asegurar **espacios de acogida que garanticen el descanso, hidratación, alimentación, higiene y privacidad** de las personas recién llegadas, responsabilidad que recae principalmente en las entidades del tercer sector que gestionan la acogida, con financiación y supervisión de la instituciones públicas competentes. Es prioritario evitar separaciones familiares injustificadas, contar con servicios de interpretación y mediación intercultural, y establecer protocolos de trato digno que contemplen la justificación de las decisiones adoptadas. Se recomienda que durante la acogida se adopten prácticas que prevengan cualquier forma de revictimización institucional.



5

ESTABLECER COMO PRINCIPIO ESENCIAL DE LA ATENCIÓN LA ESCUCHA ACTIVA Y EL RESPETO HACIA LA VOLUNTAD DE LAS MUJERES

En algunos casos, las mujeres participantes expresaron una profunda frustración al sentir que eran obligadas a seguir itinerarios predeterminados y decisiones tomadas por profesionales que asumieron su voluntad.

Es fundamental que tanto las entidades del tercer sector como las instituciones públicas que atienden a mujeres migrantes **personalicen la atención** según los planes, necesidades y deseos de cada mujer, evitando toda forma de infantilización o paternalismo institucional. Es importante garantizar la presencia de **intérpretes y/o mediadoras interculturales** en los diferentes servicios, para asegurar la participación efectiva de las mujeres. En concreto, se recomienda utilizar como referencia los principios **FREDA** que enfatizan en garantizar cinco derechos humanos durante la atención: (a) equidad (derecho a recibir información en un formato que puedan comprender), (b) respeto (derecho a sentirse valoradas por los proveedores de los servicios), (c) igualdad (derecho a no ser discriminadas por sus características), (d) dignidad (derecho a ser tratadas como seres humanos), y (e) autonomía (derecho a vivir de acuerdo con sus valores, creencias y preferencias personales). Paralelamente, la **participación de las mujeres migrantes en procesos de co-diseño en estrategias de atención y toma de decisiones sobre sus itinerarios** debe ser un principio esencial y transversal en las actuaciones para garantizar que sus experiencias y perspectivas son consideradas.

6

REFORZAR EL SEGUIMIENTO DEL CUMPLIMIENTO DE LOS DERECHOS HUMANOS Y LAS GARANTÍAS EN LOS SISTEMAS DE PROTECCIÓN Y ACOGIDA

Reforzar los mecanismos de supervisión del cumplimiento de los Derechos Humanos y de las garantías debidas por parte de las instituciones públicas, fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado y el conjunto de agentes implicados en los sistemas de llegada, acogida y protección.

Se propone el **fortalecimiento de mecanismos independientes de vigilancia de Derechos Humanos**, como la Defensoría del Pueblo y otros entes reconocidos en la normativa europea, **asegurando la participación de la sociedad civil en las tareas de control y monitoreo**. Asimismo, se recomienda potenciar los espacios de formación, interlocución e intercambio entre agentes de distintos perfiles (entidades sociales, universidades y administraciones públicas).



7

FOMENTAR LA COORDINACIÓN INTERINSTITUCIONAL EN LOS CONTEXTOS DE DESTINO

Las mujeres participantes expresaron que experimentaban la amenaza constante de que un cambio en su situación administrativa las expusiera a la pérdida de servicios y apoyos.

En los contextos de destino, es necesario fortalecer el **trabajo en red** existente entre las entidades del tercer sector, las instituciones públicas, las fuerzas del Estado y otros actores comunitarios. Para ello, es importante que se fortalezcan los mecanismos de comunicación y coordinación entre las propias entidades del tercer sector y las instituciones públicas que atienden a mujeres migrantes, con el objetivo de **crear sinergias y aprovechar los recursos** de cada programa para ofrecer una cobertura continuada en aquellos casos en que sea necesario (por ejemplo, frente a cambios en la situación administrativa que condicionen su permanencia en itinerarios de atención personalizada), previniendo la finalización inesperada de las ayudas, o la ruptura de vínculos que puedan causar una disrupción en el bienestar de las mujeres y sus familias. Finalmente, para asegurar la sostenibilidad de las intervenciones, resulta imprescindible consolidar la coordinación intergubernamental que permita armonizar las políticas estatales y autonómicas, eliminando vacíos competenciales o de responsabilidad.

8

AVANZAR HACIA CONTEXTOS RECEPTORES SOCIALMENTE MÁS INCLUSIVOS.

Muchas mujeres participantes experimentan episodios de racismo y otras formas de discriminación en la convivencia diaria, en el ámbito laboral y en los servicios públicos.

Es imprescindible que entidades del tercer sector, instituciones públicas, universidades, medios de comunicación y sociedad civil mantengan un **compromiso permanente, claro y público, en contra de toda forma de discriminación** como condición necesaria para erradicar la VBG y el racismo institucional. Esto incluye cuestionar y revisar las propias actitudes y prácticas, como la discriminación en la atención sanitaria o administrativa, y en el acceso a servicios sociales. Asimismo, se recomienda impulsar campañas de sensibilización social, fomentando una perspectiva crítica ante la desinformación, y promoviendo escenarios de encuentro intercultural y aprendizaje significativo. Del mismo modo, es necesario establecer mecanismos de rendición de cuentas frente a discursos o delitos de odio y situaciones de discriminación institucional.



9

REFORZAR MECANISMOS DE PROTECCIÓN EN TRÁNSITO .

Todas las mujeres tuvieron que optar por rutas informales dada la falta de alternativas, lo que las situó en absoluta dependencia de intermediarios que operan en el tránsito irregular, aumentando significativamente los riesgos para su integridad y autonomía.

Se recomienda **sostener la acción llevada a cabo por las entidades del tercer sector establecidas en contextos de tránsito** como Marruecos, donde algunas mujeres se establecen por periodos largos de tiempo. Adicionalmente, es necesario **establecer refugios seguros de carácter humanitario a lo largo de las rutas migratorias** donde se cubran las necesidades básicas más urgentes (alimento, descanso, acceso a higiene, posibilidad de comunicación con redes de origen), médicas, de acompañamiento psicosocial y de protección ante situaciones de violencia. Se recomienda potenciar las iniciativas locales existentes que cubran estas necesidades, especialmente aquellas lideradas por mujeres o dirigidas a esta población.

10

PROMOVER LA EDUCACIÓN Y LA SENSIBILIZACIÓN DE LOS HOMBRES HACIA LAS VBG EN LOS CONTEXTOS DE ORIGEN, TRÁNSITO Y DESTINO.

Algunas mujeres recomendaron incorporar a los hombres en las estrategias de prevención y sensibilización sobre la VBG.

Se sugiere que los gobiernos nacionales y organismos internacionales **apoyen iniciativas locales de sensibilización y educación comunitaria sobre VBG**, dirigidas a familias y comunidades en los contextos de origen, con el objetivo de promover el respeto hacia los derechos de las mujeres, la igualdad de género y la prevención de la violencia. **Los hombres pueden ser un grupo específico dentro de estas intervenciones, para fomentar su sentido de compromiso y participación activa en la transformación de normas y actitudes.** Para ello deben respaldarse procesos nacionales que se desarrollan desde colectivos y organizaciones sociales que se encuentran impulsando acciones en este sentido y conocen las realidades culturales y sociales de cada comunidad y fortalecer los recursos y conocimientos existentes en el propio contexto.



REFERENCIAS

«Y por aquí, quiero llegar a mi futuro: cerca del río. Porque los árboles que están cerca del río siempre cogen aire bueno. Nunca se secan, nunca se caen. No falta agua, no falta alimentación, no falta nada»

(Duranta, 36 años, Nigeria, llegada 2011)



- Cabnal, L. (2010). *Feminismos diversos: El feminismo comunitario*. Asociación para la Cooperación con el Sur. ACSUR-Las Segovias.
- Crenshaw, K. (1991). Mapping the margins: Intersectionality, identity politics, and violence against women of color. *Stanford Law Review*, 43(6), 1241–1299. <https://doi.org/10.2307/1229039>
- Cubillos-Almendra, J., González-Pavicich, C., & Contreras-Hernández, P. (2023). Interseccionalidad: Un dispositivo teórico-metodológico para el estudio de las migraciones. *Revista Austral de Ciencias Sociales*, 44 (44), 129–150. <https://doi.org/10.4206/rev.austral.cienc.soc.2023.n44-07>
- Cuttitta, P. (2018). Delocalization, humanitarianism, and human rights: The Mediterranean border between exclusion and inclusion. *Antipode* 50(3), 783–803. <https://doi.org/10.1111/anti.12337>
- Derwich, K. (2018). Fronteras como categoría social: La perspectiva teórica de las fronteras en el siglo XXI. *Anuario Latinoamericano: Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales*, 6, 37–51. <http://dx.doi.org/10.17951/al.2018.6.37-51>
- De Souza, J., Ventura, C. A. A., de Oliveira, J. L. G., Gaino, L. V., dos Santos Monteiro, J. C., de Oliveira, J. L., de Almeida, L. Y., Richter, S., & Saint-Arnault, D. (2021). Experience of vulnerable women narrated through the body-mapping technique. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), Artículo 13094. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413094>
- Hill-Collins, P. (1990). *Black feminist thought: Knowledge, consciousness, and the politics of empowerment*. Unwin Hyman.
- Lamont, M., & Molnár, V. (2002). The study of boundaries in the social sciences. *Annual Review of Sociology*, 28, 167–195. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.28.110601.141107>
- Lugones, M. (2008). Colonialidad y género. *Tabula Rasa*, (9), 73–101. <https://doi.org/10.25058/20112742.340>
- Mezzadra, S. & Neilson, B. (2013). *Border as method, or the multiplication of labor*. Duke University Press. <https://doi.org/10.1215/9780822377542>
- McCorquodale, L., & DeLuca, S. (2020). You want me to draw what? Body mapping in qualitative research as canadian socio-political commentary. *Forum: Qualitative Social Research*, 21(2), Artículo 6. <https://doi.org/10.17169/fqs-21.2.3242>
- Paasi, A. (2009). Bounded spaces in a ‘borderless world’: Border studies, power and the anatomy of territory. *Journal of Power*, 2(2), 213–234. <https://doi.org/10.1080/17540290903064275>
- Ramos-Pasquel, D., Pérez-García, A. & Gamarra-Rivera, Z. (2023). *Reinterpretar la violencia de género en mujeres migrantes desde la experiencia del cuerpo territorio*. TerritoriAs.
- Segato, R. (2016). *La guerra contra las mujeres*. Traficantes de Sueños.
- Silva, J., Barrientos, J., & Espinoza-Tapia, R. (2013). Un modelo metodológico para el estudio del cuerpo en investigaciones biográficas: Los mapas corporales. *Alpha*, (37), 163–182. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-22012013000200012>
- Söderström, J. (2020). Life diagrams: A methodological and analytical tool for accessing life histories. *Qualitative Research*, 20(1), 3–21. <https://doi.org/10.1177/1468794118819068>
- Viveros-Vigoya, M. (2023). Interseccionalidad: Giro decolonial y comunitario. Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales (CLACSO).



Andalucía **Acoge**

