

# Mapas corporales de una pandemia: narrativas visuales y orales de mujeres migrantes indocumentadas

**Testimonio:** “Soy Sofía, tengo 37 años. Llegué el 26 de noviembre del 2019 a España. Soy madre de una niña y un niño. Crecí en zona rural de Centroamérica en el seno de una familia humilde, mis padres se dedicaban a las labores del campo y yo era ama de casa. Lo que me motivó a realizar este viaje fue el deseo de sacar a mis hijos adelante. He trabajado cuidando personas mayores, ahora hago limpieza por horas. No tener documentos te expone a trabajar en lo que resulte, sin derecho a nada. Cuidar a personas mayores es una labor de excelencia, siempre lo hago con mucho amor y dedicación. Las cosas no han salido a la velocidad que yo esperaba, pero por lo menos ahora puedo solventar las necesidades de mis hijos, cosa que no podría hacer si estuviera en mi país”.

**1) Postura corporal y colores:** Esta postura de los brazos abiertos la escogí porque es lo que hago cuando estoy en medio de la naturaleza, en ese momento me desconecto de todo. El color blanco de mi cuerpo trae paz y el negro que rodea mi silueta representa la tristeza por dejar parte de mi vida, saber que dejé a mis hijos y volé lejos. Mis manos verdes son ellos, disfrutando juntos de la naturaleza.

**2) Trayectoria migratoria:** Antes de este viaje estuve en Costa Rica, allí trabajé un tiempo y pude mantener a mis hijos en lo más básico. Pero ya para sacarlos adelante, con buenos estudios y más bienestar no me alcanzaba. Llegué a España como turista, mi vuelo hizo escala en París y de ahí a Madrid. Pude llegar a Palma gracias a un conocido que vive aquí, esta persona me habló de oportunidades de empleo y me orientó durante las primeras semanas. Antes de viajar le expliqué a mi hija y a mi hijo que tenía que trabajar para sacarlos adelante, pues yo soy madre y padre a la vez.

**3) Símbolo personal:** Es un escudo con el arcoíris para representar la igualdad y la equidad. Todos debemos ser tratados con igualdad.

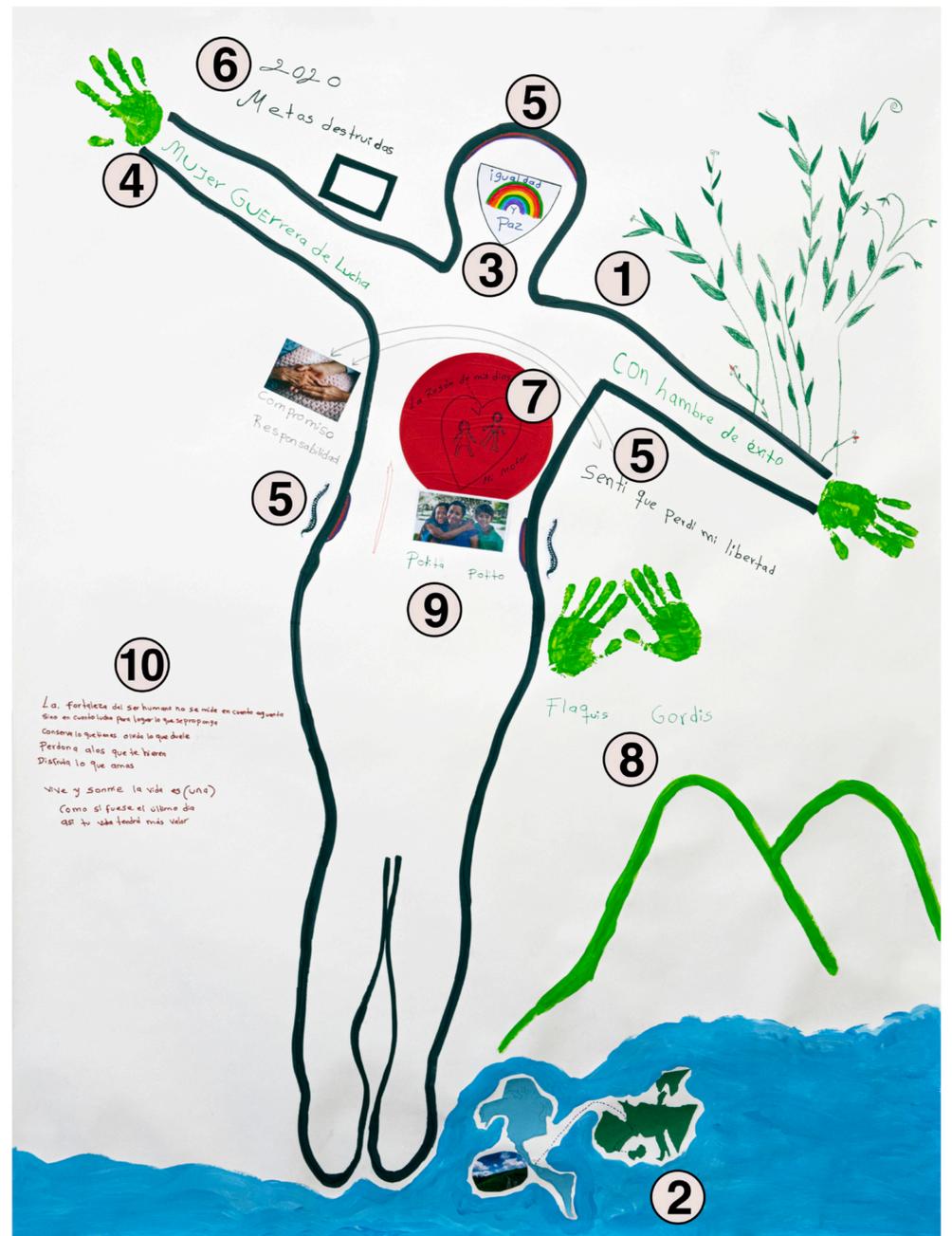
**4) Eslogan:** Lo escribí en mis brazos “mujer guerrera de lucha con hambre de éxito”. Me considero una mujer súper luchadora, comprometida con alcanzar aquello por lo que he vendido, con sueños y metas que cumplir.

**5) Cicatrices en/bajo la piel:** El dibujo de una columna representa la contractura lumbar y el dolor en la espalda, también dibujé mi cesárea. Aunque no lo puse en mi mapa, a los 10 años me caí en un pozo profundo y por eso le tengo fobia al agua, aquí la he superado un poco. Bajo la piel está lo que viví en mi primer trabajo como interna, todo lo que sentí lo resumo en una frase en mi mapa: perdí mi libertad. Salía los domingos a las 8 de la mañana y regresaba a las 8 de la noche, sin noches de descanso ni festivos. No podía consumir alimentos dentro de casa, ni los que yo había comprado en el supermercado. No tenía horas extras, ni medias pagas, ni días de descanso y eso me sorprendió, pensé que en Europa no pasaban estas cosas. De esta experiencia saqué más fuerzas e intento ver las cosas de otra forma, la he dejado en el pasado y trato de recordarla de otra manera.

**6) Covid 19:** Durante esos días pensaba en mi familia, yo estaba muy lejos y sentía que el mundo se me venía encima. Antes del confinamiento yo estaba cuidando a una persona mayor, era un buen trabajo, con estabilidad y tenía la ilusión de lograr mis objetivos en menos tiempo. Lamentablemente la señora falleció y reubicarme nuevamente no ha sido sencillo. Después del confinamiento hay mucho temor y no es tan fácil encontrar trabajo como cuidadora. Todos los planes que tenía se han ido aplazando, y siento que el 2020 fue un año con las metas inconclusas o destruidas, sobre mi brazo derecho dibujé un cuadro vacío que representa el año 2020.

**7) Escaneo corporal y fuerza personal:** Antes de mi viaje estaba en un círculo donde no veía salida, me sentía frustrada, tenía pensamientos negativos y todo el tiempo me quejaba. Ahora, afrontó mejor las cosas, me quejo menos y busco soluciones. La fuerza para seguir la tomo de mi hija y de mi hijo, con los dos en mi corazón. Utilicé un círculo rojo para dibujarlos, ello son la razón de mis días, mi motor.

**8) Estructuras de apoyo:** Pertenezco a un grupo que ha sido de gran apoyo, me han ayudado a tener buenos hábitos para estar siempre con



optimismo. Además, comparto conmigo la visión de tener a mis hijos acá conmigo y me dicen que sí, que lo voy a lograr. También tengo una amistad que conocí aquí, ha sido de gran apoyo en los momentos más tristes, la considero una muy buena compañía, la representé con la palmas de mis manos.

**9) Futuro:** Tener a mi hija y a mi hijo conmigo y ofrecerles un futuro mejor aquí. Me dicen: “mamá yo quisiera estudiar y ponerme a trabajar contigo”. Yo me imagino disfrutando de ellos, compartiendo con ellos aunque sea por las noches, después de trabajar.

**10) Mensaje para otros:** La fortaleza del ser humano no se mide en cuanto aguanta, si no en cuanto lucha para alcanzar lo que se proponga. Conserva lo que tienes, olvida lo que duele y perdona a los que te hieren. Disfruta lo que amas, vive y sonríe, la vida es una, vívela como si fuese el último día, así tu vida tendrá más valor.