Un estudi amb participació de la UdG conclou que la mentoria frena l'aïllament associat al racisme

La recerca, impulsada per l'Observatori Social de la Fundació "la Caixa" i la Universitat de Girona, constata que els programes de mentoria ajuden a preservar els vincles amb la societat d'acollida

---

L'estudi, titulat "Mentoria social, benestar i salut mental en persones migrants racialitzades", ha estat elaborat per Òscar Prieto Flores i Eila Prats Brugat, de la UdG, i Isabel Gutiérrez Pedemonte i Raquel Carrión Alfonso, de la Coordinadora de Mentoria Social. Els resultats indiquen que la mentoria no comporta per si mateixa una millora general del benestar, però sí que pot evitar que la discriminació deteriori el benestar psicològic. Els investigadors van comparar un grup que participava en un programa de mentoria amb un altre sense aquesta intervenció i van estudiar la composició de les seves xarxes personals de confiança i vuit dimensions del benestar: salut mental, esperança, autoestima, solitud, suport social, sentit de pertinença, qualitat de vida i discriminació percebuda.En total, en la recerca van participar 157 joves migrants racialitzats, principalment procedents de l'Àfrica, l'Europa de l'Est i l'Amèrica Llatina. L'evolució general del benestar va ser similar entre els dos grups, però es van observar diferències en la manera d'afrontar les experiències de racisme.Entre els joves que no havien participat en el programa, l'augment de la discriminació percebuda anava acompanyat d'una sensació més gran de soledat. Aquesta relació no es va produir, en canvi, entre els participants que havien rebut mentoria. Els investigadors conclouen així que l'acompanyament no elimina les situacions de racisme, però pot neutralitzar una de les seves conseqüències: l'aïllament social. "Quan es pateix discriminació diàriament, es tendeix a normalitzar la discriminació, però quan l'experiència es comparteix amb algú que s'alarma davant d'aquesta injustícia, la discriminació es deixa de percebre com un fet inevitable", expliquen els autors.La recerca també analitza com la discriminació modifica les xarxes personals. Segons l'estudi, les persones afectades tendeixen a reforçar les relacions amb membres de la seva pròpia comunitat, on troben reconeixement i suport, però això pot reduir els vincles amb la societat d'acollida i limitar l'accés a determinats recursos i oportunitats.Aquesta evolució es va observar especialment entre els participants que no van rebre mentoria. En aquest grup, els vincles amb persones autòctones van passar del 45% al 32% durant el període estudiat. En canvi, les persones que van participar en els programes de mentoria van mantenir una xarxa més diversa malgrat les experiències de discriminació.Els efectes del programa també es mantenen després que finalitzi. Tres mesos més tard, el 81% dels participants continuaven tenint la persona mentora dins de la seva xarxa de confiança i el 90% mantenien un contacte actiu amb ella.A més, un 58% conservava el contacte amb altres persones que havia conegut a través del programa, davant del 30% entre els participants del grup de comparació. L'estudi associa aquests resultats especialment amb la relació de confiança establerta durant la mentoria i assenyala la importància de prioritzar l'acompanyament emocional per sobre del suport estrictament instrumental.Els investigadors també adverteixen de dos aspectes que s'han de tenir en compte. El primer és que el sentit de pertinença acabi depenent principalment del mateix programa de mentoria i no d'una xarxa social pròpia. Per evitar-ho, recomanen reforçar les relacions de suport dels participants perquè els efectes de la intervenció es puguin mantenir en el temps.El segon és la possible aparició de malestar emocional durant el procés. L'espai de confiança amb la persona mentora pot fer aflorar experiències i emocions relacionades tant amb situacions de racisme viscudes en la societat d'acollida com amb vivències traumàtiques prèvies.L'estudi recomana, per aquest motiu, prioritzar la calidesa emocional a l'hora de seleccionar i formar els mentors, incorporar formació sobre racisme i trauma migratori i preparar específicament la fase de finalització dels programes.La recerca defensa igualment que les administracions i les entitats finançadores facilitin seguiments a llarg termini i reconeguin la mentoria social com una intervenció vinculada tant a la salut mental com a la

cohesió social.

Font del document:
https://www.diaridegirona.cat/girona/2026/08/18/estudi-amb-participacio-udg-conclou-133459415.html