

# Migración nicaragüense e inseguridad alimentaria y nutricional: un tema sin explorar, muchas preguntas pendientes

Tatiana Martínez Heikel<sup>1</sup>  
Karen Masís Fernández<sup>2</sup>

## Resumen

Este artículo intenta mostrar la situación de vulnerabilidad a la inseguridad alimentaria y nutricional en la que se encuentra la población migrante nicaragüense. Se parte de un acercamiento a las condiciones de vida de este grupo poblacional al exponer algunos antecedentes de trabajo con estas personas. Se esbozan, además, las principales características del movimiento migratorio de nicaragüenses hacia Costa Rica, sus condiciones de vida, tanto en el país de origen como en el de llegada, y la situación de seguridad alimentaria y nutricional registrada. Asimismo, se dedica un espacio a la reflexión en torno a las consecuencias de la inseguridad alimentaria y nutricional en niños, niñas y mujeres, poblaciones en mayor vulnerabilidad a enfrentarla. Finalmente, se proponen algunas interrogantes que podrían aportar al conocimiento del tema.

**Palabras claves:** migración, seguridad alimentaria, inmigración, inseguridad alimentaria, pobreza, investigación población migrante, vulnerabilidad alimentaria y nutricional, adolescentes.

## Introducción

Costa Rica es un país construido por población inmigrante. Las personas inmigrantes han llegado desde Europa, África, Asia, Centroamérica y Suramérica, motivadas por distintos acontecimientos sociales, políticos y económicos en sus países de origen.

El principal grupo de inmigrantes corresponde al de personas de origen nicaragüense. La mayoría de las investigaciones en el tema de la migración se ha realizado acerca de esta población. El propósito fundamental de este artículo es vincular este

fenómeno migratorio con la seguridad alimentaria y nutricional.

## Investigaciones realizadas en el campo de la inmigración

Diversos trabajos de investigación en el área de las Ciencias Sociales han dado cuenta de las condiciones de vida de las personas inmigrantes en Costa Rica. Se han abordado temáticas como la construcción de identidades (1, 2); la situación social y laboral (3, 4, 5); las consecuencias de la inmigración (6, 7, 8, 9); los vínculos y las redes de la comunidad nicaragüense en el país (10, 11, 12) y las vivencias, oportunidades de vida y dificultades que enfrentan las personas migrantes nicaragüenses en el contexto costarricense dada la xenofobia y la hostilidad hacia dicha población (13, 14, 15). Asimismo, se han discutido y problematizado las iniciativas de una política migratoria integral (16, 17, 18), así como las características y los significados que se elaboran en comunidades que cuentan con una importante presencia de migrantes (19, 20).

A su vez, existe un único estudio relacionado con migración y salud (8), el cual aborda el perfil general de salud de la población migrante, tomando en consideración aspectos como mortalidad, egresos hospitalarios, natalidad, fecundidad y salud reproductiva, pero no se incluye ningún aspecto concerniente con el estado de seguridad alimentaria y nutricional.

Tampoco se identificaron investigaciones que articulen las implicaciones que, para la seguridad alimentaria, puede conllevar la migración, el cambio de contexto, el encuentro con nuevas prácticas y las transformaciones en las condiciones de vida.

Para este artículo se han tomado como base algunos trabajos de investigación relacionados con el tema de migración, que permiten un acercamiento

1. Licenciada en Nutrición. Docente Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica. Dirección electrónica: tatimj@nutricion.ucr.ac.cr

2. Licenciada en Sociología. Investigadora Instituto de Investigaciones Sociales, Universidad de Costa Rica.

a las condiciones de vida de esta población con el fin de mostrar que los nicaragüenses en Costa Rica son una población vulnerable a la inseguridad alimentaria y que, por tanto, es necesario dirigir investigaciones en este sentido.

### **Seguridad alimentaria y vulnerabilidad a la inseguridad alimentaria**

Se considera que existe inseguridad alimentaria cuando las personas no tienen, en todo momento, acceso físico, social y económico a alimentos inocuos y nutritivos en cantidad suficiente para satisfacer sus necesidades dietéticas y sus preferencias alimentarias, a fin de llevar una vida sana y activa (21). Se destaca que la inseguridad alimentaria no siempre es producto de la falta de acceso a cualquier alimento, si no a los de buena calidad nutricional.

La vulnerabilidad se refiere a toda la gama de factores que ponen a las personas en peligro de la inseguridad alimentaria. Está en función de la exposición de un individuo, una familia o un grupo de personas a los factores de riesgo y de su capacidad para afrontar y soportar situaciones de estrés (21).

La vulnerabilidad puede presentarse por condiciones ambientales, o bien por condiciones poblacionales. Está relacionada con el acceso a los alimentos por estratos de la población que, por sus características económicas y sociales, están en condiciones diferentes e inferiores al resto de los pobladores. Entre los sectores de población que se consideran vulnerables están, entre otros, los trabajadores migrantes y sus familias (22).

Este artículo se desarrolla en seis apartados. Se inicia con una caracterización del movimiento migratorio de personas nicaragüenses a Costa Rica, continúa con un esbozo de las condiciones de vida de estas personas en Costa Rica, para relacionar el tema de la migración con la vulnerabilidad a la inseguridad alimentaria y nutricional. Seguidamente, se abordan los efectos de la inseguridad alimentaria poniendo énfasis en las mujeres, los niños y las niñas para, finalmente, proponer algunas líneas de investigación en el tema.

### **Movimiento migratorio de nicaragüenses a Costa Rica**

Como se mencionó anteriormente, Costa Rica es un país construido por población inmigrante y el principal grupo lo constituyen las personas

nicaragüenses, movimiento que se ha acentuado ante las crisis socioeconómicas, los conflictos sociopolíticos, los fenómenos naturales y por el deterioro de las condiciones laborales y de vida en Nicaragua.

A pesar de que para muchas personas la migración nicaragüense a Costa Rica es un fenómeno reciente, este ha formado parte de la historia de ambos países desde mucho tiempo atrás. Sin embargo, no es sino a partir de la década de los años noventa que se vuelve más visible, debido a que se registra un mayor flujo de personas a Costa Rica en busca de empleo y de mejores oportunidades de vida.

Según el *Censo de Población de Costa Rica* del año 2000, se estima que 226.374 personas nacieron en Nicaragua, es decir, un 6% de la población que vive en Costa Rica. En el 2002, nuevas estimaciones del Centro Centroamericano de Población (CCP) y del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) muestran que podría haber alrededor de 258.489 personas quienes nacieron en Nicaragua. Sin embargo, a partir de 1999 puede observarse un declive en el ingreso de nicaragüenses al país (23).

El ejercicio de comprensión de las condiciones de vida de las personas migrantes nicaragüenses en Costa Rica debe pasar por el conocimiento de las difíciles situaciones que enfrentan la región latinoamericana y Nicaragua, especialmente.

Las condiciones de vida en Nicaragua ilustran la gran desigualdad que se vive en Latinoamérica: es el país más pobre de la región después de Haití. Para el año 2002, sus indicadores socioeconómicos lo ubicaban en la posición 121 del *Índice de Desarrollo Humano*. Se estima que alrededor del 65% de nicaragüenses vive en condiciones de pobreza; la tasa de mortalidad materna es de 103 por cien mil, y la mortalidad infantil, correspondiente al período 1993-1998, se ha estimado en 40 por mil nacidos vivos (24).

En relación con el estado nutricional de la población nicaragüense, para 1998, el 12% de niños y niñas menores de 5 años mostraban bajo peso, 25% tenían retardo en el crecimiento y 4% estaban con sobrepeso (25).

Para ese mismo año, las encuestas realizadas a mujeres concluyeron que la mujer promedio de Nicaragua es baja de estatura con sobrepeso; así, la prevalencia de sobrepeso y de obesidad es de un 29% y un 12% respectivamente, con mayor

incidencia en los grupos de mujeres de más de 35 años y en el área urbana.

En cuanto a micronutrientes, las personas en Nicaragua enfrentan graves deficiencias de vitamina A y anemia por carencia de hierro en niños, y niñas escolares y en mujeres adultas. Uno de cada tres niños y niñas tiene insuficiencia de vitamina A y anemia, y una de cada tres mujeres padece de anemia. Estas insuficiencias tienden a ser mayores en los grupos rurales y urbanos de bajo nivel socioeconómico (25).

Aproximadamente una cuarta parte de la niñez menor de cinco años está crónicamente desnutrida; la situación se agrava en el área rural, donde la prevalencia es de 40% (26). Asimismo, la desigualdad en la distribución de los ingresos se refleja en el 20% de la población más pobre que recibe el 4% de los ingresos, mientras que el 20% de la población más rica recibe el 55% (27).

Además, Nicaragua ha enfrentado severas consecuencias de los fenómenos naturales, episodios de corrupción, conflictos armados y la aguda crisis económica en los años noventa, posterior al triunfo de la Unión Nacional Opositora, que ha motivado la salida de los y las nicaragüenses hacia Costa Rica y a otros países (28).

### **Acercamiento a las condiciones de vida de los nicaragüenses en Costa Rica**

Ya en Costa Rica, las personas nicaragüenses enfrentan importantes dificultades para acceder a trabajos, viviendas y servicios sociales; esto acrecienta la vulnerabilidad de las familias a la pobreza que, según Barquero y Vargas, se ha concentrado en el 22,3% de los hogares en donde alguno de los cónyuges es nicaragüense (23).

Las dimensiones de esta vulnerabilidad se manifiestan en diversas esferas de la vida cotidiana; en el empleo, por ejemplo, las personas nicaragüenses se ubican en actividades no calificadas y se estima que un 23% se desempeñan como trabajadores agrícolas, 30% como trabajadores industriales y 30% como trabajadores de servicios personales, como guardas de seguridad, empleadas domésticas y otras actividades (29). Según este autor, el ingreso que recibe la fuerza laboral nicaragüense por las labores que realiza también es desigual, por ejemplo:

*“las mujeres nicaragüenses ganan en Costa Rica el 66% de lo que ganan las inmigrantes de otras nacionalidades, el 70% de lo*

*que ganan los hombres nicaragüenses, el 50% de lo que ganan los hombres costarricenses y el 80% de lo que gana una costarricense” (8).*

Esta desigualdad en el acceso a salarios justos puede influir en la disponibilidad que tengan las familias para contar con servicios básicos como vivienda, alimentos, vestido, salud y educación, y muestra la vulnerabilidad que tienen estas personas no solamente hacia la pobreza sino, también, hacia la inseguridad alimentaria y nutricional.

Con respecto a esto, numerosos estudios sobre seguridad alimentaria y nutricional coinciden en afirmar que “La inseguridad alimentaria y el hambre en América Latina y el Caribe están estrechamente asociados a la pobreza extrema, pero no se confunden con ella” (30); esto por cuanto una alimentación insuficiente o inadecuada (malnutrición) puede afectar a amplios grupos de personas, independientemente de su condición socioeconómica.

En este sentido, se debe dejar bien en claro que la pobreza no es directamente proporcional a inseguridad alimentaria. Sin embargo, es evidente que las carencias enfrentadas por las poblaciones en condiciones de pobreza o vulnerabilidad atañen, de una u otra manera, las posibilidades de acceso a los alimentos y de inocuidad en su preparación.

Solo por poner un ejemplo, en el estudio realizado por González, Jiménez y Madrigal (31) en la zona de Concepción de la Unión, que abarca el Programa de Atención Integral en Salud, se determinó que el 91,4% de los hogares pobres sufren de inseguridad alimentaria y que el ingreso familiar per cápita y la inseguridad alimentaria se encuentran inversa y significativamente relacionados, es decir, a menor ingreso, mayor es el puntaje de inseguridad alimentaria en el hogar.

### **Experiencias de acercamiento a las condiciones de vida de la población nicaragüense**

Con el fin de ampliar lo anterior, se presentarán dos experiencias concretas de acercamiento a las condiciones de vida de las personas migrantes nicaragüenses en Costa Rica, para reflexionar acerca de la situación vulnerable hacia la inseguridad alimentaria en la que se encuentra esta población.

La primera de las experiencias mencionadas es una investigación que problematizó las vivencias de la población adolescente nicaragüense que vivía

en Tirrases de Curridabat, San José, durante el año 2005 (13). Con este trabajo pudo constatarse que la variable migratoria y la vivencia de la racialización, que se expresa en hostilidad y en discriminación para las personas nicaragüenses en Costa Rica, son elementos cruciales que marcan sus experiencias cotidianas. Las diversas manifestaciones de la xenofobia, así como las carencias y las limitaciones económicas, de infraestructura y demás recursos, constituyen un contexto que dificulta el desarrollo integral de este grupo etario.

Las condiciones socioeconómicas, espaciales y familiares vividas por los y las adolescentes contribuyen a la configuración de sus visiones de mundo, y a las posibilidades de acceso a estudio o trabajo pues, en muchos casos, deben asumirse responsabilidades propias de la vida adulta para sobrevivir. En este sentido, se identificó la existencia de una relación dialéctica entre la visión de mundo y las condiciones de vida, pues las posibilidades de esta población de hacer planes sobre su futuro se encuentran limitadas por la clase social. El mantenimiento de la vida en el día a día, y la satisfacción de las necesidades inmediatas se antepone a la construcción de proyectos de vida a largo plazo, como lo ilustra una de las adolescentes participantes con la frase "friendo y comiendo", al reflexionar sobre la situación socioeconómica de su familia y la inmediatez de las acciones para solventar las necesidades básicas.

Ante la exclusión y las limitaciones materiales, estos y estas jóvenes y sus familias recurren cotidianamente a distintas prácticas y redes sociales para dar solución a sus necesidades de atención en salud, alimentación, educación, recreación, vivienda y trabajo, en donde dejan claro que los y las adolescentes inmigrantes son sujetos activos frente al medio que les rodea.

Otro de los antecedentes que existe es un diagnóstico sociodemográfico del cantón de Curridabat y una estrategia de intervención para informar y sensibilizar al personal de las instituciones públicas sobre el tema migratorio y las condiciones de vida de la población nicaragüense en Costa Rica. Este trabajo se centró en las comunidades de Tirrases, Barrio Nuevo y Granadilla Norte. Los resultados mostraron que las personas viven en condiciones de extrema pobreza y tienen dificultades para acceder a servicios básicos (agua potable, electricidad, alimentación, salud y vivienda); además, la presencia institucional es escasa, cuando no nula.

Asimismo, las personas migrantes manifestaron recibir un trato discriminatorio y xenófobo en la interacción cotidiana y en servicios como los de salud y educación, en donde se han violentado algunos de sus derechos.

En el caso de la comunidad de Barrio Nuevo, por ejemplo, la situación es preocupante pues, dada su ubicación geográfica, ninguna institución estatal está comprometida a trabajar en conjunto sobre las problemáticas y las necesidades de las personas quienes allí viven. Más bien, ante la demanda de atención, se trasladan la responsabilidad y la comunidad continúa luchando por sobrevivir con un escaso apoyo institucional. Sobresale, en Barrio Nuevo, el comedor infantil El Buen Samaritano, el cual brinda una comida caliente al día a madres, niños y niñas del lugar; en ocasiones el único alimento al que tienen acceso. Para el resto de necesidades, no se cuenta con apoyo alguno.

En las mencionadas comunidades de Curridabat (Barrio Nuevo, Tirrases y Granadilla Norte), el porcentaje de población inmigrante nicaragüense supera el promedio nacional con aproximadamente 9,2% de nicaragüenses y presenta condiciones de vida adversas con problemáticas como bajo nivel de ingresos, altos índices de desempleo, viviendas en mal estado, desnutrición, inadecuada infraestructura y control sanitario, entre otros (32).

En Tirrases, muchas de las personas entrevistadas habitan en condiciones de hacinamiento, en viviendas con piso de tierra, con aposentos y camas compartidas. Se identificó que, con frecuencia, hay dificultades para pagar los recibos de agua y de electricidad, lo que se traduce en el corte de los servicios y el cese de las actividades cotidianas, como la preparación de los alimentos para el consumo familiar. Hay ocasiones en que las familias se solidarizan con las necesidades de sus vecinos y les suplen de comida mientras reconectan los servicios; en otros momentos, deben asistir al comedor de la escuela o al comedor comunitario.

La función tan importante que ejercen los comedores comunitarios en localidades como las mencionadas, puede notarse en Barrio Nuevo, comunidad localizada entre Barrio San José y Zapote, a los márgenes del río María Aguilar e, irónicamente, detrás de uno de los centros comerciales de mayor afluencia de las clases medias altas del país. La Fundación que administra este comedor cuenta con 13 años de funcionamiento y atiende a unas 140 personas entre niños, niñas y mujeres de

la comunidad, seis días a la semana en dos turnos (11:00 a. m. y 12:30 m. d.) en las instalaciones que han sido construidas y equipadas mediante donaciones.

Esta iniciativa responde a las grandes dificultades que enfrentan los individuos para suplir necesidades tan básicas como la alimentación. En el caso de los niños y las niñas de Barrio Nuevo, el comedor es la posibilidad de almorzar todos los días. Como se puede notar, los comedores comunitarios son fundamentales en la disminución del riesgo de inseguridad alimentaria y nutricional de las poblaciones migrantes.

Las experiencias anteriores nos muestran las diversas dificultades que enfrenta la población migrante en algunos contextos del país y la complejidad de poder garantizarse su seguridad alimentaria y nutricional, al tener limitado su acceso a los alimentos.

Por otra parte, hay que considerar que, aunque, en muchos casos, haya mejorado la situación económica de las personas nicaragüenses con respecto al país de origen, no puede asegurarse que el acceso, la disponibilidad, el consumo y la utilización biológica de los alimentos mejoren sustancialmente.

Por lo tanto, en el siguiente apartado se partirá del supuesto de que las condiciones de vida que enfrentan muchas personas nicaragüenses en Costa Rica podrían repercutir en situaciones de inseguridad alimentaria. Ahondaremos en algunas de las principales consecuencias de esta para visibilizar las repercusiones en la salud integral de las personas.

### **Consecuencias de la inseguridad alimentaria**

Según la composición por sexo de la población migrante nicaragüense, el 50,9% está constituido por mujeres y el 49,1% por hombres. Estos datos muestran la importancia creciente de la participación de la mujer en los circuitos migratorios.

En cuanto a la estructura de edad, sobresalen los hombres y las mujeres entre los 20 y los 39 años, quienes representan el 50% de la población migrante. Entre 1997 y 1999 se produjo un incremento de la población infantil y adolescente nicaragüense. El porcentaje de la población nicaragüense en Costa Rica, en el segmento de niños y niñas de 0-11 años, aumentó de 11,4% a 16,1% y

los y las adolescentes de 12 a 19 años lo hicieron de un 13,5% a un 19% (33).

Esto puede indicar que sería valioso hacer un análisis de los efectos que podría tener la inseguridad alimentaria, principalmente en el grupo de las mujeres y en el grupo de niños y niñas, quienes son de las poblaciones más vulnerables (21).

Se parte del hecho de que el espectro de la malnutrición abarca toda la gama de problemas que pueden presentarse cuando la ingestión de energía dietética o nutrientes es insuficiente, excesiva o simplemente desequilibrada.

En un extremo del espectro tenemos la subnutrición, la cual puede ser en términos de energía o nutrientes, la cual se manifiesta por bajo peso y deja a los afectados expuestos a enfermedades y a una muerte prematura. En el otro, tenemos el problema de la sobrealimentación (la cual puede ser provocada por un exceso de energía, pero no necesariamente de micronutrientes) la cual puede llevar al sobrepeso y a la obesidad.

### **Efectos de la inseguridad alimentaria en los niños y las niñas**

La investigación científica reciente ha demostrado que los niños y las niñas, quienes vienen de hogares con inseguridad alimentaria y hambre, tienen, en general, un estado de salud más deteriorado, pueden enfermarse más, son más susceptibles a tener infecciones de oído, tienen tasas más altas de deficiencia de hierro y son hospitalizados más frecuentemente (34).

Esto significa que faltarán más a clases y estarán menos preparados para aprender, aun cuando asistan a las lecciones. Varios estudios indican que los niños y las niñas que vienen de hogares con inseguridad alimentaria no se desenvuelven tan bien en ciertas pruebas escolares como otros infantes. A su vez, niños o niñas, en cuyos hogares la inseguridad alimentaria está presente, son más propensos a repetir un grado en la escuela y a tener más altas tasas de ausentismo y de llegadas tardías, lo cual influye en su desempeño académico. El estudio de Alaimo y colaboradores (35) encontró una fuerte asociación entre la insuficiencia de alimentos, el desorden depresivo y los síntomas de suicidio en los adolescentes de Estados Unidos, ya que estos jóvenes eran más propensos a tener distimia, pensamientos de muerte, deseos de morir, así como que habían intentado, con mayor frecuencia, atentar contra su vida.

Como lo menciona el Centro del Hambre y la Pobreza (34), recientes estudios indican que niños y niñas –quienes viven en hogares con inseguridad alimentaria y hambre– experimentan un considerable estrés, tanto psicológico como emocional.

Así, la carencia de alimentos está asociada a un mayor número de problemas de conducta en los niños y en las niñas, tanto de hiperactividad como de agresión, así como a conductas de introversión. Este grupo poblacional tiene más dificultades para socializar con sus pares y más probabilidades de ser suspendidos de la escuela.

Además, está ampliamente reconocido que la inseguridad alimentaria y nutricional produce graves consecuencias en niños y en adolescentes en términos de enfermedades carenciales, como la deficiencia de hierro y de calcio.

Últimamente, ha recibido especial atención el hecho de que la inseguridad alimentaria podría estar ligada, también, a la obesidad en niños y niñas. De esta paradójica relación existen muchas hipótesis y mecanismos propuestos, sin embargo, la evidencia es todavía insuficiente y la investigación apenas está comenzando.

Uno de los estudios que muestra tal relación es el realizado por Alaimo y colaboradores (36) en el cual, con base en los datos de la Tercera Encuesta Nacional de Nutrición y Salud de los Estados Unidos, se descubrió que solamente infantes mayores de familias blancas no hispanas de bajos ingresos eran significativamente más propensos a sufrir de sobrepeso que aquellos de familias de altos ingresos, no así los demás grupos. Sin embargo, los autores concluyen que se necesita más investigación de tipo longitudinal y cualitativa para evaluar de qué modo la inseguridad alimentaria causa sobrepeso en este grupo poblacional de americanos.

### **Efectos de la inseguridad alimentaria en las mujeres**

Con respecto a las mujeres, estudios recientes muestran la misma paradoja que se deja entrever en los niños y en las niñas: la prevalencia de obesidad aumenta conforme aumenta la inseguridad alimentaria de las mujeres. Townsend y colaboradores demostraron que la prevalencia de obesidad en mujeres, quienes tenían suficiente para comer, se aproxima al 34%, mientras que alcanza el 52% en las que no tienen suficiente. Esta relación entre la inseguridad alimentaria y la obesidad no se da en los varones (37).

A su vez, en otro estudio realizado por Crawford y colaboradores en el 2004, que consideró a 561 madres latinas, quienes tenían bajos ingresos y sus niños/as pequeños/as, se obtuvo que el 40% de las mujeres tenía sobrepeso y el 37% eran obesas, así como que un 22% de niños y niñas tenían sobrepeso. Los autores concluyen que es importante conocer el ligamen que hay entre la inseguridad alimentaria y la ganancia de peso con el fin de poder enfocar los esfuerzos de las escuelas, programas de asistencia alimentaria e industria de alimentos en la prevención de este problema (38).

Algunos mecanismos que podrían explicar esto los exponen Inoue y colaboradores en su artículo *Exploring the links between Food Insecurity and Obesity* (39): entre los factores fisiológicos se encuentra el hecho de que las fluctuaciones en la conducta alimentaria es una característica de las personas que presentan inseguridad alimentaria. Esto podría llevar a que el organismo haga un uso más eficiente de la energía y que, por lo tanto, se suba de peso aun sin consumir más calorías. Sin embargo, no todos los estudios soportan esta hipótesis y una explicación alternativa es que las personas con inseguridad alimentaria padecen de estrés crónico, el cual ejerce muchos efectos fisiológicos en el ser humano, tales como el aumento en la secreción del cortisol, el cual puede llevar a obesidad central (40). Pero, asimismo, el estrés que conlleva la carencia de alimentos puede contribuir a que el consumo de alimentos aumente y, por tanto, la obesidad.

Drewnowski & Darmon hicieron un estudio sobre la economía y la obesidad. Relacionaron este problema de salud con la densidad energética de la dieta y el costo energético. Concluyeron que los productos baratos, convenientes y de buen sabor son los granos refinados, como el arroz, los azúcares y las grasas, mientras que los alimentos altos en nutrientes como carne magra, pescados, frutas y vegetales cuestan más (41).

En la revisión sobre obesidad y pobreza, Drewnowski & Specter concluyeron que la pobreza e inseguridad alimentaria son asociados a un reducido gasto en alimentos, bajo consumo de frutas y vegetales y una mala calidad de la dieta, lo cual lleva al sobrepeso (42).

En el caso de Costa Rica, en la última *Encuesta Nacional de Nutrición* del 2001 (43), los grupos con menores ingresos son los que consumen más arroz, frijoles, azúcar y manteca y menos frutas y

vegetales en comparación a los grupos con mayores ingresos. Los sectores de menores ingresos consumen una mayor cantidad de calorías, pero cantidades significativamente menores de vitamina A, zinc, hierro y calcio, todos nutrientes fundamentales para conservar la salud.

Otra posible causa es que las madres de familias de bajos ingresos, tienden a suprimir su consumo de alimentos en períodos de carencia, con el fin de dar más alimento a niños y niñas, por lo tanto, estas tenderán a comer más en los períodos cuando hay alimentos disponibles, lo que podría explicar la alta prevalencia de obesidad en este grupo.

En las mujeres de situación socioeconómica baja, la prevalencia de obesidad se puede explicar, también, por un componente de género. Según explica Aguirre (44), tomando como referencia el caso argentino, la impronta cultural hace a la mujer víctima de un proceso de segregación urbana que reduce su espacio vital y sus fuentes y estímulos culturales y, a la vez, disminuye el valor social de su cuerpo pues la condena a la procreación como único rol social.

Como igualmente lo exponen Peña y Bacallao (45), las mujeres tienen oportunidades más limitadas, llevan cargas sociales más pesadas y tienen una imagen subvalorada de su cuerpo. En el mismo orden de cosas, su relativa exclusión del mundo del trabajo asalariado, la segregación urbana y las percepciones que tienen de su propio cuerpo, hacen que practiquen una limitada actividad física (44).

Con base en lo investigado, podríamos esperar que el estado nutricional de la población migrante presente la paradoja de hambre-sobrepeso, es decir, que aunque esté presente la inseguridad alimentaria en los hogares, esto se traduzca, en las mujeres adultas, en un exceso de peso, lo cual no excluye que presenten también deficiencias de micronutrientes. En el caso de la población infantil inmigrante, la inseguridad alimentaria podría llevarla a sufrir desnutrición, aunque no se puede descartar que el sobrepeso esté haciendo aparición en este grupo etario.

## Para Investigar y Reflexionar

Dada la carencia de información en el tema de seguridad alimentaria y nutricional en relación con la migración nicaragüense, cabe plantearse algu-

nas interrogantes que permitan orientar futuras investigaciones en el tema.

Con base en lo indicado anteriormente, y revisando estudios realizados con migrantes de otros países (46, 47, 48, 49, 50), es pertinente cuestionarse, para el caso de la población migrante, si el desplazamiento ha generado cambios significativos en el acceso y en el consumo de algunos alimentos de mujeres, niñas y niños. ¿Cuáles pueden ser los factores influyentes de dichos cambios?, ¿influyen estos cambios en el estado nutricional de esta población?, ¿enfrentan inseguridad alimentaria?

Siendo la población migrante nicaragüense sumamente dinámica y emprendedora, ¿cuáles son las estrategias que desarrollan para solventar sus necesidades de alimentación?, ¿se articulan redes de apoyo en torno a estas necesidades?, ¿cómo son esas redes?

Es fundamental conocer, además, cuáles son las necesidades, los conocimientos y las creencias con respecto a los alimentos y, a su vez, identificar qué significado tiene el alimento en sí y los diferentes alimentos para ellos.

Al ser las mujeres fundamentales en la cadena migratoria familiar y representar a un gran porcentaje de la población migrante, a su vez son quienes, tradicionalmente, se encargan de la selección, la compra y la preparación de los alimentos en el hogar, por lo tanto, resulta necesario indagar cuáles son las prácticas alimentarias que desarrollan en sus familias y cómo el hecho de tener bajos ingresos afecta la seguridad alimentaria de sus hogares.

Sería interesante, de igual forma, preguntarse, qué papel están teniendo los comedores escolares y comunitarios para garantizar la seguridad alimentaria de las poblaciones migrantes y qué rol desempeña el Estado en esa misma tarea.

Partiendo del supuesto de que el sobrepeso podría estar afectando a las mujeres migrantes, sería necesario profundizar en las percepciones acerca del cuerpo y del peso que tienen estas mujeres.

Finalmente, con respecto al país de origen, podemos preguntarnos, cómo se ve afectada la seguridad alimentaria en este y qué función tienen las remesas.

## Referencias

1. Castro Y. Identidad y juventud: jóvenes nicaragüenses que emigran a Costa Rica (Tesis de Licenciatura en Antropología con énfasis en Antropología Social). San José: Universidad de Costa Rica. Escuela de Antropología; 2000.
2. Sandoval C. Otros amenazantes: los nicaragüenses y la formación de identidades nacionales en Costa Rica. San José, Costa Rica: Editorial de la Universidad de Costa Rica; 2002.
3. Acuña G, Olivares E. Diagnóstico global: la población migrante nicaragüense en Costa Rica: realidades y respuestas. San José, Costa Rica: Fundación Arias para la Paz y el Progreso Humano. Centro de Recursos para el Desarrollo Sostenible de los Asentamientos Humanos (CERCA); 1999.
4. Loría R. De Nicaragua a Costa Rica a Nicaragua... la ruta crítica de las mujeres migrantes nicaragüenses: una mirada desde la zona norte fronteriza. San José, Costa Rica: Centro de Estudios y publicaciones Alforja; 2002.
5. Barquero J, Vargas J. La migración internacional en Costa Rica: estado actual y consecuencias. En: Evolución demográfica de Costa Rica y su impacto en los sistemas de salud y de pensiones. San José, Costa Rica: Centro Centroamericano de Población, UCR; 2004.
6. Morales A, Cranshaw M. Mujeres adolescentes y migración entre Nicaragua y Costa Rica. San José, Costa Rica: FLACSO; 1998.
7. Briceño G. Migrantes nicaragüenses en Costa Rica: duelo, pertenencia y autonomía en las segundas generaciones (Tesis de Grado para optar al título de Licenciatura en Psicología). San José: Universidad de Costa Rica. Escuela de Psicología; 2003.
8. Acuña G, Morales A, Gómez X, Montiel H. Migración y salud en Costa Rica: elementos para su análisis. San José, Costa Rica: FLACSO, OPS, OMS; 2003.
9. Novalski J. Asimetrías económicas, laborales y sociales en Centroamérica: desafíos y oportunidades. San José, Costa Rica: FLACSO; 2002.
10. Alvarenga P. Conflictiva convivencia: los nicaragüenses en Costa Rica. En: Cuadernos de Ciencias Sociales de FLACSO. San José, Costa. Costa Rica: FLACSO; 1997.
11. Murillo C. El tejido multicolor de la cultura costarricense. En: Sociedades hospitalarias. Costa Rica y la acogida de inmigrantes. San José, Costa Rica: Ediciones Perro Azul; 2004.
12. Horbaty G. Las redes sociales de la población migrante nicaragüense en el parque de la Merced en San José, Costa Rica. En: Cuadernos de Investigación. Colección Humanidades, N.º 17. Managua: Universidad Centroamericana; 2004.
13. Masís K, Paniagua L. Sexualidad y racialización: las vivencias de las y los adolescentes inmigrantes nicaragüenses de Tirrasés (Tesis de Licenciatura en Sociología). San José: Universidad de Costa Rica. Escuela de Sociología; 2006.
14. Campos A, Tristán L. Recepción de la información periodística sobre hechos de violencia y conflicto social, en los que se implica a la población inmigrante nicaragüense residente en Costa Rica (Tesis de Licenciatura en Psicología). San José. Universidad de Costa Rica. Escuela de Psicología; 2007.
15. Jiménez A. Sociedades hospitalarias. Costa Rica y la acogida de inmigrantes. San José, Costa Rica: Ediciones Perro Azul; 2004.
16. Sandoval C. El otro nicaragüense en tres actos. Populismo intelectual, ficción teatral y políticas públicas. En: Sociedades hospitalarias. Costa Rica y la acogida de inmigrantes. San José, Costa Rica: Ediciones Perro Azul; 2004.
17. Morales A. Migraciones y desafíos de una política migratoria integral en Costa Rica. En: Sociedades hospitalarias. Costa Rica y la acogida de inmigrantes. San José, Costa Rica: Ediciones Perro Azul; 2004.
18. Ubeda G. Elementos para una política migratoria integral. En: Sociedades hospitalarias. Costa Rica y la acogida de inmigrantes. San José, Costa Rica: Ediciones Perro Azul; 2004.
19. Preinfalk M. Vivencias y prácticas sexuales de las mujeres jóvenes residentes en Rincón Grande de Pavas (Tesis de Maestría en Estudios de la Mujer). San José: Universidad Nacional-Universidad de Costa Rica. Sistema de Estudios de Posgrado; 1998.
20. Sandoval C, Brenes, M, Masís K y Paniagua L. La Carpio. Dentro del país, fuera de la nación. Informe final: Proyecto La Carpio. La experiencia de segregación urbana y estigmatización social. Instituto de Investigaciones Sociales. Universidad de Costa Rica; 2008.
21. SICIAY: Comprender la inseguridad alimentaria y la vulnerabilidad. Disponible en: [www.fivims.net](http://www.fivims.net) Fecha de acceso: 1 de setiembre; 2006.
22. Álvarez, MC. Conceptualización que fundamenta la seguridad alimentaria y nutricional. Medellín: se; 2004.
23. Barquero J, Vargas J. La migración internacional en Costa Rica: estado actual y consecuencias. En: Evolución demográfica de Costa Rica y su impacto en los sistemas de salud y de pensiones. Academia de Centroamérica. Centro Centroamericano de Población. San José, Costa Rica, UCR; 2004.
24. Sandoval C. El mito roto de la inmigración y la emigración en Costa Rica. San José: Editorial Universidad de Costa Rica; 2007.
25. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO): Perfiles de nutrición por país: Nicaragua. Disponible en: [www.fao.org/ag/agn/nutrition/nic-s.stm](http://www.fao.org/ag/agn/nutrition/nic-s.stm) Fecha de acceso 10 de septiembre; 2007.
26. Organización Panamericana de la Salud. Seguridad alimentaria y nutricional en municipios fronterizos de Nicaragua y Costa Rica. Managua: OPS/OMS; 2003.



27. Montoya O. Educación reproductiva y paternidad responsable en Nicaragua. CEPAL. Naciones Unidas; 2001.
28. Masís K y Paniagua L. Sexualidad y racialización: las vivencias de las y los adolescentes inmigrantes nicaragüenses de Tirrasas (Tesis de Licenciatura en Sociología). San José: Universidad de Costa Rica, Escuela de Sociología; 2006.
29. Rocha J. Migración Internacional en Centroamérica: mapeo regional de flujos, leyes, organismos e investigadores en material de migración en Centroamérica. Managua, Nicaragua: NITAPLAN; 2006.
30. León A, Martínez R, Espíndola E, Schejtman A. Pobreza, hambre y seguridad alimentaria en Centroamérica y Panamá. Santiago, Chile: CEPAL; 2004.
31. González W, Jiménez A, Madrigal G. Desarrollo y validación de un instrumento para la medición de la inseguridad alimentaria a nivel del hogar en la comunidad de Concepción de la Unión en el año 2005 (Tesis para optar por el Grado de Licenciatura en Nutrición). Universidad de Costa Rica. Escuela de Nutrición; 2006.
32. Barrantes S, Campos A. Implementación de una consulta de atención integral en salud reproductiva por Enfermera/o Obstetra en el EBAIS de Tirrasas de la UCR (Informe de Seminario de Graduación). Escuela de Enfermería. UCR; 2000.
33. Organización Panamericana de la Salud. Desarrollo y salud en Costa Rica Elementos para su análisis/Ministerio de Salud Organización Panamericana de la Salud. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales. San José, Costa Rica: OPS; 2003.
34. Center on Hunger and Poverty, Heller School for Social Policy and Management Brandeis University. The Consequences of Hunger and Food Insecurity for Children: Evidence from Recent Scientific Studies; 2002.
35. Alaimo K, Olson C, Frongillo E. Family Food Insufficiency, but Not Low Family Income, Is Positively Associated with Dysthymia and Suicide Symptoms in Adolescents. *J Nutr.* 2001; 132: 719-725.
36. Alaimo K, Olson C, Frongillo E. Low Family Income and Food Insufficiency in Relation to Overweight in US Children. Is There a Paradox? *Arch Pediatr Adolesc Med.* 2001; 155:1161-1167.
37. Townsend M, Peerson J, Love B, Achterberg C, Murphy S. Food Insecurity Is Positively Related to Overweight in Women. *J Nutr.* 2001; 131: 1738-1745.
38. Crawford P, Townsend M, Metz D, Smith S, Espinoza Hall G, Donohue S *et al.* How can Californians be overweight and hungry? *Cal Ag.* 2004; 58:12-17.
39. Inoue M, Monsivais P, Qin R, Saigusa A, Torkelson R, Yang S. Exploring the Links Between Food Insecurity and Obesity. *Nutr.* 2005; 531.
40. Zakrzewska K, Cusin I, Sainsbury A, Rohner-Jeanrenaud F, Jeanrenaud B. Glucorticoids as counterregulatory hormones of leptin: toward an understanding of leptin resistance. *Diabetes.* 1997; 46 (4): 717-719.
41. Drewnowski A, Darmon N. The economics of obesity: dietary energy density and energy cost. *Am J Clin Nutr.* 2005; 82 (suppl), 265-73.
42. Drewnowski A, Specter S. Poverty and obesity: the role of energy density and energy costs. *Am J Clin Nutr.* 2004; 79, 6-16.
43. Ministerio de Salud. Encuesta Nacional de consumo de alimentos. San José, Costa Rica; 2001.
44. Aguirre P. Aspectos socio-antropológicos de la obesidad en la pobreza. En: La obesidad en la pobreza un nuevo reto para la Salud Pública. Washington, D. C., USA: OPS; 2000.
45. Peña M, Bacallao J. La obesidad en la pobreza: un problema emergente en las Américas. *Futuros.* 2005; 3 (10).
46. Lee M, Huang S. Inmigrant women's health: nutritional assessment and dietary intervention. *West J Med.* 2001; 175 (2): 133-137.
47. Klamt B. Ernährungsgewohnheiten von italienischen, griechischen und türkischen Migrantinnen in Süddeutschland *Ernährungs-Umschau.* 2004; 51:508-509.
48. Winkler G. Ernährungssituation von Migranten in Deutschland – was ist bekannt? *Ernährungs-Umschau.* 2003; 50: 219-221.
49. Wilson D. Women's Roles and Women's Health: The Effect of Immigration on Latina Women. *WHI.* 1995; 5: 8-14.
50. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Los flujos migratorios internos, la feminización de las migraciones y su impacto en la seguridad alimentaria. México, D. F; 2004.



