

06

MIGRAR PARA SOBREVIVIR: UN DIÁLOGO ENTRE MUJERES DE GUATEMALA, HONDURAS Y MÉXICO

*Andrea Dominique Galeano Colindres
y Vanessa Albertina Sosa López**

Andrea Dominique Galeano Colindres, de Honduras, es estudiante de Ciencias de la Comunicación en la Universidad de Buenos Aires.

Vanessa Albertina Sosa López, de Guatemala, es ingeniera ambiental, tiene un máster en Desarrollo Rural de la Universidad Autónoma Metropolitana, División Xochimilco, Ciudad de México.

* Las autoras redactaron el presente artículo siguiendo una metodología participativa con insumos de Mercedes Leticia Correa Miranda, directora de FIAN México; Sayda Tábora, facilitadora territorial de FIAN Honduras; y Anna Isern Sabrià, consultora en desarrollo rural y soberanía alimentaria del Colectivo LAJUI IX en Guatemala. Se recogieron sus insumos y relatos mediante un cuestionario y dos teleconferencias.

“Tanto si se quedan, como si están en tránsito o han logrado llegar a su destino, las mujeres pagan el precio de ocupar un lugar particular en la sociedad, y son siempre actoras políticas activas y sujetas de cambio.”

AGRADECIMIENTOS |

Un agradecimiento especial a Teresa Maisano (Secretariado del Mecanismo de la Sociedad Civil y Pueblos Indígenas para las relaciones con el Comité de Seguridad Alimentaria Mundial), Marcos Arana Cedeño (Red Internacional de Acción sobre los Alimentos para Lactantes, IBFAN), Andrea Nuila y M. Alejandra Morena (FIAN Internacional) por su apoyo en la redacción y revisión de este artículo.

FOTO |

[David Ludwig](#) / CC BY-SA 2.0.

Al hablar de mujeres migrantes, el primer reto es hacerlas visibles, comprender sus motivos, los riesgos que enfrentan y sus circunstancias. El principal obstáculo es que no existen los suficientes datos desglosados por género que permitirían tener una visión integral de la situación de las mujeres migrantes provenientes de México, Guatemala y Honduras. Sin embargo, a través de un análisis sistémico de los factores que han generado un incremento de la migración en la región, es posible identificar múltiples causas, que abarcan desde situaciones socioeconómicas, amenazas a la seguridad y la integridad física, hasta condiciones climáticas adversas. Todos estos casos presentan un elemento común: las condiciones de vida toleradas en el lugar de origen por las personas que deciden migrar no son suficientes para lograr un acceso sostenible a una alimentación adecuada¹.

La intención de este artículo es abordar los retos a los que se enfrentan tanto las mujeres que migran como las que optan por quedarse, y presentarlas como auténticos motores de resistencias cotidianas, en muchos casos, resistencias organizadas. El objetivo es, en primer lugar, abordar las causas estructurales que afectan al total de la población migrante y las causas particulares que perjudican a las mujeres. En segundo lugar, analizar los desafíos a los que se enfrentan las mujeres que se quedan y la manera en la que gestionan el impacto de la migración del jefe o jefa de familia sobre sus vidas. En tercer lugar, exponer los riesgos específicos del tránsito y la migración externa, incluido el momento en que finalmente logran establecerse en el país de destino. Por último, se aborda cómo a lo largo de cada una de las etapas y lugares, la migración genera un impacto en la alimentación y la nutrición de las mujeres a partir del cual se restringe aún más la posibilidad de acceder a dietas diversas, saludables y sostenibles.

¹ PMA (2017) *Informe sobre seguridad alimentaria y emigración: por qué la gente huye y el impacto que esto tiene en las familias que permanecen en El Salvador, Guatemala y Honduras*. Disponible en: <https://es1.wfp.org/publicaciones/seguridad-alimentaria-y-emigracion-por-que-la-gente-huye-y-el-impacto-que-esto-tiene>.

LA FEMINIZACIÓN DE LA MIGRACIÓN

Los medios de comunicación de masas estigmatizan la figura de las personas migrantes y, en cambio, silencian una realidad: los tratados de libre comercio que destruyen economías locales, los programas y préstamos de ajuste estructural del Fondo Monetario Internacional (FMI) y del Grupo del Banco Mundial (BM) que se impulsaron en las décadas de los ochenta y noventa y tuvieron efectos perjudiciales sobre la política económica y los programas estatales, especialmente los dirigidos a mujeres, niñas y niños². A estos efectos, se suman las políticas extractivas, el avance de los monocultivos en detrimento de los cultivos para la alimentación familiar, las estrategias de despojo de tierras por parte de las multinacionales y los grandes capitales, y la concentración de la propiedad de la tierra³. En Guatemala, por ejemplo, el 92 % de los pequeños productores ocupa el 22% de la tierra del país, mientras que el 2 % de los productores comerciales usa el 57 % de la misma⁴.

Las causas de la migración están íntimamente ligadas al modelo económico y social, y a las diferentes formas de violencia. En Guatemala, según la Comisión del Migrante, un 97.4% de las personas que migran lo hacen hacia EE.UU. debido a que en sus zonas de origen no hay inversión del Estado ni políticas públicas que apunten a generar empleo digno. Además, los salarios mínimos no cubren los costos de la Canasta Básica Alimentaria⁵. En Honduras, el despojo de tierras a comunidades campesinas, indígenas y garifunas es una de las consecuencias del alineamiento del marco jurídico y político agroalimentario que facilita la privatización de los bienes comunes para la industria extractiva (minería, energía y monocultivos). Esto destruye las dinámicas de los sistemas agroalimentarios, por ejemplo, la pequeña agricultura familiar, obligando a las mujeres y niñas a vivir en la pobreza y exclusión⁶.

En este contexto, la región asiste actualmente a un proceso de feminización tanto de la pobreza como de la migración. De hecho, tanto en México como en Honduras y en Guatemala las mujeres se ven obligadas a desplazarse solas o con sus hijas e hijos. Según el Anuario de Migración y Remesas de México de 2017, en las estaciones migratorias mexicanas la mayoría de las personas extranjeras alojadas son de origen guatemalteco, hondureño y salvadoreño. Si bien este dato no está desagregado por género, ante la feminización de la migración, se deduce que incluye a mujeres centroamericanas. Asimismo, esta fuente confirma que en los últimos diez años ha aumentado la cantidad de mujeres mexicanas migrantes.⁷

Los datos sobre los motivos específicos y características de la población femenina migrante son invisibles en la mayoría de estadísticas sobre el tema migratorio. No obstante, no cabe duda de que, para las mujeres, la violencia por razones de género se suma al modelo socioeconómico como causa fundamental para migrar. En México, la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de Relaciones en los Hogares evidenció que el 43.9% de las adolescentes mayores de 15 años y de las mujeres han sido víctimas de violencia por parte de sus parejas en algún momento de su relación actual o pasada⁸. En casos como estos, el éxodo es frecuentemente la única opción para resguardar sus vidas⁹. Muchas de ellas logran ingresar y permanecer en el país de destino como refugiadas y/o como demandantes de asilo.

Los casos diarios de feminicidios en los tres países, las denuncias por violencia de género y la violencia intrafamiliar son un reflejo de las sociedades patriarcales de las que las mujeres se ven obligadas a escapar. En términos de Marcela Lagarde, el patriarcado es uno de los espacios históricos del poder masculino que encuentra su asiento en las más diversas formaciones sociales¹⁰. A través de ellas, podemos apre-

- 2 Sassen, Saskia (2003). *Contra-geografías de la globalización. Género y ciudadanía en los circuitos transfronterizos*. Madrid: Traficantes de sueños. Capítulo: La feminización de la supervivencia, pág.62.
- 3 FAO (2017). *América Latina y el Caribe es la región con la mayor desigualdad en la distribución de la tierra*. Disponible en: www.fao.org/americanas/noticias/ver/es/c/879000.
- 4 Guereña, Arantxa. OXFAM (2016). *Desterrados: Tierra, poder y desigualdad en América Latina*. Pág. 29. Disponible en: http://209.177.156.169/libreria_cm/archivos/pdf_1485.pdf.
- 5 Bornschein, Dick (2017). *Antecedentes: el caso de las migraciones en Guatemala, causas y cifras*. Revista electrónica FLACSO. Disponible en: www.flasco.edu.gt/dialogo/?p=1826.
- 6 Información de Sayda Tábora. Facilitadora territorial de FIAN Honduras a partir de un cuestionario y dos teleconferencias realizadas el 18 de febrero y el 7 de marzo de 2019.
- 7 Fundación BBVA Bancomer, A.C.; Secretaría de Gobernación/ Consejo Nacional de Población (2018). *Anuario de Migración y Remesas México*. México: Fundación BBVA Bancomer, A.C.; SEGOB /I. Disponible en: www.bbvarsearch.com/wp-content/uploads/2018/09/1809_AnuarioMigracionRemesas_2018.pdf.
- 8 Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2016). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de Relaciones en los Hogares. Principales Resultados*. México: INEGI. Disponible en: www.beta.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2016/doc/endireh2016_presentacion_ejecutiva.pdf.
- 9 Según ACNUR, la región del Triángulo Norte y México es de las más violentas para las mujeres, la mayoría denuncia que ha sido víctima de extorsiones, acoso sexual, violaciones. ACNUR (2015), *Mujeres en Fuga. Relatos de primera mano de refugiados que huyen de Guatemala, México, El Salvador y Honduras*. Disponible en: www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2016/10666.pdf.
- 10 International Development Research Centre IDRC (2016). *Violencia contra las mujeres en contexto de migración*. P.13. Disponible en: <https://idb-bnc-idrc.dspspacedirect.org/bitstream/handle/10625/55953/IDL-55953.pdf>.
- 11 Max Haiven (2009). *Silvia Federici, On capitalism, colonialism, women and food politics* <https://politicsandculture.org/2009/11/03/silvia-federici-on-capitalism-colonialism-women-and-food-politics/>;

y Asakura, Hiroko (2014) *Migración femenina centroamericana y violencia de género: pesadilla sin límites*. Disponible en: <http://web.isanet.org/Web/Conferences/FLACSO-ISA%20BuenosAires%202014/Archive/dc40cf25-a495-4a32-8b27-c78581d77584.pdf>.

12 En Guatemala, los datos oficiales de la Secretaría de Seguridad Alimentaria –SESAN– reportan 46.5% de desnutrición crónica en niños de 0 a 5 años. La sociedad civil calcula porcentajes del 60-70% en los municipios mayoritariamente indígenas (Quiché, Totonicapán y Huehuetenango). Ver Mapa de Desnutrición Crónica por Departamento, elaborado por la SESAN disponible en: www.siinsan.gob.gt/siinsan/ensmi/#.

13 Córdova Montes, Denisse, Schieck Valente, Flavio Luiz (2014). *La interdependencia y la indivisibilidad del derecho a la alimentación adecuada y a la nutrición y los derechos sexuales y reproductivos de la mujer*, en Observatorio del derecho a la alimentación y a la nutrición. Disponible en: www.righttofoodandnutrition.org/files/Observatorio_2014.pdf.

14 Mujeres, niñas y adolescentes que se quedan y permiten que la madre jefa de hogar migre. Ver Asier, Vera (2018). *Historias de las mujeres del éxodo centroamericano*. Revista laCuerda. Guatemala agosto-septiembre 2018. No 208. Disponible en: www.lacuerdaguatemala.org/archivo-pdf.

15 Información de Marcos Arana Cedeño a través de intercambio por correo electrónico de sus “Reflexiones en torno a la migración y al derecho a la alimentación y a la nutrición” el 1 de febrero de 2019.

16 Anuario de migración y remesas México. Nota 7 *supra*.

17 Antecedentes: el caso de las migraciones en Guatemala, causas y cifras. Nota 5 *supra*.

18 Para ampliar ver: Gutiérrez Escobar, Laura; Vélez, German (2016). *La lucha por las semillas libres de los pueblos latinoamericanos: experiencias de Brasil, Ecuador, Colombia, Honduras y Guatemala*. Pág. 78. Disponible en: www.righttofoodandnutrition.org/files/Watch_2016_Article_12_span-La%20lucha%20por%20las%20semillas%20libres%20de%20los%20pueblos%20latinoamericanos.pdf.

19 ONU. (2016). *Expertos de la ONU piden a México contrarrestar la campaña de desprestigio y respaldar a los defensores de derechos humanos*. Disponible en: www.ohchr.org/SP/NewsEvents/Pages/DisplayNews.aspx?NewsID=19784&LangID=5.

ciar espacios de interacción entre la violencia por razones de género y la violencia estructural que se genera a partir del Estado y de actores privados que afectan la posibilidad de las mujeres de producir, acceder a métodos de producción y controlar la producción de alimentos.¹¹

En la realidad, lo anterior se ilustra a través de marcos jurídicos, en algunos casos de normas penales, que permiten sancionar y controlar la autonomía de las mujeres para decidir sobre sus cuerpos. Esta situación afecta negativamente a su salud sexual y reproductiva, así como a su bienestar nutricional. Destacan las altas tasas de embarazos adolescentes, la prohibición de la pastilla anticonceptiva de emergencia y la criminalización de la interrupción del embarazo. A menudo, las niñas y adolescentes sufren retrasos de crecimiento como resultado de la desnutrición y a su vez los bebés también sufren desnutrición¹². Por otra parte, las ideas y prácticas que subyugan a las mujeres suelen colocarlas como principales responsables de la reproducción social del trabajo, lo que incluye hacerse cargo de los oficios domésticos, las tareas del cuidado y la alimentación de sus familias y dependientes¹³.

LA RADIOGRAFÍA DE UNA MIGRACIÓN: CAMPO Y CIUDAD

Cuando se habla de migración a menudo se olvida el papel de las mujeres¹⁴ que se quedan y generalmente cargan con la responsabilidad de proveer y cuidar a sus familias. Es importante destacar que “por cada hombre que migra hay por lo menos una mujer que asume el trabajo y los roles sociales y familiares del que se va”¹⁵. Las mujeres que se quedan deben garantizar su propia alimentación, así como la de sus hijas e hijos. Conviene recordar que la persona que migra está en tránsito y, mientras espera que llegue la primera remesa, la mujer que permanece en el hogar debe continuar sosteniendo a la familia. En caso de que la remesa no llegue y/o que la persona que migra no se ponga en contacto con ellas, la situación se vuelve más precaria. Según el Anuario de Migración y Remesas de México¹⁶, en promedio tan sólo 5% de las personas migrantes envían remesas a sus familias. Además, muchas familias asumen el riesgo de vender sus terrenos¹⁷ y endeudarse para reunir el dinero que les permita migrar. Es por este motivo que quienes se quedan a cargo no tienen la posibilidad de seguir cultivando sus propios alimentos. Para las mujeres que se quedan, a las cargas económicas y sociales, se suman los impactos emocionales y psicológicos por la separación y la incertidumbre sobre si el familiar que se va logrará los objetivos que se había marcado.

Las mujeres que se quedan, en muchas ocasiones¹⁸ emprenden una lucha y articulan movimientos para contrarrestar las causas estructurales de la migración; son sujetas de cambio y actoras políticas que se involucran activamente en la defensa de la soberanía alimentaria, el derecho humano a una alimentación y nutrición adecuadas, y otros derechos humanos. Aunque este aspecto es positivo y sus luchas son de vital importancia, todas estas defensoras enfrentan en México¹⁹, Honduras y Guatemala²⁰ no sólo la dificultad de compaginar sus luchas con los roles tradicionales de género sino también amenazas, ataques y riesgos por levantar la voz. Las mujeres son además objeto de ataques específicos de género, como la violencia y el acoso sexual. Según un informe del Relator Especial de las Naciones Unidas sobre la situación de las personas defensoras de derechos humanos, en Honduras “durante 2016 y 2017 se registró un total de 2.137 agresiones [contra mujeres defensoras], incluyendo serios ataques a la vida y la integridad física, un alto número de campañas de desprestigio, y deslegitimación y criminalización, así como numerosas amenazas e intimidaciones”. Las mujeres que defienden la tierra y los derechos de los pueblos indígenas son las más atacadas. Además, al acompañar a víctimas de violencia

doméstica en los procesos de denuncia y judiciales, las defensoras de los derechos de la mujer en Honduras frecuentemente reciben amenazas de muerte y sexuales²¹.

Aunque los datos estadísticos son escasos y no están desagregados, se puede afirmar que las personas que migran internamente en México²², Guatemala y Honduras, provienen en su mayoría de las zonas rurales y viven bajo la línea de la pobreza y pobreza extrema. Migran con la esperanza de mejorar sus condiciones de vida y se desplazan a las ciudades de mayor crecimiento económico²³. Tanto hombres como mujeres pasan a ser obreros de la maquila, obreros agrícolas, y de servicios. Cuando no consiguen un trabajo, la única opción posible es sumarse a la economía informal que subsiste con el subempleo²⁴. En el caso de las mujeres rurales, indígenas y campesinas, una gran parte se desplaza a las ciudades para desempeñarse en trabajos del cuidado, manteniendo los roles de género que les son asignados, generalmente mal o no remunerados²⁵. Las mujeres migrantes internas desempeñan un papel indispensable para que las mujeres urbanas puedan acceder al mundo laboral junto a los hombres, ya que realizan el trabajo doméstico y del cuidado que de otra manera limitaría el acceso al trabajo de quien las contrata.

TRAVESÍA DE LOS CUERPOS

En este contexto, asistimos no sólo al aumento y la feminización de la migración, sino también al surgimiento de nuevas formas de migrar desde México, Guatemala y Honduras. Una de las formas más impactantes son las caravanas de migrantes de Centroamérica hacia EE.UU. que comenzaron en octubre de 2018 desde Honduras, marcando un punto de inflexión, y que en 2019 se ha demostrado que son una realidad que se mantiene. Uno de los motivos por los que miles de migrantes deciden viajar en grupo es que esto podría reducir los peligros del crimen organizado que acechaban a las personas migrantes solas o en grupos reducidos.

Pese a la nueva modalidad, en los últimos meses se ha denunciado la desaparición de migrantes que viajaban en la caravana hacia EE.UU. En uno de los casos los medios reportaron la desaparición de 22 personas²⁶ que viajaban en autobús. En otro secuestro de características similares fueron 25 las personas desaparecidas. Los datos no especifican la cantidad de mujeres desaparecidas. Sin embargo, en general, las mujeres centroamericanas que migran se enfrentan a grandes riesgos. En el trayecto son frecuentemente víctimas de robo, extorsiones, y, debido a su género, abusos sexuales: seis de cada diez mujeres son violadas, por lo que a veces se preparan y toman anticonceptivos semanas antes de iniciar el trayecto para evitar embarazos²⁷.

En la travesía hacia el norte, las mujeres frecuentemente asumen los clásicos roles de cuidado. Siguen siendo madres, cocinan, buscan alimentos y lugar para dormir para ellas y sus hijas e hijos²⁸. Generalmente el acceso a alimentos y bebida es limitado, y las mujeres suelen comer menos para priorizar la alimentación de sus hijas e hijos.

No sólo quienes se quedan o están en tránsito se enfrentan a grandes retos para garantizar su derecho a la alimentación y a la nutrición y el resto de sus derechos humanos. Al alcanzar el destino, algunas mujeres se desempeñan también en los roles de género y en labores del cuidado que les “corresponden”, mientras que otras se emplean en trabajos agrícolas o en la industria. A la par de conseguir un trabajo, son importantes las redes de apoyo para migrantes, las redes familiares o bien de “paisanas”. Por ejemplo, las comunidades indígenas guatemaltecas²⁹ tienen la costumbre de migrar a “barrios” o ciudades concretas donde saben con seguridad que

20 Para más información, ver: *Tendencia devastadora de crímenes contra defensores de derechos humanos en Guatemala: 18 este año*, indica organización WOLA. Disponible en: elperiodico.com.gt/nacion/2018/08/01/tendencia-devastadora-de-crímenes-contra-defensores-de-derechos-humanos-en-guatemala-18-este-año-indica-organizacion-wola/.

21 ONU (2019). *Visita a Honduras. Informe del Relator Especial sobre la situación de los defensores de los derechos humanos*. Pág. 10-13. Disponible en: www.refworld.org/es/pdfid/5c63170d4.pdf.

22 Según el Anuario de migración y remesas de México: el 5.2% de personas mexicanas que emigra a EE.UU. trabaja en el sector primario, la agricultura, y de estas el 3.2% son mujeres. El 33.2% trabaja en el sector secundario, industria y manufactura, y el 15.1% son mujeres. La gran mayoría, concretamente el 61.5% trabaja en el sector terciario, y el 81.7% son mujeres. Nota 16 *supra*.

23 En Honduras un 48.7% son hombres y un 51.3% son mujeres. Proyección de la población municipal y departamental del INE, año 2014 y del Estudio caracterización del desplazamiento interno en Honduras de la Comisión Interinstitucional para la protección de personas desplazadas por la violencia.

24 Información de Sayda Tábora. Nota 6 *supra*.

25 Información de Anna Isern Sabrià. Consultora en desarrollo rural y soberanía alimentaria del Colectivo LAJUX IX en Guatemala a partir de un cuestionario y dos teleconferencias realizadas el 18 de febrero y el 7 de marzo de 2019.

26 Urrutia, Alonso; Jiménez, Néstor (2019). *Ya van dos autobuses secuestrados como el de Tamaulipas: AMLO*. La Jornada, 13 de mayo de 2019. Disponible en: www.jornada.com.mx/ultimas/2019/03/12/se-indaga-caso-de-autobus-de-tamaulipas-con-eu-y-centroamerica-amlo-5261.html.

27 Información de Anna Isern Sabrià. Nota 25 *supra*.

28 Información de Marcos Arana Ceño. Nota 15 *supra*.

29 Información de Anna Isern Sabrià. Nota 25 *supra*.

30 Con información de Anna Isern Sabrià Op. Cit.

31 “Las mujeres mexicanas que residen en Estados Unidos tienen varios de los factores de riesgo para desarrollar ECV tales como: ingesta alta de grasas saturadas, hipertensión y diabetes, entre otras. (...) [de-

bido a] la ingesta de alimentos densamente energéticos (azúcares concentrados y grasas).” Arenas-Monreal, Luz et al (2013). *Cambios alimenticios en mujeres morelenses migrantes a Estados Unidos*. Salud Pública de México, [S.L.], v. 55, n. 1, p. 35-42, ene. Disponible en: www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/7186/9341. ISSN 1606-7916.

32 “(...) los migrantes requieren atención médica principalmente por dolor físico y malestar, dolores de cabeza, migrañas recurrentes, dolores gástricos, malestar intestinal, hipertensión, vómitos, dolores musculares, amenorrea, ulceraciones, dermatitis, caída de pelo, fatiga crónica (Roza, 2008). Otros problemas de salud [relacionados a la alimentación] son la diabetes [y] la obesidad (...)”. Ceja Fernández, et al (2014). *Salud y enfermedad en los migrantes internacionales México-Estados Unidos*. Ra Ximhai [en línea], 10 (Enero-Junio). Disponible en: <https://redalyc.org/articulo.oa?id=46129579013>.

33 Domínguez, Ana Sofía; Olmedo, Eduardo; Rayo, Mariano. (2018). *Migración y Remesas. Incidencia en las condiciones de vida en cuatro departamentos: San Marcos, Huehuetenango, Quetzaltenango y Zacapa. Aproximación cuantitativa y cualitativa de la incidencia del uso de remesas familiares en los hogares receptores*. Konrad Adenauer Stiftung, ASIES, Iniciativa Think Thank. Guatemala. Disponible en: https://s3.amazonaws.com/asies-books/books/2018_%20Migracion_y_Remesas.pdf y Canales Cerón, Alejandro I. (2008). *Remesas y desarrollo en América Latina: Una relación en busca de teoría*. Revista electrónica Migración y Desarrollo No. 1. pp.5-30. Disponible en: www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-75992008000200001&lng=es&lng=es.

34 Según el Global Hunger Index de 2018, que mide el índice de hambre y desnutrición, México ocupa el puesto 22, Honduras el puesto 59 y Guatemala el puesto 70 de 119 países. Disponible en: <https://www.globalhungerindex.org/results/>.

35 Ver Global Hunger Index, 2017. *The inequalities of hunger*. International Food Policy Research Institute, Concern Worldwide, Welthungerhilfe. Washington, DC / Dublin / Bonn. 2017. Disponible en: www.globalhungerindex.org/pdf/en/2017.pdf.

36 Ver Reyes Pedraza, María Eugenia; García González, Janet y Téllez Castilla, María (2018). *Impacto de la publicidad en los hábitos alimenticios en los niños*. Revista Española de Comunicación en Salud. Vol. 9, No. 2, 116-126. Disponible www.researchgate.net/publication/329778897_Impacto_de_la_publicidad_en_los_habitos_alimenticios_en_los_ninos_Impact_of_advertising_on_childrens_eating_habits.

van a encontrar otros miembros de su comunidad de origen. De este modo, los diferentes grupos étnicos del país pueden encontrarse en estos lugares. El fenómeno se observa con mayor fuerza en comunidades indígenas que con otros grupos étnicos no indígenas ya que el hecho de no hablar el idioma español ni el inglés supone una limitación al llegar.

Estas redes son las primeras en sostener a las mujeres y hombres migrantes para que puedan alimentarse mientras consiguen un puesto de trabajo. Quienes migran sin estas redes de apoyo, suelen tener más dificultades para que se respeten sus derechos humanos, incluido el derecho a la alimentación y a la nutrición.

DIME A DÓNDE MIGRAS Y TE DIRÉ CÓMO TE ALIMENTAS

El fenómeno de la migración tiene múltiples impactos en la alimentación. Cuando las personas migran del campo a la ciudad dentro del propio país, el ritmo acelerado y el costo de la vida en la ciudad les obliga a gastar sus ingresos en la compra de alimentos ultra procesados, sopas instantáneas, comidas enlatadas, frituras, productos “listos para consumir” y bebidas gaseosas. En sus continuos viajes de visita a sus comunidades llevan consigo estos nuevos patrones de consumo que son percibidos como un símbolo de éxito y se da una desvalorización de los alimentos locales y tradicionales.

Mientras que quienes migran a las grandes y superpobladas ciudades de Norteamérica, se sumergen de lleno a un nuevo contexto alimenticio, en el cual es común frecuentar establecimientos de comida rápida³⁰, realizar una sola comida al día, consumir alimentos de bajo costo para poder sobrevivir y poder enviar remesas mensualmente. Varios estudios constatan que la salud de las personas migrantes se deteriora debido al consumo de alimentos altos en azúcares, ultra procesados y con añadidos químicos. Las enfermedades cardiovasculares³¹, la diabetes y la obesidad³² son los problemas de salud más frecuentes en migrantes radicados en EE.UU.

El impacto de la migración no afecta sólo los patrones de alimentación a nivel individual sino también a nivel familiar. Aunque existen estudios que constatan que las remesas mejoran el nivel de vida de las familias en los países de origen³³, muchas otras dejan de trabajar la tierra y de producir sus propios alimentos cuando aumenta su poder adquisitivo y pueden acceder a los alimentos considerados de “prestigio”, pasando del hambre³⁴ a la malnutrición³⁵, entendida como la ingesta de alimentos en la que lo importante parece ser la cantidad, o las vitaminas publicitadas como añadidos, por ejemplo: los cereales fortificados con vitaminas y hierro, pero altos en azúcar.

Al tener más ingresos, las familias aumentan considerablemente el consumo de servicios y tecnología; a más tecnología mayor bombardeo mediático³⁶. Según varias autoras y autores, este hecho está directamente relacionado con los hábitos alimenticios³⁷, especialmente en la infancia debido a la exposición diaria a la publicidad.

En este complejo proceso de aumento del poder adquisitivo, del llamado “secuestro de paladar”³⁸, de las repercusiones de esta práctica³⁹ y de bombardeo publicitario⁴⁰, el consumo de alimentos está más asociado a la industria publicitaria⁴¹ y a los tratados de libre comercio⁴², que a su valor nutritivo. La alimentación y nutrición adecuadas dejan de concebirse como un derecho humano y se transforman, simple y llanamente, en el mero acto de comer el producto publicitado.

Aunque las personas que migran, tanto dentro como fuera del país, modifican su alimentación en función de sus ingresos y sus redes de apoyo y pese a que su nuevo entorno les induce a diario a consumir alimentos de las grandes industrias, hay también prácticas de resistencia para conservar el “sabor de su tierra” en el lugar de destino. En muchos casos las mujeres migrantes en el extranjero sienten nostalgia⁴³ por los alimentos propios de su tierra y son las que intentan replicar su preparación. Tanto hombres como mujeres que viven en el extranjero coinciden en que después de sus familias, lo que más extrañan es la comida tradicional. A pesar de todo alimentarse es parte fundamental de la identidad.

En cuanto a los impactos en las familias, hay varias iniciativas⁴⁴ que están alertando y concientizando sobre los efectos de una mala nutrición y están reivindicando el derecho a una alimentación y nutrición adecuadas. Mientras que en el ámbito privado y cotidiano de los hogares con familiares migrantes, son por lo general las mujeres las que están al frente de todos los esfuerzos y resistencias por una buena nutrición y alimentación.

MIGRAMOS EN CONDICIONES ESPECÍFICAS, MIGRAMOS COMO MUJERES

Muchas de las mujeres migran para garantizar su derecho a una vida libre de violencia, para garantizar para sí mismas y sus familias el derecho a la alimentación y a la nutrición, para que se reconozca a las mujeres como migrantes⁴⁵, y para conseguir aquellos derechos que el sistema neoliberal les arrebató y los Estados no les garantizan. La migración es una forma de resistir las múltiples violencias a las que se enfrentan en sus países de origen.

Tanto si se quedan, como si están en tránsito o han logrado llegar a su destino, las mujeres pagan el precio de ocupar un lugar particular en la sociedad, y son siempre actrices políticas activas y sujetas de cambio. Las múltiples formas de sobrevivir a la peligrosa travesía hacia EE.UU., reorganizar la estructura económica familiar a partir de migración del jefe/jefa de hogar, la violencia de género que atormenta durante todo el trayecto, son una evidencia de las múltiples formas de resistencia de las mujeres centroamericanas y mexicanas.

La migración es y ha sido un elemento histórico de cambio alimentario, que tiene efectos tanto en los lugares de origen como en los de destino, y que guarda relación con la salud de las mujeres y con su propia identidad. Hacen falta estadísticas y estudios que analicen las condiciones particulares de las mujeres al migrar, ya que estas condiciones existen y deben ser recabadas y estudiadas para que sea posible comprender mejor el fenómeno en toda su amplitud. Por ello, un análisis exhaustivo debe tener en cuenta los vínculos entre los derechos humanos de las mujeres, la soberanía alimentaria, el derecho a la alimentación y a la nutrición, y la migración en un contexto de globalización y con una perspectiva de género que permita una lectura interseccional y estructural de esta cuestión.

37 Menéndez García, R. A. y Franco Díez, F. J. (2009). *Publicidad y alimentación: influencia de los anuncios gráficos en las pautas alimentarias de infancia y adolescencia*. Nutrición Hospitalaria. Vol.24 no.3 Madrid may. /jun. 2009. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112009000300009.

38 *Comida procesada engaña al paladar; distorsiona la saciedad*: OPS. Disponible en www.excelsior.com.mx/nacional/2016/02/18/1075896.

39 ¿Qué es el paladar “secuestrado” y cuáles son sus repercusiones?. Disponible en <http://xepl.com.mx/completa1.php?i=103035>.

40 Fernández, Belén (2016). *Los tratados de libre comercio y la alimentación: un maridaje agríndice*. Disponible en: <https://ecosfron.org/los-tratados-de-libre-comercio-y-la-alimentacion-un-maridaje-agridulce/>.

41 Ver *Publicidad, expendios, programas públicos...Un sistema alimentario perverso que nos enferma*, disponible en: www.jornada.com.mx/2013/02/16/cam-publicidad.html.

42 “La entrada en vigor del Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN) permite la importación masiva de productos ultra procesados con alto contenido de azúcar, grasa, sal y bajos en fibra” Ver Arana Cedeño, Marcos y Cabaña. Xavier (2015). *Las políticas de nutrición como rehén de las transnacionales y los conflictos de interés: la epidemia de obesidad y diabetes en México*. Disponible en: www.righttofoodandnutrition.org/files/watch_2015_article_12_span_las_politicas_de_nutricion_como_rehen_de_las_transnacionales_y_los_conflictos_de_interes.pdf.

43 Para más detalles ver: Medina Luque, Francesc Xavier (Editor) (2014). *Alimentación y migraciones en Iberoamérica. Capítulo I. Introducción. Alimentación y migraciones en Iberoamérica: nuevas perspectivas sobre eternos temas*. Primera edición. Barcelona. Pág. 19-30. Editorial UOC.

44 Como la Coordinadora Latinoamericana de Organizaciones del Campo CLOC Vía Campesina, Semillas de Vida, Sin Maíz no Hay País, Red Centroamericana de Mujeres Rurales, Indígenas y Campesinas REC-MURIC, entre muchas otras.

45 El 4 de noviembre de 2018, en el Centro Cultural Tlatelolco de la Ciudad de México, en el marco del 8vo. Foro Social Mundial de las Migraciones se fundó la Asamblea Mundial de Mujeres en las Migraciones. Ver Declaración en: www.facebook.com/FSMM2018/photos/a.41875700855125/604920423272115/?type=3&theater.



RESUMEN

El artículo intenta visibilizar la realidad de la creciente población femenina que migra desde Honduras, Guatemala y México hacia EE.UU. y la relación que existe entre la feminización de la migración y la vulneración del derecho humano a una alimentación y nutrición adecuadas. Se analizan las condiciones particulares y específicas por y en las que migran las mujeres. Para ellas, al modelo socioeconómico y a la violencia estructural como causas fundamentales para migrar, se suma la violencia por razones de género. En este contexto, la posibilidad de las mujeres de acceder a la tierra y controlar la producción de alimentos es cuesta arriba. Si la mujer se queda y quien migra es el hombre, además de asumir todos los roles sociales y familiares de quien se va, debe garantizar su alimentación y la de su familia al mismo tiempo que se hace cargo de los compromisos económicos y sociales, y de todos los impactos emocionales y psicológicos. Si por el contrario, decide migrar, frecuentemente en el trayecto es víctima de robo, extorsiones, y de abusos sexuales. Seis de cada diez mujeres que optan por migrar son violadas. Aún con todos estos riesgos, durante la travesía hacia el norte, las mujeres frecuentemente siguen asumiendo los clásicos roles del cuidado, siguen desempeñando su papel de madres, cocinan, buscan alimentos y lugar para dormir para ellas y sus hijas e hijos. Tanto si se quedan como si migran, las mujeres son las primeras en recibir los impactos de la vulneración de sus derechos, incluido el derecho a una alimentación y nutrición adecuada. Por ello, son generalmente las mujeres las que en el ámbito privado y cotidiano están al frente de todos los esfuerzos y resistencias por una buena nutrición y alimentación.



CONCEPTOS CLAVE

- La feminización de la migración se relaciona tanto al modelo socioeconómico como a la violencia por razones de género.
- El derecho a una alimentación y nutrición adecuadas se ve afectado por el aumento de ingresos económicos en los hogares con familiares migrantes y por el bombardeo mediático.
- La migración como elemento histórico de cambio alimentario.
- La migración, la alimentación y la nutrición como derechos humanos.
- Resistencias de mujeres por el derecho a migrar y a alimentarse.



PALABRAS CLAVES

- Migración
- Mujeres
- Alimentación
- Caravana de migrantes
- Honduras
- Guatemala
- México
- EE.UU.