



# El fenómeno de la migración rural y sus repercusiones en el consumo calórico de la población en el salvador

MSc. Susana Leticia Larios Hernández

POLISAL Departamento de Nutrición. UNAN-Managua

Recibido: 15/07/2015

Aceptado: 15/08/2015

## RESUMEN

Las remesas han pasado a ocupar el primer lugar, si las exportaciones se dividen en rubros. De manera específica son más importantes que las exportaciones de café y las exportaciones de las manufacturas que tradicionalmente han sido las más relevantes (Funes, 2003). El Programa Regional de Seguridad Alimentaria y Nutricional para Centroamérica (PRESANCA II) y el Programa Regional de Sistemas de Información en Seguridad Alimentaria y Nutricional (PRESISAN) realizaron una caracterización de la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) en marzo del año 2014 en comunidades seleccionadas de tres municipios fronterizos de Guatemala, El Salvador y Honduras. Este estudio constituye un extracto de la caracterización de SAN para el análisis de “El fenómeno de la migración rural y sus repercusiones en el consumo de energía alimentaria de la población en El Salvador” enfatizado en la comunidad rural de San Ramón Centro, Municipio de Citalá en Chalatenango, que es caracterizada por su alta migración.

El mismo se presenta con el objetivo de determinar la asociación entre la recepción de remesas y la alteración de la alimentación de las familias receptoras, que podría suscitar parte en la mejora o no de la SAN de las familias estudiadas. Los resultados obtenidos mostraron el efecto de alteración de la alimentación de las familias, evidenciando una diferencia del 16% incrementado de energía consumida por familias que recibieron remesas; aunque no se observaron diferencias de porcentajes del aporte energético de macronutrientes según recepción de remesas, se logró identificar que la distribución de la misma fue inadecuada, para ambos grupos de población, con y sin remesas.

**Palabras claves:** Remesas, Rural, Migración



## ABSTRACT

Remittances have come to occupy the first place, if exports are divided into items. Specifically, they are more important than coffee exports and exports of manufactures that have traditionally been the most relevant (Funes, 2003). The Regional Food and Nutrition Security Program for Central America (PRESANCA II) and the Regional Program for Information Systems on Food and Nutritional Security (PRESISAN) carried out a Food and Nutrition Security (SAN) characterization in March 2014 in selected communities of three border municipalities of Guatemala, El Salvador and Honduras. This study is an excerpt from the SAN characterization for the analysis of "The phenomenon of rural migration and its impact on food consumption of the population in El Salvador" emphasized in the rural community of San Ramón Centro, Municipality of Citalá in Chalatenango, which is characterized by its high migration. It is presented with the objective of determining the association between the receipt of remittances and the alteration of the feeding of the receiving families, which could lead to some improvement in the SAN of the families studied. The obtained results showed the effect of alteration of the feeding of the families, evidencing a difference of the 16% increased of energy consumed by families that received remittances; although there were no differences in percentages of energy intake of macronutrients according to the receipt of remittances, it was possible to identify that the distribution of the same was inadequate for both population groups, with and without remittances

**Keywords:** Remittances, Rural, Migration

## 1- INTRODUCCIÓN

El Programa Regional de Seguridad Alimentaria y Nutricional para Centroamérica (PRESANCA II) realizó en el año 2014 una caracterización con enfoque en Seguridad Alimentaria y Nutricional dirigido a familias de los municipios fronterizos participantes del programa, los países incluidos fueron Guatemala, El Salvador y Honduras. Dicho estudio se realizó en respuesta a los mandatos de la Cumbre Extraordinaria de Presidentes y Jefes de Estado realizada en agosto del 2012 sobre Seguridad Alimentaria y Nutricional, en donde se identificó la necesidad de estudios que re-alimenten los mecanismos de seguimiento a la temática. El PRESANCA II y el Programa Regional de Sistemas de Información en Seguridad Alimentaria y Nutricional para Centroamérica (PRESISAN II), constituyen las herramientas con que cuenta la Secretaria General del Sistema de la Integración Centroamericana (SG-SICA) para darle seguimiento a los mandatos de la Cumbre.

La información pertinente a la caracterización SAN incluyó aspectos demográficos, características de la vivienda, características socioeconómicas, antropometría nutricional (para niños menores de 5 años y adultos mayores de 45), ingesta alimentaria nutricional y aplicación de la ELCSA (Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria) para todos los hogares; se capturaron de forma complementaria algunos datos propios de grupos específicos, como menores de cinco años (antropometría nutricional, morbilidad, vacunación), seguido por menores de 36 meses (antropometría nutricional, cuidado preescolar, lactancia materna e ingesta alimentaria nutricional), mujeres en edad fértil (embarazo, antropometría nutricional y morbilidad), y hombres y mujeres mayores de 45 años (antropometría nutricional). En este contexto la amplitud del tema SAN integra determinantes de distinta índole, y como parte del determinante social se identificó la problemática de la migración.

Las remesas, que son producto de la migración, un fenómeno social presente durante toda la historia de la humanidad, surte consecuencias tanto para los lugares de origen como los de destino; una característica común de este desplazamiento es la búsqueda de bienestar y mejores condiciones de vida (Coron, 2013).

Múltiples estudios han mostrado el impacto que estos flujos de divisas han provocado en la estructura económica nacional (García 1994, 1995, 1997; FUNDE, 1997, 1999; FUSADES, 1995), diciendo que las remesas se han convertido en la entrada de divisas más importante de la economía nacional, sirviendo como ancla para la estabilidad financiera que ha gozado el país en los últimos años. Esta variable ha permitido un crecimiento sostenido de las Reservas Internacionales Netas, el cierre





de la Brecha Comercial, y han contribuido de manera sustantiva, a la Integración Monetaria (Dolarización) llevada a cabo a principios del año 2001. El flujo migratorio local fue significativo durante los años de conflicto interno. Evidentemente, a las explicaciones en torno a dicho fenómeno, se añadían, fundamentalmente, la existencia de un binomio de pobreza y violencia (Funes, 2003)

Para el año 2010, las estimaciones indicaron que dos millones y medio de salvadoreños residen fuera de su país, lo que implica que uno de cada cuatro salvadoreños está radicado fuera de las fronteras nacionales. Según el Ministerio de Relaciones Exteriores de El Salvador, un 94% de la población salvadoreña en el exterior, reside en los Estados Unidos, así mismo el banco central de este país estima que el monto mayoritario de remesas en el país proviene de los EEUU.

En cuanto al uso de las remesas según datos de DIGESTYC 2005 del 22% de los hogares que a nivel nacional recibían remesas, se destinaron en un 76% al consumo (Alimentación, vestuario y artefactos en el hogar), 9% para educación, 5% a gastos médicos y 2% a inversión en la vivienda. El objetivo de la investigación fue identificar el efecto de las remesas sobre la alimentación de las familias rurales en la comunidad de San Ramón del municipio de Citalá, departamento de Chalatenango - El Salvador, en Marzo de 2014.

## 2- MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio, “Caracterización de las Condiciones de SAN de la población del Caserío San Ramón Centro, Municipio de Citalá en el Departamento de Chalatenango, El Salvador”, realizado durante la tercera semana de marzo de 2014, forma parte de la caracterización integrada de la región del trifinio o trinacional (Guatemala-Honduras-El Salvador); corresponde a un estudio descriptivo de corte transversal cuyo universo estuvo conformado por un total de 71 viviendas.

La identificación de la muestra de viviendas seleccionadas durante la encuesta, estuvo basada en un muestreo aleatorio simple a partir del generador de número aleatorio StatTrek (la muestra a nivel de la encuesta incluyó a 50 viviendas). Para fines del estudio “El fenómeno de la migración rural y sus repercusiones en el consumo calórico de la población en El Salvador” se utilizó el modelo de regresión, en donde recepción de remesas fue la variable independiente y el consumo de energía alimentaria de las familias fue variable dependiente; para el presente estudio la muestra incluyó 21 familias del Caserío San Ramón Centro. Los programas utilizados para el análisis de datos fueron Epi-Info y SAS (utilizados para realizar cálculos de estimaciones y análisis estadísticos). Para efectos de recopilación de la información contando con el consentimiento del jefe de familia se capturó la información debida; los datos requeridos para el estudio consistieron en los acápites de: Aspectos sobre migración y Consumo familiar aparente de alimentos. Realizaron la recopilación de información un equipo de profesionales debidamente estandarizados para la utilización de instrumentos y mediciones aplicadas.

La evaluación de la disponibilidad energía alimentaria per cápita, a nivel de aportes de macronutrientes energéticos en la dieta se realizó con base a parámetros de distribución establecidos como a las Recomendaciones Dietéticas Diarias del INCALP (2012). Para obtener un acercamiento de análisis en el plano individual de los miembros del hogar, se realizó la relación entre el consumo promedio por macronutriente (carbohidratos y proteínas) en función de género y grupos de edad (a partir del primer año de vida); el requerimiento de energía de referencia aplicado para grupos de edad mayores a 10 años consideró como actividad física el referente mínimo (liviano).

Debido a que en la evaluación no se consideran aspectos sobre la distribución de alimentos en el hogar, al realizar la comparación entre disponibilidad por persona a y requerimiento por grupo de edad y género, se podría suscitar una sobre o sub estimación de energía disponible.

<sup>1</sup>No se realiza distinción sobre migración al extranjero o migración interna para el estudio.



### 3- RESULTADOS

Se distinguen bajo el criterio de recepción de remesas a dos grupos de población, siendo el mayoritario los casos que recibieron con un 76% (16) y los que no recibieron el 14% (5).

En términos de consumo de energía alimentaria se estimó la diferencia por persona de 313.70 Kcal extras equivalentes al 16% más de energía en la dieta de personas que recibieron remesas en relación a las que no. El consumo de energía promedio de las familias sin remesas (población de referencia) fue de 1,986 kilocalorías (Tabla 1).

**Tabla 1.** Recepción de remesas y consumo de energía diaria por persona, de integrantes de las familias del Caserío San Ramón Centro, Citalá, Chalatenango, Marzo 2014.

CLASIFICACION (Familias)	Distribución de la población % (N=21)	Consumo Kcal (Media)
Reciben remesas	76.19% (16)	2,300
No reciben Remesas*	23.81%(5)	1,986
Diferencia calórica por persona a diaria		314

\* N= Tamaño de la muestra

Fuente: Elaboración propia con datos proporcionados por estudio PRESANCA II-PRESISAN 2014

El suministro de energía de la población en estudio proviene principalmente de carbohidratos y grasas, para ambos grupos de población, sin embargo se observa una tendencia creciente a mayor consumo de grasas o lípidos cuando las personas son receptoras de remesas (Tabla 2).

**Tabla 2.** Cantidades de energía y macronutrientes consumidos (gramos diarios por persona) según recepción de remesas de las familias del Caserío San Ramón Centro, Citalá, Chalatenango, Marzo 2014

Macronutriente	Sin Remesas (g)	Con Remesas (g)	Diferencia (g)	Diferencia Porcentual
Proteína	50	59	9	18%
Carbohidratos	364	411	47	13%
Lípidos	43	54	11	26%
Totales de energía	1986	2300	314	16%

Fuente: Elaboración propia con datos proporcionados por estudio PRESANCA II-PRESISAN 2014

En general se describe un incremento superior al 10% de consumo por macronutriente en personas integrantes de familias receptoras de remesas.



#### 4- DISCUSIÓN

Para el establecimiento del requerimiento diario de nutrientes es necesario conocer la fisiología nutricional y características biológicas del individuo. Los principales factores que determinan el gasto energético en los seres humanos es la Tasa de Metabolismo Basal (TMB) y la actividad física; el primero corresponde al mantenimiento de las funciones vitales de una persona en reposo absoluto en función de su peso corporal, estatura y edad, y el segundo que implica la consideración del tipo de actividad física denominado PAL por sus siglas en inglés (physicalactivitylevel), que difiere de individuo en individuo (Menchú M., 2012).

Las deficiencias nutricionales que acompañan una dieta carente o insuficiente suelen conllevar al desequilibrio mostrándose en forma de desnutrición, la adaptabilidad desarrollada por el ser humano a condiciones desfavorables en estos casos implica la compensación al reducir la actividad física y en casos más severos el crecimiento y funciones vitales. Cuando por el contrario existe una ingesta alimentaria que sobrepasa las necesidades producidas por la Tasa de Metabolismo Basal y la actividad física se da la acumulación de grasa corporal a distintos niveles, que repercuten negativamente sobre la calidad de vida del individuo.

#### Cantidad de energía disponible

A nivel internacional el Valor Dietético Recomendado (VDR) establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) es mostrado como un umbral de referencia en cuanto a la cantidad energética recomendada fija para una población adulta promedio (mayores de 18 años) consistente en 2000 Kcal en mujeres y 2500 Kcal en hombres; en aquellos casos en los que resulta poco práctico ofrecer recomendaciones para grupos específicos el valor tomado en cuenta es 2000 Kcal. En este sentido, la relación del consumo calórico observado mediante el análisis (partiendo del consumo aparente en las 21 familias consideradas en el estudio) se refiere el cumplimiento de este estándar en un 99.3% de cobertura energética por persona a en ausencia de recepción de remesas y de 115% (15% superior a las 2000Kcal) con la presencia de recepción de remesas. Se considera que con base a esta referencia la población estudiada no posee déficits energéticos.

No obstante, los requerimientos individuales como previamente se mencionó, incluyen una serie de criterios específicos que orientan a un abordaje más acertado en relación al requerimiento energético en la dieta del individuo. Según las Recomendaciones Dietéticas Diarias (RDD), adaptadas para la población de la región de Centroamérica y Panamá por el INCAP (2012), las recomendaciones nutricionales se disponen a partir de grupos de referencia como estándar básico; los grupos incluyen la diferenciación por sexo y edad.

Debido a que en este estudio los medios de recopilación de información no infieren diferenciaciones específicas para cada individuo, la evaluación del consumo aparente de alimentos (a nivel familiar) provee una aproximación del promedio (estándar) disponible para cada miembro o integrante de la familia. Se realizó en este sentido la relación entre el consumo de energía y la distribución de macronutrientes en la dieta con base en las RDD, comparando el promedio por persona identificado, con las recomendaciones específicas para género y grupo de edad.

Los grupos de población comprometidos acorde al consumo por persona de energía.

Hombres (figura 1):

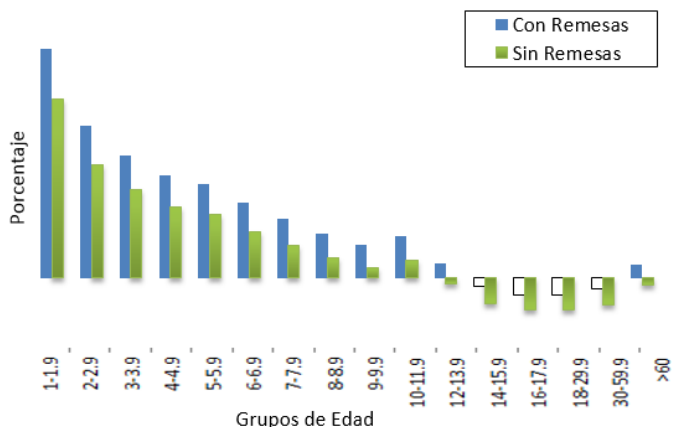
- Pertenecientes a familias receptoras de remesas comprendidos entre las edades entre 14 años, hasta los 59 años, poseen promedios que denotan déficits energéticos entre 6% (163 Kcal) a 12% (322 Kcal)
- Pertenecientes a familias no receptoras de remesas, la deficiencia energética se denota en los grupos de edad comprendidos entre los 12 a los 59 años, el déficit entre observado es de -4% (89 Kcal) a -24 % (639 Kcal)

El déficit energético se observa acentuado en personas provenientes de familias que no reciben remesas (déficit máximo



observado es de -693 Kcal, 24%); en cambio cuando se atiende el mismo análisis para el grupo de población que recibe remesas la situación se reduce a la mitad (12%, 322 Kcal) y se visualiza el mismo comportamiento en la población masculina no afectada. Para ambos grupos de población se presentan deficiencias considerables entre las edades de 14 hasta 59 años.

**Figura 1.** Excedentes y déficits energéticos, por de edad en hombres, según recepción de remesas, pertenecientes a familias del Caserío San Ramón Centro, Citalá, Chalatenango, Marzo 2014.



Fuente: Elaboración propia con datos proporcionados por estudio PRESANCA II-PRESISAN 2014

Se estima que para la población comprendida entre 1 a 10 años no existen limitaciones por disponibilidad de alimentos en lo que a energía se refiere, sin embargo si la distribución de alimentos en el hogar se realizase de forma equitativa para todos sus miembros, existiría un alto riesgo de sobrealimentación y por ende riesgo de padecer sobrepeso y enfermedades crónicas degenerativas<sup>2</sup>. En este sentido, al relacionar el análisis previo con resultados inferidos por informes preliminares de caracterización SAN para la región estudiada (PRESANCA II, 2014) se logra evidenciar que la distribución de alimentos dentro de hogar no es equitativa, y por ende se podría descartar o reconsiderar la triangulación de información al respecto de sobrealimentación.

Un hallazgo importante que podría vincularse al estado nutricional como efecto de la cantidad y calidad de la dieta fue el estado nutricional de las madres y el de sus hijos o hijas (<5 años), puesto que se evidencia sobrepeso y obesidad en madres con sus hijos con retardo de crecimiento, dicho en otras palabras se presentó la doble carga de malnutrición en el hogar. Además cabe mencionar que algunos aspectos que condicionan los niveles de malnutrición en madres o tutores en las poblaciones rurales son, analfabetismo, niveles de instrucción, y bajos ingresos entre otros (Castellanos, 2014).

Mujeres (Figura 2):

Se denota como déficit el 4% (62 Kcal) para grupos de edad entre los 18 a los 59 años, esta condición se presenta para mujeres que no gozan de la recepción de remesas.

Se muestra un excedente en referencia a la RDD para todas las edades de mujeres receptoras de remesas que va desde el 170% (Niñas de 1 año, 1445 Kcal) hasta un excedente mínimo de 12% (18-59.9 años, 250 Kcal); el excedente se reduce cuando se trata de mujeres pertenecientes a familias no receptoras de remesas, siendo 134% (Niñas de 1 año, 1136 Kcal) a 1.85% (16-19 años, 64 Kcal)

Con la disposición de remesas se observa la ausencia de déficits energéticos para la mayoría de grupos de edad en la población femenina a excepción de los 18-59 años (no receptor de remesas); el excedente de energía aportado por la dieta se duplica cuando las mujeres pertenecen a familias receptoras de remesas.

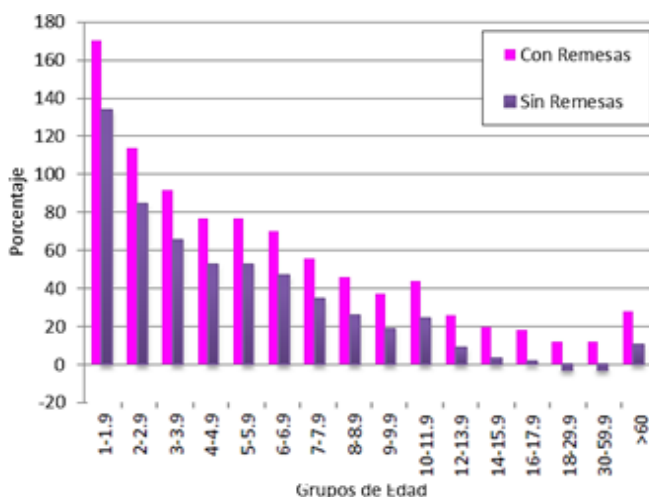
<sup>2</sup>La sobrealimentación o el consumo excesivo de determinados alimentos o componentes de los alimentos genera riesgos para la salud que son la causa de una carga de morbilidad substancial, que incluye enfermedades crónicas como cardiopatías, accidentes cerebrovasculares, diabetes y cáncer(OMS, 2006)



Cabe resaltar que en los grupos de edad que incluyen de los 15 a los 49 años se identifican las mujeres en edad reproductiva, las cuales como potenciales madres en su momento asumirían un incremento de entre 360 a 600 Kcal acorde al trimestre del embarazo, ello equivale a un aproximado del 16 al 26% de la disposición de energía para mujeres que reciben remesas y entre un 18 a 30% para mujeres que no reciben remesas. Es necesario enfatizar que pese a la disposición de un excedente de energía, las implicaciones nutricionales relacionadas con la presencia de embarazos para este grupo de población potencializan el desarrollen complicaciones antes, durante y después del embarazo, pero también con repercusiones en sus niños y otros miembros de la familia.

El campo de la nutrición materna focaliza la atención a las mujeres como madres. A menudo se concentra en su estado nutricional principalmente pues éste se relaciona con el bienestar de los niños que engendra y su capacidad de amamantarlos, nutrirlos y cuidarlos. La salud y el bienestar de la madre como tal han sido relativamente descuidados. Tal es así que, el campo de la salud materno infantil enfatiza al niño y a la prestación de servicios y atención de la mujer a fin de que pueda tener embarazos y lactancias exitosos, también en interés del niño, sin preocuparse demasiado por la madre. La función dual de las mujeres como madres y trabajadoras productivas se ve afectada por las dietas deficientes y la mala salud, y no sólo su propio bienestar sino el de toda la familia. La carga excesiva de trabajo puede llevar a la mujer con bajo consumo de alimentos al borde de la malnutrición (FAO, 2002).

**Figura 2.** Excedentes y déficits energéticos, por edad en mujeres, según recepción de remesas, pertenecientes a familias del Caserío San Ramón Centro, Citalá, Chalatenango, Marzo 2014.



Fuente: Elaboración propia con datos proporcionados por estudio PRESANCA II-PRESISAN 2014

#### Cantidad de energía disponible a partir de proteínas disponibles en la dieta

Los RDD de proteínas se presentan para individuos sanos con dos tipos de dieta, una con alimentos que contienen una cantidad de proteína óptima (alto valor biológico) y otra con una calidad proteínica de 75%, las cifras son referenciadas en gramos por grupos de edad.

Para efecto de la relación basado en las RDD se toma como referencia las necesidades de proteína provistas por una dieta de menor calidad para todas las edades -dieta mixta (Menchú M., 2012)

Los resultados observados al realizar la relación del patrón de referencia y la cantidad promedio por persona a disponible de proteínas para la población estudiada indican que:

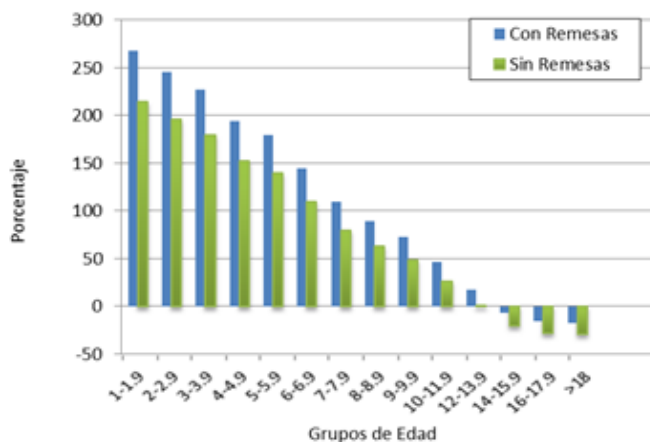
Hombres (Figura 3):

La disponibilidad de proteína se observa deficiente para hombres cuando superan los 14 años de edad. Se diferencia el grado de deficiencia a partir de la recepción de remesas, en donde los que si reciben poseen de déficit de disponibilidad que va

desde -7% hasta el -17% (17 y 49 Kcal provenientes de proteínas respectivamente), en cambio cuando no existe recepción de remesas el déficit se acentúa alcanzando del 20 al 29% (71 y 82 Kcal provenientes de proteínas respectivamente). En este sentido, tanto adultos como niños pueden tolerar ingestiones bajas de proteínas según la calidad y de la cantidad de energía digerida; cuando la ingestión de proteínas es baja, disminuye drásticamente la eliminación de nitrógeno en la orina dando lugar a un proceso adaptativo. Sin embargo después de llegar a nivel más bajo o crítico se presenta deficiencia de proteínas con edema, y desgaste en tejidos corporales, debilidad y pérdida de vigor (Mahan, Escott-Stump, & Raymond, 2002)

Se estima además, no existen limitaciones por disponibilidad de alimentos en lo que a energía proveniente de proteína se refiere para la población comprendida entre 1 a 10 años, sin embargo si la distribución de alimentos en el hogar se realizase de forma equitativa para todos sus miembros, existiría un alto riesgo de sobrealimentación y complicaciones derivadas. No obstante esta interpretación amerita atender aspectos sobre distribución de macronutrientes (Id. Ibid.)

Figura 3. Excedentes y déficits proteicos, por rango de edad en hombres, según recepción de remesa, pertenecientes a familias del Caserío San Ramón Centro, Citalá, Chalatenango, Marzo 2014



Fuente: Elaboración propia con datos proporcionados por estudio PRESANCA II-PRESISAN 2014

Mujeres (Figura 4):

Al igual que en las proteínas para el caso de los hombres las edades que presentan deficiencias acorde a la disponibilidad promedio en la dieta se da a partir de los 14 años en adelante; las deficiencias rondan desde 1% hasta el 17% (2 y 42 Kcal respectivamente), en esta ocasión solamente para las mujeres provenientes de familias no receptoras de remesas.

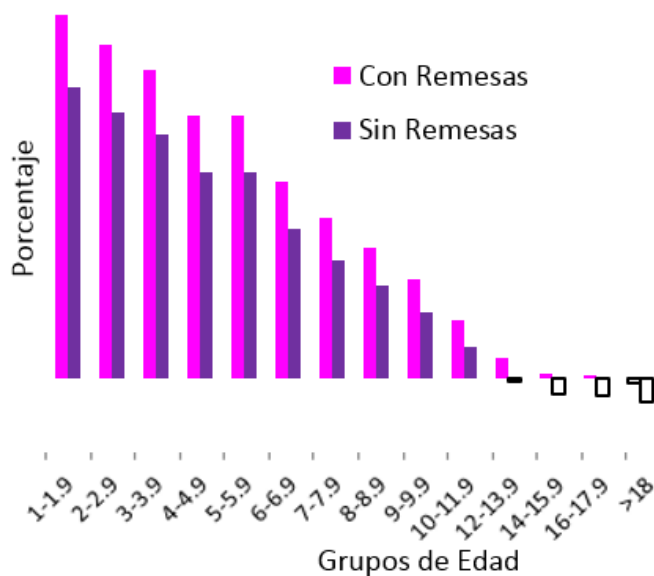
Para la población comprendida entre 1 a 13.9 años no existen limitaciones por disponibilidad de alimentos en lo que a energía proveniente de proteína se refiere. Sin embargo, si la distribución de alimentos en el hogar, se realizase de forma equitativa para todos sus miembros, permitiría traducir el resultado en alto riesgo de sobrealimentación. El excedente se estima entre el 170% y 24% para quienes reciben remesas y entre 133% y 7% para los que no reciben remesas.

<sup>3</sup>Digestibilidad=82.5% y calidad aminoacídica =90%

<sup>4</sup>Las dietas hiperprotéicas pueden tener consecuencias metabólicas en diversos sistemas, incluyendo el metabolismo hidroelectrolítico y ácido base, en el metabolismo óseo, en la función renal y en la función endocrina. De particular significación son las alteraciones en la edad pediátrica y el riesgo aumentado de urolitiasis, osteoporosis y obesidad en etapas posteriores de la vida (Luzardo, 2009)



**Figura 4.** Excedentes y déficits proteicos, por de edad en mujeres, según recepción de remesa, pertenecientes a familias del Caserío San Ramón Centro, Citalá, Chalatenango, Marzo 2014



Proveer entre un 20 a 30% para individuos a partir de los dos años de edad. De 6 meses a 2 años, el aporte energético propuesto es de 30-35%. (Menchú M. Torún, 2012). Fuente: Elaboración propia con datos proporcionados por estudio PRES-ANCA II-PRESISAN 2014

Las metas nutricionales de macronutrientes (Tabla 3)

En términos de la relación proporcional de macronutrientes según las RDD (INCAP 2012) para individuos sanos de una población se sugiere; una relación Proteína Energía (P/E) de 8% a 10% siempre y cuando la cantidad ingerida de alimentos satisfagan las necesidades energéticas, sin embargo cuando la población de referencia como es el caso de la población Centroamericana consume poco contenido de proteína de origen animal en la dieta se considera apropiada la relación P/E de 12% en general y en ancianos hasta 12-14%.

Las recomendaciones dietéticas diarias para carbohidratos, más que la adición de un coeficiente de variación, como en el caso P/E, se basan en el nivel de ingesta requerida para cubrir las necesidades de energía y mantener un Intervalo Aceptable de Macronutrientes (IADM). Grupos de expertos de FAO/OMS sugieren que el aporte por carbohidratos en la dieta debe aportar entre el 55-75% del total de energía. En la edición de RDD por el INCAP se recomienda posterior a la infancia un aporte de energía proveniente de los carbohidratos de entre el 55-70%.

El contenido de lípidos o grasas en la dieta debe ser suficiente para hacerla agradable al paladar, aportar ácidos grasos esenciales y ser vehículo de nutrientes liposolubles, contribuyendo a la vez con la densidad energética que satisfaga las necesidades energéticas en todos los individuos sanos de una población. Grupos de expertos de FAO/OMS sugieren que el aporte por grasa en la dieta debe aportar entre el 15-30% del total de energía. Las metas nutricionales del consumo de energía en forma de grasas deben

<sup>5</sup>Es altamente recomendable que la dieta contenga por lo menos 10 a 20% de proteínas de origen animal que, además de mejorar el aporte de aminoácidos esenciales, aumenta la absorción y biodisponibilidad de diversos minerales en la dieta.



Grupo de edad >2 años:

Se describe una distribución inadecuada de macronutrientes. El desbalance es provocado por el déficit proteico (-2% Proteína/Energía) para ambos grupos de población<sup>7</sup> (con recepción de remesas y sin recepción de remesas).

La diferencia del 2% suscitado como déficit de energía provista en forma de proteína, en términos energéticos equivale a 46 Kcal para individuos que reciben remesas y 40 kcal para individuos que no reciben remesas y en términos de gramos de proteína equivalen a 11.5 y 10 g respectivamente (Tabla 3).

**Tabla 3.** Distribución de macronutrientes en la dieta de integrantes de familias del Caserío San Ramón Centro, Citalá, Chaltenango, Marzo 2014.

Macronutriente	Porcentajes recomendados (RDD)	Porcentaje disponible en la dieta	
		Con recepción de remesas	Sin recepción de remesas
Proteínas	121	10	10
Hidratos de Carbono	55-70	72	73
Grasas	30-352	20	21
	20-303		

\* Basado en RDD por el INCAP (2012) Fuente: Elaboración propia con datos proporcionados por estudio PRESANCA II-PRESISAN 2014

Grupo de edad < 2 años:

La distribución de macronutrientes, para el caso de menores de dos años de edad, presenta un desequilibrio ocasionado el déficit energético provisto por lípidos, los cuales rondan según el patrón el 20 y 21% (familias con y sin remesas respectivamente) denotando un déficit de entre un 10 y 15% con referencia a la RDD (Ver Cuadro 3). La grasa en la dieta infantil es fundamental para asegurar un buen aporte de energía en un volumen restringido, ya que proporciona en promedio 9 kcal por gramo en contraste con los carbohidratos que portan 4 kcal por gramo; durante los primeros dos años de vida, la grasa debe ser vista también en su función estructural, pues provee los ácidos grasos y el colesterol necesario para formar membranas celulares en todos los órganos.

Se presenta un déficit de 2% de proteína acorde a la distribución de macronutrientes en la dieta, sin embargo el análisis aislado en este sentido podría tornarse controversial tomando en cuenta que acorde a la evaluación realizada a nivel de cada macronutriente los RDD de proteína son cubiertos y superados. No obstante se considera adecuado en base a la evidencia atender aspectos relacionados a la calidad de la proteína disponible en la dieta en especial para este grupo de edad.

Se identifica que no existen diferencias aparentes significativas de la contribución de energías provistas por macronutrientes en ambos grupos de la población estudiada.

<sup>6</sup>Se recomienda el parámetro de 8 a 10% de proteína como macronutriente en la dieta, siempre y cuando la cantidad de energía suministrada satisfaga las necesidades energéticas de la población; sin embargo cuando la población de referencia consume poca proteína de origen animal se considera apropiada la relación de 12%, y en ancianos de 12 a 14.

<sup>7</sup>El aporte energético propuesto para las edades comprendidas entre los 6 meses a 2 años (apud. Menchú M. Torún, 2012)

<sup>8</sup>Meta Nutricional sugerida para todos los grupos de edad de la población, excepto para niños menores de 2 años (Menchú M. Torún, 2012)



## 5- CONCLUSIONES

El consumo energético de la población de referencia se ve afectado de manera positiva con la recepción de remesas, mostrando un consumo mayor del 16% (313 Kcal).

No existen variantes significativas en la distribución de macronutrientes cuando las familias reciben remesas o no. La distribución de macronutrientes basado en la disponibilidad de alimentos en el hogar no se apega a estándares recomendados; el desbalance es provocado por el déficit proteico (-2% Proteína/Energía) para todos los grupos de edades. La distribución de la dieta acorde a las RDD para menores de 2 años supone además del déficit proteico, déficit de lípidos (10-15%).

Las poblaciones más vulnerables identificadas en relación al cumplimiento de las metas nutricionales (RDD) suponen ser niños y niñas de entre 1 a 1.9 años, hombres en edad económicamente activa y mujeres en edad reproductiva, ello impacta directamente en la activación del ciclo vicioso de la malnutrición y por ende conlleva a condiciones de pobreza constante.

Los requerimientos nutricionales a mayor detalle (para grupos de población específicos, -incluyendo infantes- y la inclusión de análisis de consumo de micronutrientes) no deben ser subestimados cuando se realiza el análisis de cobertura de las necesidades energéticas de la población.

En términos de políticas públicas para la SAN; considerando que “el hambre y la malnutrición en la región no están vinculados principalmente a la escasez de alimentos, sino a un problema de acceso económico a los mismos, lo cual está directamente vinculado a la pobreza (SELA, 2010) y a la capacidad para generar empleos y salarios dignos para toda la población. Los inadecuados hábitos, prácticas y creencias alimentarios son otra causa importante de malnutrición” (Gobierno de El Salvador, CONASAN, 2011).

La planificación para el desarrollo incluyente, acorde a planteamientos estratégicos documentados en la Política SAN de país; que es respaldada por una serie de políticas y programas sectoriales (agrícola, salud, educación, comercio y finanzas), debería además de un abordaje orientado hacia soluciones estructurales, impregnarse de perspectiva social en donde se consideren aspectos históricos y antropológicos de los cuales nacen problemáticas como la migración; ello en virtud de lograr una estabilidad y apropiación de las soluciones brindadas. En este sentido es complementario y esencial el monitoreo y evaluación constante, que documentado y fundamentado permita la toma de decisiones oportunas que sean desarrolladas con carácter participativo y bidireccional permitiendo alternar las propuestas locales con las estrategias sectoriales.



## 6- BIBLIOGRAFÍA

- Ardón-Castellanos, M. A. (2014). Relación del estado nutricional de madres con el estado nutricional de niños y niñas menores de cinco años de las comunidades rurales Sitios Centinela de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SICESAN) de municipios fronterizos de El Salvador, Guatemala y Honduras, 2014. PRESANCA II – PRESISAN. San Salvador, El Salvador.
- Armiño, J. R. (2000). Malnutrición y métodos de evaluación nutricional. Barcelona: Ed. Icaria.
- Centro de Estudios Monetarios Latinoamericanos. (2009). Remesas Internacionales en El Salvador.
- Corona, M. Á. (2013). Las remesas y el bienestar en las familias de migrantes. México: Perfiles Latinoamericanos.
- FAO. (1994). EdibleFats and Oils. Roma: FAO.
- FAO. (2002). Nutrición Humana en el mundo en Desarrollo. Roma.
- Funes, O. F. (2003). Las migraciones internacionales y sus efectos económicos en El Salvador. San Salvador: California Center for Population Research.
- Gobierno de El Salvador, CONASAN. (2011). Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional. San Salvador.
- Luzardo, M. L. (2009). Las dietas hiperproteicas y sus consecuencias metabólicas. Venezuela: Fundación Bengoa.
- Mahan, L. K., Escott-Stump, S., & Raymond, J. L. (2002). Nutrición y dietoterapia de Krause. México: McGraw-Hill.
- Mancomunidad Trinacional Transfronteriza Rio Lempa. (2013). Política Pública Local Transfronteriza para la Seguridad Alimentaria y Nutricional "Hambre Cero". Honduras.
- Menchú M. Torún, B. E. (2012). Recomendaciones Dietéticas Diarias. Guatemala: INCAP.
- Menchú M., T. B. (2012). Recomendaciones Dietéticas Diarias del INCAP, segunda edición. Guatemala.
- INCAP. OMS. (2006). WHO Child Growth Standards: Methods and development. Geneva.
- PNUD. (2006). Las migraciones y el nuevo nosotros. San Salvador: PNUD.
- PRESANCAII -PRESISAN. (2014). Caracterización de las Condiciones de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la población del Caserío San Ramón Centro, Municipio de Citalá en el Departamento de Chalatenango, El Salvador, 2014. Guatemala.