

# **MERCADO LABORAL Y HÁBITOS ALIMENTICIOS EN FAMILIAS INDÍGENAS MIGRANTES EN ACAPULCO**

*Gabriela Barroso*<sup>1</sup>  
*Ma. Eugenia Cortés*<sup>2</sup>  
*Ramiro Morales*<sup>3</sup>

## **Introducción**

La población indígena de la Montaña de Guerrero que ha llegado a Acapulco se ha asentado de manera preferente en sus zonas rurales y sus partes altas, como es el caso de las colonias La Chinameca y Unidos por Guerrero, cuya población son los sujetos de estudio de esta investigación.

Las poblaciones indígenas de la Montaña de Guerrero, están emigrando frecuentemente debido a la marginación, a la pobreza extrema en que viven, ya que sus índices de pobreza son más altos que el promedio del estado e inclusive ocupan primeros lugares al nivel nacional.

Los indígenas migrantes que se dirigen a Acapulco, se establecen en colonias que conforman los cinturones de miseria de la ciudad. Se emplean en el sector de servicios informales, de la construcción y las mujeres en el servicio doméstico; otros laboran como obreros en las fábricas y algunos en el comercio. Por tanto el mercado laboral en Acapulco inserta a los y las indígenas en los sectores más desfavorecidos.

Tener ingresos bajos e inseguros es una limitante para cubrir una de las necesidades primas, que es la alimentación. Al mismo tiempo, existe falta de información nutricional acerca de los alimentos. Ambos factores llevan al organismo humano a desarrollar problemas de salud, ocasiona desnutrición.

La mala alimentación por falta de información nutricional de las madres indígenas en las colonias estudiadas, conduce a las familias a condiciones prácticamente de desnutrición por

---

<sup>1</sup> Doctora en demografía social, profesora e investigadora en la Unidad de Ciencias Desarrollo Regional (UCDR) de la Universidad Autónoma de Guerrero (UAGro), Acapulco. Tél 4 87 66 94 gabarroso@hotmail.com

<sup>2</sup> Maestra en desarrollo regional por la UAGro. Tesis: hábitos alimenticios en familias indígenas de Acapulco. Tél 4 87 66 94 maru\_cote@yahoo.com.mx

<sup>3</sup> Doctor en desarrollo regional, profesor e investigador en la UCDR de la UAGro, Acapulco, Tél 4 87 66 94 mohera18@hotmail.com

la ingesta de alimentación chatarra, influyendo en el empeoramiento de la salud y de la situación económica de las familias.

Podemos considerar entonces a la desnutrición como resultado final y consecuencia del desarrollo desarmónico y desigual de las regiones, en donde niños y niñas sufren el mayor impacto, por depender de terceros para su cuidado y crecimiento. Por esto, la desnutrición infantil no es sólo un problema de falta de alimentos, es un conflicto social más profundo, que debe ser tenido en cuenta a la hora de brindar soluciones a escala regional.

En los países en desarrollo, la mayor prevalencia de desnutrición se presenta en las familias indígenas del medio rural. Al interior de la familia localizamos grupos en los que la desnutrición se presenta con mayor frecuencia y en quienes las consecuencias son más graves; esos grupos vulnerables están representados básicamente por la población infantil indígena.

### Objetivos

Deducir la relación entre mercado laboral y alimentación en los hogares indígenas de las colonias indígenas “Chinameca” y “Unidos por Guerrero” de Acapulco.

Analizar hasta qué punto los hábitos alimenticios de las familias indígenas estudiadas se corresponden al modelo de desarrollo de la región respectiva.

### Métodos

Es un estudio exploratorio y comparativo, de dos casos (dos colonias). Del orden cualitativo y de intervención. Para conocer los hábitos alimenticios de los hogares indígenas de las colonias La Chinameca y Unidos por Guerrero. Para ello realizamos *entrevistas* en las escuelas bilingües español/mixteca “Emperador Cuauhtemoc, de la colonia La Chinameca, y la escuela bilingüe español/mixteca “Vee savi”.

Se visitaron los hogares de los niños en donde entrevistamos a las madres de familia, con el apoyo de los profesores de las escuelas bilingües y observamos el tipo de alimentos que consumen en sus casas.

Después de analizar los resultados obtenidos, se impartieron varios *talleres* sobre alimentación sana. En el análisis de los resultados incluimos temas y subtemas sobre el tipo de alimentación que prevalece entre los indígenas de las colonias Chinameca y Unidos por Guerrero, sobre la inserción de los y las indígenas en el mercado laboral de Acapulco y cómo esto se relaciona con el desarrollo de la región.

### Pobreza y desarrollo

La población indígena de la Montaña de Guerrero que ha llegado a Acapulco se ha asentado de manera preferente en sus zonas rurales y sus partes altas. El censo del año 2000 informa que existen al menos 17 colonias con población indígena en Acapulco. La Chinameca está aproximadamente 600 metros de la Diana del centro de Acapulco y la colonia Unidos por Guerrero se ubica en la zona sub urbana Acapulco. En la parte alta de la Chinameca se ubica población eminentemente indígena.

Actualmente la población indígena de Acapulco cuenta hasta con terceras generaciones; además existen indígenas que emigran hacia Estados Unidos. Las poblaciones indígenas de la Montaña de Guerrero, están emigrando frecuentemente debido a la marginación, a la pobreza extrema en que viven. Los índices de marginación son los más altos del Estado de Guerrero e inclusive ocupan primeros lugares a escala nacional. (CONAPO, 2000).

Los indígenas migrantes que se dirigen a Acapulco, se establecen en colonias que se visualizan como poblaciones semiurbanas, debido a la escasez de servicios. Se autoemplean en el sector de servicios informales (venta ambulante en las calles y playas), de la construcción y las mujeres en el servicio doméstico; otros laboran como obreros en las fábricas y algunos en el comercio. Algunas mujeres son sexoservidoras.

La pobreza extrema es una limitante para cubrir una de las primeras necesidades: la alimentación. Al mismo tiempo, existe falta de información nutricional para las poblaciones indígenas, acerca de los alimentos. Ambos factores llevan al organismo humano a desarrollar problemas de salud, lo que ocasiona desnutrición, que generalmente produce a su vez bajas calificaciones en los estudiantes y bajo rendimiento laboral.

La mala alimentación por falta de información nutricional de las madres indígenas en las colonias estudiadas, conduce a las familias a condiciones prácticamente de desnutrición por la ingesta de alimentación *chatarra*, influyendo en el empeoramiento de la salud en sus familias.

En los sectores poblacionales en los que la desnutrición se presenta con mayor frecuencia y en quienes las consecuencias son más graves; esos grupos vulnerables están representados básicamente por la población infantil indígena.

La desnutrición en las poblaciones indígenas de México, debe considerarse como un problema estructural. En donde niños y niñas sufren el mayor impacto, porque dependen de terceros para su cuidado y crecimiento. Además porque la alimentación en los primeros años de vida es fundamental para el desarrollo por el resto de la vida. Por esto, la desnutrición infantil no es sólo un problema de falta de alimentos, es un conflicto social más profundo, que debe ser tenido en cuenta a la hora de brindar soluciones.

Dos factores contribuyen a la desnutrición en los grupos sociales estudiados. Por un lado la ocupación informal (venta ambulante, servicio doméstico) ó formal pero de bajos ingresos (albañilería) en que se emplean en Acapulco la mayoría de los indígenas. Por otro lado la falta de información nutricional que padecede tal sector social, lo cual tiene que ver con e poco acceso a la información valiosa relacionada con la nutrición (tienen gran acceso a la televisión, que recomienda e induce a la ingesta de alimentos de bajo valor nutritivo).

Debido a la influencia de la comercialización, consumen alimentos de poco o nulo contenido nutricional como son los refrescos, frituras, sopas instantáneas preparadas etc., y por el desconocimiento sobre el contenido nutricional de los alimentos, éstos los llevan a desarrollar enfermedades frecuentes y al mismo tiempo a una desnutrición en su núcleo familiar.

En las colonias estudiadas la pobreza se vive cotidianamente. Pero también la pobreza en la información que manejan. Al existir en ambas colonias una pobreza extrema, disminuye la posibilidad de adquirir alimentos de calidad nutricional.

Conceptos versus realidad.-

Perroux (1955), plantea la teoría de los polos de desarrollo o crecimiento: y la define como un generador de actividad con alta capacidad de multiplicación. Sostiene que los modelos de crecimiento no aparecen al mismo tiempo, si no que se manifiestan en ciertos puntos o polos de crecimiento con diferente intensidad. Lo que sucedió en Acapulco en los años setentas del siglo XX: tuvo su mayor crecimiento demográfico por ser un polo de desarrollo que aglutinaba población proveniente de diversos orígenes. La población indígena llegó a Acapulco sumada a esta ola de población migrante. Sin embargo, las colonias indígenas se asentaron en lugares poco propicios para un desarrollo integral. Además no están contemplados dentro de los planes de desarrollo como culturas diferentes, tal especificidad étnica no es considerada para su desarrollo.

Bassols, (1967) considera a *la región como una dimensión esencial del análisis territorial. El autor plantea que se le ha dado poca atención a las dimensiones sociales, culturales y étnicas de la región.* Al igual que Yamasaky (2000) plantea que la visión de la región debe ser polifacética; lo cual se constata en la presente investigación en tanto los grupos estudiados tienen rasgos culturales propios que los diferencian de los mestizos y les dan especificidad étnico-cultural.

Así, la alimentación tiene diversas aristas, entre las cuales es importante considerar la cultural. Es decir que, no tan sólo lo económico determina, aunque sea de gran peso. Si los planes mexicanos de gobierno (en sus tres niveles) tomaran en cuenta los rasgos culturales, las poblaciones indígenas tendrían seguramente mayores oportunidades para combatir aspectos como la desnutrición.

Para Christaller(1993), la función de la ciudad consiste en abastecer de bienes y servicios a un área rural más o menos amplia. Se trata de bienes y servicios de carácter urbano, que sólo se ofertan en las ciudades. Tal teoría sobre desarrollo regional, se reflexiona en la presente investigación debido a que la población indígena emigra de la Montaña de Guerrero, hacia diferentes lugares de desarrollo como es el caso de Acapulco, con la idea de cubrir sus necesidades básicas que, teóricamente la ciudad cubriría. Sin embargo. Los indígenas son en Acapulco, el sector social más desprotegido y marginado. La deficiente alimentación podría ser una prueba de ello.

La Montaña no ofrece actualmente alternativas de empleo seguro ni de ingresos fijos y suficientes a sus habitantes. De acuerdo con los datos registrados en el último conteo 2005, cuenta además con muy alto índice de marginalidad (CONAPO 2005). Esta población indígena emigra y llega a habitar las áreas urbanas y suburbanas de Acapulco que funciona como un lugar central o polo de desarrollo, para las comunidades indígenas en el cual esperan encontrar, trabajo, educación, y acceso a los servicios de salud para sus núcleos familiares. En donde se manifiesta una marginación menos marcada que en su comunidad de origen.

Recurriendo a la teoría de Christaller, la función de la ciudad de Acapulco es abastecer de bienes y servicios de carácter urbano a las zonas que forman parte estas dos colonias indígenas (Chinameca y Unidos por Guerrero). Sin embargo la falta de ingresos y de recursos productivos en estas dos colonias, es insuficiente para garantizar medios de vida sostenibles, lo cual tiene diversas manifestaciones: pobreza, mala alimentación, mala salud, acceso limitado o carencia a los servicios básicos.

#### La alimentación como concepto

A través de los años los hábitos alimentarios de la población mexicana se han modificado de manera trascendental. La cultura alimentaria nacional, con un amplio panorama de expresiones regionales y locales, asumió tendencias de cambio orientadas a homogeneizar los patrones de consumo mediante la incorporación paulatina de nuevos componentes en la alimentación cotidiana. Esta tendencia de cambio se ha dado por igual en medios rural y urbano aunque ha sido más marcada en el área urbana.

La dieta mexicana es por lo general equilibrada y valiosa -siempre y cuando se de en condiciones de suficiencia y diversidad. Una alimentación es más recomendable cuando es rica en cereales y leguminosas y la adición de pequeñas porciones de alimentos de origen animal y abundantes frutas y verduras.

Aquí nos referiremos a hábitos alimenticios como *a la forma en la cual comemos y nos alimentamos diariamente* (González, 2005) y haremos hincapié en lo que concierne a la alimentación de las poblaciones indígenas estudiadas. Los hábitos alimenticios tienen una relación directa con la nutrición: es el conjunto de procesos merced a los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza elementos químicos contenidos en los alimentos. Estas

sustancias constituyen los materiales necesarios y esenciales para el mantenimiento de la vida. (Pereira, 1999).

Para que una alimentación sea correcta y cubra nuestras necesidades básicas diarias tiene que ser:

- Variada: Representada por los cinco grupos alimentarios.
- Suficiente: Tiene que estar en concordancia con la etapa de la vida en la que nos encontramos, con la actividad que realicemos y con el trabajo de cada uno de nosotros. Bien distribuida: Intercalada a lo largo del día. No menos de cuatro comidas diarias.
- Higiénica: Con el fin de evitar posibles intoxicaciones y enfermedades.

De lo contrario estamos hablando de una alimentación deficiente que traería como resultado problemas en el organismo. Y que finalmente es lo que se observó como resultado en la investigación presente: una alimentación deficiente en las poblaciones indígenas. Según se expone a continuación.

## Resultados

Cuadro 1. Talla y peso en infantes de la colonia. La Chinameca Acapulco Guerrero

Edad	Normal T / P	Algún grado desnutrición
6 años	1	3
7 años	4	5
8 años	0	2
9 años	0	1
total	5	11

Elaborado por Ma. Eugenia Cortés, encuesta propia 2005

De acuerdo a los primeros resultados del diagnóstico realizado (ver cuadro 1) 16 niños medidos y pesados en los grados 1º y 2º de primaria de la escuela bilingüe Emperador Cuauhtémoc se encontró que 11 presentaban algún grado de desnutrición, en tanto sólo 5 tenían una talla y un peso dentro del rango llamado normal, según las tablas de nutrición de la Organización panamericana de la salud (OPS).

Cuadro 2. Talla y peso en infantes de la colonia. Unidos por Guerrero Acapulco Guerrero

Edad	Normal T/P	Algún grado desnutrición
6 años	4	3
7 años	2	4
8 años	0	4
9 años	0	2
total	6	13

Elaborado por Ma. Eugenia Cortés, encuesta propia 2005

En la colonia Unidos por Guerrero (cuadro 2) se encontró un resultado similar –a pesar de ser una colonia étnicamente más diversificada, en tanto viven amuzgos, tlapanecos, mestizos y mixtecos. Los niños diagnosticados reflejaron deficiencias en talla y peso, de acuerdo a las tablas señaladas en el párrafo anterior.

Por otro lado, habría que poner un poco en duda tales tablas de la OPS porque si el indicador es la población mestiza, es obvio que hay diferencias genéticas fuertes entre los mestizos y los indígenas. Aún así es de entenderse que existe la desnutrición en el ambiente infantil indígena, debido a las condiciones de su desarrollo.

¿Porqué presentan tales indicadores los niños y niñas indígenas? ¿Cuál es la alimentación recibida en sus hogares, en la escuela y fuera de estos dos ambientes? Se preguntó a las madres de familia, bajo la técnica llamada grupo focal.

En la colonia Unidos por Guerrero para la aplicación de la técnica de grupo focal contamos con la asistencia de doce madres de familia, En la colonia Chinameca contamos con la asistencia de la profesora del grupo, los dos asesores de la investigación y con la asistencia de 10 madres de familia. En ambos casos eran madres de alumnos de 1º y 2º grado de primaria de la escuela bilingüe (español/mixteco) respectiva.

Las madres de familia mencionaron que:

- *los niños toman leche, pan o bolillo, cereal o mínimo café ó té antes de ir a la escuela.*
- *A la hora de la comida los niños ingieren la sopa que puede ser de arroz, un caldo de pollo y frijoles, sopa de pasta, huevo, verduras o simplemente arroz con frijoles.*

- *La cena es opcional ya que ésta puede ser leche con pan, café ó té*

Sin embargo la técnica grupal suele distorsionar algunas verdades, porque los ó las sujetas de estudio se inhiben ante el hecho de ser escuchadas por las demás. Entonces fuimos directamente a las casas de las madres para observar de cerca la realidad. Nos ayudó a recabar por tanto mayor información en las dos colonias Unidos por Guerrero y Chinameca. Misma que serviría después para comparar informaciones vertidas y observadas.

- Las madres de familia en sus hogares preparan una sola comida poco nutritiva antes de irse a trabajar, para que sus hijos la consuman al regreso de la escuela sin saber si realmente se alimentan.
- Que en realidad consumen poca agua y en su lugar bebedas embotelladas, las cuales en lugar de nutrirlos les afecta tanto en su salud como en su economía.
- En las escuelas consumen alimentos deficientes en contenido nutricional.

Por tanto, distaba en verdad lo vertido en el grupo respecto a la calidad de la información y lo observado en los hogares.

Por medio de entrevistas, tanto a las madres en sus domicilios, a los niños y a los maestros (informantes clave) en las escuelas, complementamos la información.

Los siguientes testimonios de madres de familia nos ayudaron a conocer más la realidad respecto a la alimentación de sus hijos.

“Aquí no siembran y no pueden tener animales”. Se refieren a animales de traspatio que complementan la dieta, rica sobre todo en proteínas.

“Cocinamos comidas de nuestro pueblo pero ya no seguido”. Para ello deben tener tiempo y los utensilios, más los ingredientes propios de la región de origen.

“Enseñamos a nuestros hijos algunas costumbres y alimentos de donde somos” (región de origen). Aquí vemos ciertos rasgos culturales propios de la etnia estudiada.

“En mi pueblo nosotras las mujeres trabajamos en el campo o hacemos artesanías”. Aparte

se dedican al hogar. Prácticamente las tareas del hogar le corresponden a la mujer, además de las tareas extrahogar.

“Nos preocupamos aun mas para que nuestros hijos vivan mejor, que nosotros en mí pueblo”. “Aquí, en Acapulco trabajamos en diferentes lugares de trabajo, pero no nos alcanza”. Las mujeres indígenas sales desde temprano a vender artesanía, hacer trencitas a turistas, dar masajes, en las playas de Acapulco. Reresan tarde, cansadan, deshidratadas, asoleadas y todavía tienen que hacerse cargo de los hijos. Eso las desgasta mucho, viven para trabajar.

Cuando se entrvistó a los niños y niñas de manera individual y sin estar presentes las madres, mencionaron con libertad:

- *“Tomo un café antes de ir a la escuela.*
- *“No tomo nada y en el recreo compro lo que venden, si llevo dinero”.*
- *“Mi mamá me lleva de comer o vengo a la casa”.*
- *“Comemos dos veces al día”.*
- *“En la comida tomo refresco, agua a veces”.*

Estos testimonios son algunos de los recabados. Rinden cuanta de la realidad de la nutrición de los niños y niñas indígenas. La alimentación es deficiente porque las madres de familia no pueden ocuparse más en ese sentido. Encontramos una buena parte de madres indígenas abandonadas por los esposos. De ahí que los problemas de educación, alimentación y otros, se complejicen para ellas.

A los profesores de las escuelas primarias bilingües les preocupa demasiado la deficiencia alimentaria de sus alumnos. Expresaron lo siguiente:

- *“Existe mucha pobreza y bajos recursos económicos”.*
- *“Hacen falta talleres de orientación a las madres de familia”.*
- *“Los alumnos no vienen alimentados a la escuela de 30 alumnos 3 toman leche”.*
- *“Las madres de familia no tienen orientación, se requiere de implementación de huertos de traspatio”.*

- *“Esta población indígena requiere de un auxiliar en los servicios de salud”*

Hasta aquí se formó un cuadro del diagnóstico de la alimentación infantil indígena que daba pena. Los infantes indígenas son quizá el sector donde se plasma de manera clara, en sus rostros, en sus cuerpos, la indiferencia oficial hacia los indígenas mexicanos.

### El programa de intervención

La siguiente etapa de la investigación, consistió en la elaboración del programa de intervención, que de acuerdo con Gundrmans (2002), el autor de la metodología cualitativa nos refiere que *partiendo del conocimiento alcanzado, es posible diseñar formas de intervención para remediar situaciones problemáticas no deseadas en el seno de la comunidad.*

El programa de intervención consistió en dos etapas: el programa de orientación nutricional y el taller de alimentación.

Este programa nutricional se llevó acabó en base al diagnóstico elaborado y a las necesidades que expresaron las madres de familia, y los profesores(as), lo cual se desprendió como resultado del grupo focal, las entrevistas y las observaciones en las dos colonias estudiadas.

La presentación se apegó a los programas de Nutrición de la Secretaría de Salud. (NOM-008-SSA2-1993). Con dos tablas que formaron parte de un tríptico entregado, explicamos a las madres de familia el contenido nutricional de los alimentos (ver cuadro 3).

Se habló también de los tipos de grasas de origen animal y vegetal cuales son mejores para la preparación de los alimentos.

Se explicaron las fuentes donde podemos adquirir los minerales y la importancia que tiene el consumir suficiente agua natural o de frutas.

Cuadro 3 CONTENIDO NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS

PROTEÍNAS	ENERGÍA	VITAMINAS	GRASAS	AGUA
CARNES: Pollo Res Puerco Hígado Soya Moronga Leche (derivados). Fríjol Lentejas Ajonjolí pescado y	CEREALES : Maíz (tortilla) Arroz Avena Sopa de pasta Cebada Harinas (pan) Pan integral Habas Garbanzos Papa Camote yuca	Frutas y verduras	Aceite, mantequilla, margarina, nueces, almendras	De frutas o natural
CALCIO		VITAMINAS A y C		AGUA
Leche y derivados Tortilla Elote Ajonjolí Charales		Avena Hígado Pan integral Frijoles Espinacas Fresa Tamarindo calabacitas		Frutas cítricas Y verduras abundante

Fuente: Secretaría de Salud (SS, 2005)

Para hacerlo más explícito lo expusimos de manera didáctica apoyándonos con un rotafolio con dibujos, fotografías y diseños vistosos y sencillos, para explicar cada grupo de alimentos, el contenido de proteínas que nos aportan los alimentos de origen animal y los alimentos de origen vegetal.

Además la importancia de cada uno de los grupos de alimentos en nuestro organismo para que nos sirve cada uno de ellos.

En el cuadro 4, se establece las raciones de los diferentes grupos de alimentos, que requiere un niño y una persona adulta en este caso la madre dependiendo de la actividad del niño o el adulto. Se explicitó ante las madres de familia y los maestros(as) de los grupos.

Tomando en cuenta que no todos los alimentos se encuentran al alcance de su economía les recomendamos consumir alimentos de temporada como son las frutas, carnes que son

nutritivas y económicas, así como el consumo de cereales de bajo costo en el mercado.

Cuadro 4 Raciones necesarias de cada grupo de alimentos

GRUPOS DE ALIMENTOS	EJEMPLOS	EQUIVALENTES	
		7-10 AÑOS	MADRE
Verduras y frutas	Verdura a	3 a 4 raciones	3 a 4 raciones
	Verdura b		
	Fruta cítrica	3 a 4 raciones	3 a 4 raciones
	Otra fruta		
Cereales y tubérculos	Arroz cocido, Papa, tortilla, bolillo	9 a 11 raciones	10 a 12 raciones
Leguminosas y alimentos de origen animal	Frijoles, lentejas, etc.	1 a 2 raciones	1 a 2 raciones
	Leche y derivados	3 a 4 raciones	3 a 4 raciones
	Huevo, carne, pescado, pollo		
	Aceites y grasas	2 a 3 raciones	2 a 3 raciones
	Azúcares	3 a 5 raciones	3 a 5 raciones
	Energía (Kcal.)	1,800 a 2,150	1,900 a 2,200

Fuente: (Plazas Maite, "Nutrición del preescolar y el escolar", 2004)

Los talleres sobre alimentación como una forma de intervención

De acuerdo a los resultados clasificados en forma analítica, concluimos la necesidad de llevar a cabo la aplicación de este taller de alimentación en estas dos colonias, y a petición de las madres de familia.

La aplicación de los talleres fue aceptada en las dos colonias, Chinameca y Unidos por Guerrero con la participación y la asistencia de las veintidós madres de familia. Iniciamos remarcando nuevamente la orientación sobre el contenido nutricional y la higiene de todos los alimentos para su consumo.

Finalmente llevamos a cabo otras visitas de observación y con los testimonios de nuestros informantes clave, en las dos colonias estudiadas tanto en las escuelas como en los hogares y observamos que de alguna forma se logró:

- Que en el núcleo que recibió esta capacitación, hubiese un cambio en su alimentación. De tal forma que las madres de familia que recibieron esta orientación les preparan los alimentos para consumirlos durante el recreo.
- En los maestros, que se preocuparan por proporcionar más opciones de alimentos y bebidas nutritivas en las cooperativas escolares de las escuelas bilingües indígenas de Unidos por Guerrero y Chinameca.

Ya que lo que se propone es reforzar la convicción sobre el contenido de los alimentos, en las madres indígena y no indígenas, Para crear una alianza de aprendizaje entre los profesores, el niño y la familia.

De ahí que se pretendió dar las bases teóricas sobre la alimentación nutritiva y las herramientas prácticas para que los profesores establezca una sociedad y refuerzen el papel que tienen las madres de familia como educadoras, promotoras y proveedoras del cuidado de los niños.

Fomentando el consumo de alimentos nutritivos y de temporada, lo que los hace económicos y accesibles para la población. Tales como el consumo de cereales como la avena y las lentejas que son ricos en hierro, vitamina B<sub>12</sub>, fibra, carbohidratos.

La avena es uno de los cereales más completos. Por sus cualidades energéticas y nutritivas ha sido la base de la alimentación de pueblos y civilizaciones. Además de ser estos dos cereales nutritivos son de fácil preparación y son muy económicos.

Dentro de las verduras destacamos el consumo de ensaladas de verduras de la región o de temporada como son los ejotes, los rábanos, la cebolla, lechuga, el jitomate, zanahoria etc. Ya que son una buena fuente de vitaminas y minerales que si bien no los siembran se compran a precios accesibles en los mercados.

La fuente de proteínas se les sugirió el consumo pescado, pollo, hígado de res. El hígado es un alimento económico es rico en contenido de hierro, el cual ayuda a recuperarse de problemas anémicos y además es de fácil preparación.

Finalmente llevamos a cabo otras visitas de observación y con los testimonios de nuestros informantes clave, en las dos colonias estudiadas tanto en las escuelas como en los hogares y observamos que de alguna forma se logró:

- Que en el núcleo que recibió esta capacitación, hubiese un cambio en su alimentación. De tal forma que las madres de familia que recibieron esta orientación les preparan los alimentos para consumirlos durante el recreo.
- En los maestros, que se preocuparan por proporcionar más opciones de alimentos y bebidas nutritivas en las cooperativas escolares de las escuelas bilingües indígenas de Unidos por Guerrero y Chinameca.

Ya que lo que se propone es reforzar la convicción sobre el contenido de los alimentos, en las madres indígena y no indígenas, Para crear una alianza de aprendizaje entre los profesores, el niño y la familia.

De ahí que se pretendió dar las bases teóricas sobre la alimentación nutritiva y las herramientas prácticas para que los profesores establezca una sociedad y refuerzen el papel que tienen las madres de familia como educadoras, promotoras y proveedoras del cuidado de los niños.

En las colonias estudiadas existe el problema de una alimentación de baja calidad, debido a factores culturales, económicos y sociales. La participación decidida y la aceptabilidad de las orientaciones dadas en las colonias a las madres de familia, es un indicador de que se puede fortalecer los conocimientos, para la preparación de una buena alimentación nutritiva y económicamente accesible. Es decir, que sí existe el interés de aplicar nuevos conocimientos en materias esenciales como la alimentación.

## Conclusiones

- 1.- La alimentación de las familias indígenas de las colonias Unidos por Guerrero y Chinameca es deficiente. Producto en cierta medida de la inserción laboral de los indígenas en los estratos más desfavorecidos de la región de arriba.
- 2.- La población indígena inmigrante, ha adquirido nuevos hábitos alimenticios, de acuerdo a la influencia de Acapulco, como lugar de destino. Alimentación que no siempre se ve favorecida por este factor, debido a los alimentos del orden consumista que no nutre.
- 3.- Por otro lado, la población indígena en Acapulco practica hábitos alimenticios de orden cultural, por ejemplo, no consume pescado. Por otro lado es difícil reproducir hábitos alimenticios en el lugar de arriba (Acapulco) donde las condiciones son diferentes.
- 4.- Existe un gran interés de superación alimenticia y por ello se recomienda implementar por parte de las Instituciones responsables, talleres, otras actividades y apoyos concretos, con el fin de lograr una buena nutrición y salud en las familias indígenas, principalmente en los niños de edad escolar.

No puede haber desarrollo regional sino se toma en cuenta la diversidad cultural existente. Y si no se consideran a las diferentes poblaciones con sus especificidades culturales propias.

## Bibliografía

- Barroso, Gabriela y Beatriz Canabal, (2006) *Mujeres indígenas y mercado de trabajo: el caso de Acapulco*, ponencia, congreso de AMET, Oaxtepec, Morelos.
- Casanueva et alt, (2004), “Nutriología Médica” en “Nutrición del preescolar y el escolar” Arroyo (coord.) México-España, Plazas Maite.
- Cordera Campos, Rolando, “El círculo de la desnutrición en México” [www.rolandocordera.org.mx/pobreza/circulo\\_desnutricion](http://www.rolandocordera.org.mx/pobreza/circulo_desnutricion)
- García Nicolasa, “Los factores psicológicos que determinan la migración. De Tlaxco a la Chinameca. Estudio de Caso” México, tesis de licenciatura, Facultad de Psicología, UAG, 2004

- Domínguez, José (2004), “La pobreza en las familias de la colonia Chinameca del Municipio de Acapulco” México. Tesis maestría en desarrollo regional, UAGro.
- [http://www.fundacioncamino.org/portada2/desnutrici%F3n\\_infantil.htm/agosto/2005](http://www.fundacioncamino.org/portada2/desnutrici%F3n_infantil.htm/agosto/2005)
- <http://www.ejournal.unam.mx/demos/no06/DMS00606.pdf/mayo/2006>
- <http://www.ondasalud.com/edicion/noticia/0,2458,125351,00.html/febrero/2007>
- INI-CONAPO. “Estimaciones de la población indígena a partir de la base de datos del XII”. Censo general de población y vivienda 2000, INEGI.
- Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán, (2000), “Encuesta Nutricional del País por Municipio”, México
- Moreno-Terrazas, Oscar C. (1990) “Conferencia inaugural del Taller sobre Orientación Alimentaría y Conservación de Alimentos) del 17 al 20 de octubre de 1990. Cd. Victoria, Tam. DIF-Tam., UAT.”
- NOM-008-SSA2-1993, control de la nutrición, crecimiento y desarrollo del niño y del adolescente. Criterios y procedimientos para la prestación del servicio. Nutrition, growth and development surveillance for children and adolescents.
- ONU (1995). “Declaración y Programa de Acción de la Cumbre Mundial sobre Desarrollo Social” Dinamarca 6-12
- OMS Medición del Cambio del Estado Nutricional. Ginebra, 1983.
- Pastrana, Daniela (2005) “El mapa del hambre en México” [www.jornada.unam.mx/abril/2005](http://www.jornada.unam.mx/abril/2005)
- Pereira Pombo, Juan Manuel, Dr. MEDSPAIN 1998 -1999 España.
- Salud pública de México / Vol.40, no.2, marzo-abril de 1998
- Ávila-Curiel, A. y col. Artículo Original
- Sesia María (2005), “*Perfil indígena de México*”, México.
- Saldaña Fernández Ma. Cristina, (2007) “Pueblos indígenas de México, nahuas de Guerrero” en <http://cdi.gob.mx/ini/monografias/nahuasgro.html/marzo/2007>