

Aculturación Y Estilos de Vida de Los Migrantes Mexicanos en Estados Unidos

Acculturation and Life Styles of Mexican Migrants in the
United States

Juan Martell Muñoz* y Sagrario Garay Villegas**

⟨Abstract⟩

The flow of Mexicans who go to the United States has been studied for several decades. The changes in the amount and the characteristics of the migrants makes more and more complex the study of this phenomenon and, at the same time, it allows to derive a number of issues associated with their displacement, the adaptation of migrants in the host country and the implications that arise both migrants and their context. In particular in this article is aimed to show the role of acculturation (view through the dominance of the English language) on lifestyles of Mexican migrants in the United States. To carry out the above we present a wide discussion on migratory processes, acculturation and the lifestyles of migrants. In addition, we use as source of data the Hispanic Health Care Survey 2007, like an empirical approximation to show the relation between acculturation, lifestyles and health of

* Docente Investigador de medio tiempo en la Unidad Académica de Psicología de la Universidad Autónoma de Zacatecas. Correo electrónico: jmartellm@yahoo.com

** Profesora Investigadora en el departamento de posgrado de la Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano, Universidad Autónoma de Nuevo León. Correo electrónico: sgarayv@gmail.com

the Mexican migrants in United States.

Key Words: Migrants, Acculturation, Lifestyles and Health.

I . Introducción

La migración de mexicanos hacia Estados Unidos es un fenómeno que existe desde hace varias décadas. El incremento en su monto, la diversificación regional y los cambios en las tendencias que ha adquirido en los últimos años dicho fenómeno, dificulta el estudio del tema y al mismo tiempo da la pauta para el estudio de una variedad de temas asociados con el traslado, el tiempo de permanencia, la adaptación de los migrantes, las implicaciones en el lugar de origen, entre otros. No obstante, es indiscutible que, en mayor o menor medida, la llegada a un nuevo país trae consigo un cambio de comportamientos de los sujetos que muchas veces se visualiza como un proceso de aculturación o adaptación a la sociedad receptora, lo cual significa, a grandes rasgos, adoptar estilos comportamentales de la población originaria del país al que se llega.

La aculturación de los migrantes puede ser analizada desde diversas aproximaciones teóricas y metodológicas, en este trabajo no se pretende agotar el tema sino más bien hacer una revisión y discusión de la bibliografía más relevante sobre la aculturación de los migrantes mexicanos a partir de los estilos de vida que adquieren en Estados Unidos. Asimismo, a través de una medición muy general de la aculturación, se busca analizar las diferencias en los estilos de vida de los más y menos aculturizados.

II. Migración y aculturación

El estudio de las identidades nacionales y su desenvolvimiento y relación con la aculturación tiene una añeja tradición. Algunos psicólogos, antropólogos y otros estudiosos de la identidad han mostrado preferencia por la cultura propia, sin embargo, según Montero (citado en Seoane y Rodríguez 1988), los integrantes de algunos países de Latinoamérica prefieren las culturas de otros, de hecho llegan a admirarlos y reconocer, a veces, que son mejores y poseedores de capacidades que un habitante común de Latinoamérica no posee.

La primera aproximación teórica que Gordon (1964) propone para la aculturación migrante (asimilación) es la "anglo-conformidad" en la que el migrante renuncia a su cultura ancestral y sin trabas acepta totalmente los valores y comportamientos de la cultura anglosajona; la teoría de la "olla de mezclar" o "crisol" (melting pot) es aquella dónde los grupos de migrantes así como los grupos de recepción se mezclan y aceptan patrones de comportamiento de cada uno de ellos; y, la teoría del multiculturalismo, en la que se conservan los patrones de comportamiento de las culturas de los migrantes dentro de la cultura norteamericana. Asimismo, Gordon (1964) expone que la principal estrategia de adaptación de los grupos de migrantes llegados a Estados Unidos es la aculturación y que además si no aparecen otros tipos de aculturación o niveles de esta, la asimilación será un continuum.

El término aculturación indica el nivel o grado del proceso de adquisición y aprendizaje del migrante de los modos y estilos de comportamiento: roles, hábitos, actitudes, valores, prácticas, gustos, preferencias, etc., de la sociedad que le recibe (Herrera 2006). Es importante señalar, que una de las partes esenciales del concepto de la aculturación es lo referente al hecho procesual, lo que remite a proponer que existen varias formas de influencias, es decir, el migrante también influye a los que los reciben. Asimismo, es pertinente manifestar que existen *tendencias* hacia el país que recibe o bien, se conservan las preferencias a la cultura de origen. La primera hace referencia a la asimilación, mientras la segunda al aislamiento que es una forma de aculturación. Estas tendencias están enmarcadas por algunas prácticas culturales y comunitarias, por ejemplo: el uso del idioma de origen o de recepción, las prácticas culinarias, la actividad física o el enrolamiento en actividades tradicionales de las comunidades, actividades teatrales o bailables, eso del tiempo libre y del tiempo de ocio, por ejemplo: compartir fiestas tradicionales de las comunidades de origen.

La aculturación es un proceso de adaptación a las demandas sociales de los lugares, regiones o naciones donde se instala una persona que no ha nacido allí, que para algunas disciplinas ha caído en desuso por interpretaciones finalistas y deterministas más allá de su carácter procesual. Además a la confusión respecto a que la aculturación se ha emparentado con la asimilación social de las personas que han cambiado voluntariamente o involuntariamente su lugar de residencia respecto a su lugar de nacimiento o de desarrollo temprano.

El concepto de aculturación ha sido ampliamente utilizado en la psicología transcultural y también ha sido objeto de críticas debido a la gradual erosión del sentido original del concepto (como se indicó anteriormente) que se convirtió en sinónimo de asimilación. Un paralelo de las erróneas conceptualizaciones se han desarrollado, sobre todo, entre los académicos de lengua francesa: inculturación. Este último concepto se define como *el conjunto de procesos mediante los cuales los individuos y los grupos interactúan cuando se identifican como culturalmente distintas*. Hay similitudes evidentes entre la aculturación y los enfoques de inculturación y es a menudo difícil en la práctica investigativa distinguirlos o las conclusiones extraídas de los dos enfoques tienden a solaparse entre sí. Una característica que distingue, sin embargo, es el interés en la formación de nuevas culturas en la aculturación a diferencia de la inculturación. Es así que en este texto se ha insistido en el carácter procesual de la aculturación tanto en términos generales de los procesos que este fenómeno presenta así como los resultados más amplios de este proceso: psicológicos y culturales, dados por los nuevos contactos culturales.

Al asumir como principio que la aculturación es un proceso o un conjunto de procesos se pretende evitar una serie de políticas y supuestos sociales que han distorsionado la mayor parte del trabajo psicológico en aculturación, en particular el supuesto de que las "minorías" son inevitablemente parte de la "corriente principal" de la cultura receptora. De hecho en muchos casos lo que ocurre casi inevitablemente es la resistencia de un grupo dominado a un grupo dominante, dando lugar a la diversidad

cultural continua en las sociedades contemporáneas, más parecido a la adaptación que a la simple asimilación pasiva.

Hay muchos tipos de grupos culturales que pueden existir en las sociedades plurales y sus variedades se deben principalmente a tres factores: la voluntariedad, la movilidad y permanencia. Algunos grupos han entrado en el proceso de aculturación voluntariamente (por ejemplo, inmigrantes), mientras que otras experimentan la aculturación sin haberlo buscado (por ejemplo, refugiados, pueblos indígenas). Otros grupos están en contacto porque han migrado a una nueva ubicación (por ejemplo, inmigrantes y refugiados), mientras que otros han tenido a la nueva cultura a la mano y dada en la misma sociedad (por ejemplo, pueblos indígenas y las "minorías nacionales"). Y en tercer lugar, entre los que han emigrado, algunas se han establecido relativamente de manera permanente (por ejemplo, inmigrantes), mientras que para otros la situación es temporal (por ejemplo, peregrinos, como los estudiantes internacionales y los trabajadores invitados, o el asilo que puede llegar al ser deportados).

La aculturación se puede describir en conjunto en cuatro elementos componentes que consisten en: asimilación, integración, marginación y segregación o separación. La siguiente tabla es una explicación gráfica del proceso de aculturación.

〈Tabla 1〉 Migración y Aculturación

¿Es importante mantener relaciones con otros grupos?	¿Es importante mantener su identidad y características culturales?	
	Si	No
Si	Integración	Asimilación
No	Separación/segregación	Marginación

Lo anterior muestra que el concepto de aculturación no remite necesariamente a algo negativo en la vida cotidiana de las personas que intentan o han decidido permanecer en un lugar diferente al que han nacido. Tanto la asimilación como la marginación se corresponden a la necesidad de establecer relaciones, en ocasiones demasiado profundas, con los grupos mayoritarios del lugar a donde llega una persona que no es *natural* de allí. La integración y la separación se corresponden a la estrategia en la que se privilegia la necesidad no explícita de conservar las tradiciones y cogniciones sociales del grupo nacional o regional del que se proviene.

A simple vista la aculturación parecería que es un proceso en el cual se van perdiendo gradual o repentinamente la identidad y la cultura de procedencia, sin embargo, si se observa más detenidamente se puede distinguir el elemento adaptativo o desadaptativo de la aculturación. Por una parte la integración sería la estrategia adaptativa del proceso de la aculturación, donde se conserva la cultura de procedencia y se aceptan los principios culturales del lugar a donde se llega. La asimilación, por otra parte, sería ese resultado donde se toman sin más los principios culturales

del lugar que recibe, en este caso, al migrante.

Mucho se ha discutido la utilidad y la certeza del concepto de aculturación en las Ciencias Sociales. Se ha dicho, por ejemplo, que los españoles que llegaron a las Américas tuvieron que adaptarse a los recién llegados también, por ejemplo, lo negros africanos traídos como esclavos y a los indígenas que estaban aquí, formando una *Neocultura* posterior a una *Transcultura*, es decir, los elementos culturales se mezclan para crear así un proceso de transculturización llegando a producir una neocultura, lugar donde se ubican las nuevas creaciones, producto de estas nuevas interrelaciones sociales. Se ha criticado también el concepto aculturación en virtud de que expresa la dominación de una cultura sobre otra, sin que esto sea necesariamente así, simplemente se presenta una relación intercultural, adecuándose para crear nuevas pautas culturales. No es simplemente la dominación de una cultura sobre la otra que, sin embargo, puede suceder (Marti y Vartiainen 1989).

Las primeras relaciones culturales de interés para los científicos sociales se dieron en la antigüedad o en procesos de conquista. Estas nuevas relaciones no se dieron dentro de sociedades complejas y globalizadas. O bien, dentro de sociedades complejas y estratificadas en clases sociales. Asimismo, existen en la actualidad culturas dominantes sobre otras, ya sea por medio de la fuerza militar o bien a través de la ideologización, fenómeno descrito por teóricos de la Escuela de Fráncfort como Adorno, Horkheimer y Marcuse. La cultura de masas, por ejemplo, se ha empeñado

a trabajar través del *cliché* la ideologización de los sectores más pobres y dependientes de las sociedades, ya sean poderosas o no.

Para John W. Berry y colaboradores (1989), el proceso de aculturación se ve estructurado de tal manera que el primer contacto entre dos culturas determinará cuál será el *estilo* de aculturación dominante en este caso de un migrante:

- Asimilación: cuando el individuo o grupo toma estrictamente los patrones de comportamiento de la cultura receptora. Abandonando y negando los patrones de su cultura.
- Separación o Segregación: cuando el individuo se basa sólo en los patrones de comportamiento del grupo o cultura de la cual ha *salido*. No le da importancia a establecer nuevas relaciones con grupos sociales que estén presentes en la sociedad receptora. En términos llanos se separa por completo de la cultura a la que ha llegado.
- Marginalización: es aquella que no se toman preceptos de la cultura a la que se llega, pero tampoco se usan modelos de la cultura de la que se viene.
- Integración: es, según Berry y colaboradores (1989), la mejor estrategia: en la cual se toman preceptos de la cultura de dónde se salió y también de aquella a la que se llega.

Lo anterior estará fuertemente influido, según Berry y colaboradores (1989), por tres factores de antecedentes y de acción: voluntad, movilidad y permanencia. Primero: el control de la situación o el afán de migrar quizá no se deba a la iniciativa personal de migrar. Segundo: Las capacidades de movimiento en el lugar a que se llega quizá sean cortas o de largo alcance dependiendo del caso, y a veces del grupo migrante. Y tercero: cuánto tiempo se ha permanecido o se permanecerá en el lugar al que se llega (Doh, s/f). Cabe señalar que las estrategias de aculturación para Berry son más estrategias de adaptación social y que no son excluyentes unas de otras sino que obedecen al contexto, dando posibilidades de adaptación según sean las circunstancias a las que se enfrente el migrante. Es decir, en algunos casos será más *adecuado* dirigirse en la vida social como un norteamericano de pura cepa o bien, en otras circunstancias, como un mexicano completo.

Otro aspecto valioso de la aculturación como concepto y como proceso, es aquel que hace referencia a sus potencialidades descriptivas respecto a diferentes prácticas sociales en la vida cotidiana. La transculturación da cuenta de una buena cantidad de prácticas sociales, sin embargo, son aquellas las más sacralizadas o mistificadas (Mead 1999). En la aculturación se puede dar cuenta de las prácticas de consumo y las preferencias y las estrategias para realizar éste, de lo que se hace dentro del hogar como de aquello que se realiza fuera de éste, asimismo da cuenta del proceso de adaptación al lugar en el que se instala el migrante, el desplazado o bien aquel por una causa u otra ha tenido que migrar. Es decir, la aculturación,

nos permite una mayor aproximación a inmediatez de la vida de los migrantes, a su *mundanidad* (Berger y Luckmann 2001).

No se intenta hacer una apología de la aculturación sino dejar en claro por qué razón resulta más funcional que el concepto de transculturación, de tal manera que se pueda dar luz sobre los requerimientos teóricos que representa la utilización de este tipo de conceptos. El concepto de transculturación de hecho se puede volver útil si el planteamiento fuese describir las prácticas simbólicas de los migrantes, pero, acá se intenta dilucidar aspectos más *mundanos* de la realidad social de las personas que han migrado hacia Estados Unidos.

Además de su funcionalidad y adecuación teórica a la práctica investigativa, el concepto de aculturación también tiene la virtud de poder relacionarse con condiciones de vida estrechamente relacionadas con fenómenos mayores como la salud, la educación, el consumo (Finch y otros 2001), el bienestar y el uso del tiempo libre y del ocio. El hecho de ser identificado con una minoría racial y nacional implica un mayor uso de energías físicas y emocionales por parte de aquellos que son identificados de tal forma. Rodríguez (1998) menciona que un sueco cuando llega a Estados Unidos es bueno hasta que demuestre lo contrario mientras que un sudamericano es malo a pesar de demostrar lo contrario.

III. Migración y estilos de vida

En el estudio de los estilos de vida de los migrantes, estos deben ser considerados como parte de los elementos procesuales de la aculturación y de las prácticas cotidianas de aquellos que se han visto obligados a establecerse en otro país diferente al que han nacido. Por ello, el análisis de los estilos de vida debe realizarse desde un modelo que considere al ser humano como el punto de corte entre los sistemas sociales y los microsistemas orgánicos (Rodríguez-Marín 1998). El comportamiento individual se produce en la intersección de los dos tipos de sistemas, de forma que los acontecimientos sociales (migración y aculturación) se manifiestan en la dialéctica del comportamiento y la salud física. Por tanto las ideas centradas en el individuo acerca de la salud deben incorporar las variables sociales y macrosociales, como las teorías psicosociales y sociológicas (Rodríguez-Marín 1998).

Asimismo, los estilos de vida se han conceptualizado como parte de estrategias adaptativas para hacerle frente al futuro, es decir, tienen una cualidad preventiva y autorreguladora. Las pautas de acción que son característica de los estilos de vida permiten la prevención de algunos malestares en el sentido de que evitan la aproximación de la persona a la atención, más aun cuando para algunas personas existen barreras para la recepción de servicios médicos. Este es el fundamento de la *paradoja hispana* en Estados Unidos, es decir, esta población es la que menos servicios de salud recibe. Los estilos de vida están relacionados también

negativa y positivamente con este esquema de oportunidades dispuestas en el ambiente de la persona para acceder a los servicios de salud, muestra de ello es que, comparado con otros grupos étnicos, un alto porcentaje de hispanos no cuenta con seguro médico (Tabla 2). Al no contar con los servicios de salud de da una especie de adecuación comportamental para el autocuidado de la salud por parte de la cultura, expresado en algunas prácticas comunitarias.

〈Tabla 2〉
 Acceso a seguro médico en distintos grupos étnicos en
 Estados Unidos

	2001			2010		
	Seguro médico privado	Seguro médico gubernamental	Sin seguro médico	Seguro médico privado	Seguro médico gubernamental	Sin seguro médico
Blancos no hispanos*	79,0	24,4	9,4	72,6	29,5	11,7
Afroamericanos	58,2	31,8	17,8	---	---	---
Asiáticos	71,6	18,1	16,3	---	---	---
Hispanos	48,2	24,1	31,8	69,3	32,7	30,7

* Los datos para los blancos no hispanos corresponden al año 2002 y 2010.
 (Fuente: elaboración propia con datos de la Current Population Survey 2001 y 2010, Annual Social and Economic Supplements.)

Los estilos de vida se definen como aquellas prácticas cotidianas de las personas en diferentes esferas como la alimentación, la actividad física, el consumo inmoderado de alcohol y tabaco, las actividades de ocio, así como las capacidades comunicativas con los profesionales de la salud y con la familia y en general con los semejantes. El proceso de aculturación, la

migración y la salud sirven de marco para juzgar las modificaciones de algunas prácticas de los migrantes en los nuevos contextos de acción social de los migrantes.

En la migración y las aristas de indicadores y variables que intervienen, los estilos de vida se ven afectados. El cambio de *habitus* (Bourdieu, 2002) implica un choque cultural mediado por el proceso de migración, es decir, por los sucesos implicados en el tránsito de las personas en su viaje a un destino diferente al país donde se ha nacido y por las necesidades que se intentan solventar con este cambio *voluntario* de residencia (Bauman, 1999). Este choque cultural implica que en el proceso de aculturación se precisen una serie de toma de decisiones que le permitan al sujeto un mejor devenir y accionar social dentro de la sociedad que le recibe. Entonces se deben de tomar en cuenta las facilidades o barreras para la realización de ejercicio físico o, también, se debe tomar en consideración la existencia y disposición económica de comida en la nueva situación para el migrante. Una barrera importante será por consecuencia el manejo del idioma del país al que se llega. Otra, no menos importante y de fuerte carácter psicosocial, es la aceptación del grupo social migrante y el ambiente político de un país respecto a la migración.

Wardle y Steptoe (2003) exponen que además de las barreras ya descritas se deben añadir las diferencias económicas como gradiente de las diferencias en los estilos de vida entre las personas. Estos autores indican que las diferencias socioeconómicas se reflejan en lo que se piensa acerca

del futuro y las expectativas acerca de la duración de la vida y la calidad de la misma, estos factores podrían afectar la motivación para mantener estilos de vida saludables. Los mismos autores señalan que las clases sociales altas, económicamente hablando, están más preocupadas por los estilos de vida y son los más aplicados por mantener estilos de vida saludables, aun y cuando esto implique gastos económicos.

Asimismo, Pérez-Stable y otros (2001) encuentran que las personas más educadas y las nacidas fuera de Estados Unidos son menos propensas a fumar, a diferencia de los grupos de latinoamericanos que viven en ese país. Entre ellos los más propensos al consumo de tabaco son los cubanos y los puertorriqueños. El estudio buscaba comparar la conducta de fumar entre los hombres latinos y mujeres de diferentes orígenes nacionales. Tal estudio se realizó mediante una encuesta telefónica, llevada a cabo en ocho diferentes ciudades de Estados Unidos con hombres y mujeres de origen latino. Las tasas de tabaquismo no fueron significativamente diferentes por su origen nacional entre los hombres, pero las mujeres puertorriqueñas tenían tasas más altas de tabaquismo que otras mujeres. Los originarios de América Central, tanto hombres como mujeres tenían las menores tasas de tabaquismo. Los nacidos en el extranjero tuvieron menor probabilidad de ser fumadores que los nacidos en Estados Unidos y los encuestados con 12 o menos años de educación tenían un aumento en las probabilidades de fumar. Asimismo, los más aculturados (asimilados) mostraban mayor propensión que aquellos integrados. Así los más educados y menos aculturados (asimilados) eran menos propensos al consumo de tabaco

(Pérez-Stable y otros 2001).

Las costumbres y las tradiciones son muestra fiel de creencias y de representaciones sociales. Las creencias son unidades sociocognitivas que tienen la función de darle sentido a la presencia de la persona en la vida cotidiana. Asimismo, estas unidades sociocognitivas juegan un papel importante en el estudio de los estilos de vida ya que se relacionan con formas y maneras de comportamiento. La ingesta de un alimento o de una bebida se relaciona no sólo con su disponibilidad sino también con los regímenes de acción social manifestados como tradiciones y creencias, por ejemplo, los irlandeses no son grandes consumidores de productos del mar aun y cuando sean una isla. Por ejemplo, y con respecto al consumo de bebidas de uso común como estilo de vida, Woodward y Tunstall-Pedoe (1999) muestran resultados acerca del consumo de café y té en Escocia y su relación con enfermedades coronarias y/o infartos. Los resultados sugieren que las personas que beben más café y menos té tienen menos posibilidades ya sea de un evento coronario o la muerte. Esto puede atribuirse a los efectos "reales" del café y del té, a la casualidad o la confusión, o bien, a la representación social de cada uno de los productos de bebida. El café y el hábito de beber té podría ser simplemente la identificación de (en extremo) dos tipos de grupos de personas con estilos de vida muy diferentes. Por ejemplo, el consumo de café, puede ser un elemento de una vida juvenil moderna, con estilos de vida con beneficios generales para la salud. La ingesta de té se relaciona con una vida tradicional (establecido en la Gran Bretaña desde hace más de un siglo)

mientras que la ingesta de café se relaciona con una vida cosmopolita.

Así como la asimilación produce efectos nocivos para la salud, la integración como parte del proceso de aculturación hace que la gente se adapte a las condiciones y demandas de su nuevo ambiente sin dejar de lado las cogniciones sociales elaboradas con anterioridad en su cultura de origen. Estas cogniciones conservadas de la cultura anterior les prepara para conseguir hacer presencia efectiva en un nuevo ambiente, a veces diametralmente opuesto al de origen. La asimilación y la integración como parte del proceso de integración hacen que las tradiciones, por ejemplo las culinarias, se preserven con el fin de hacer frente a las demandas de las culturas receptoras para los migrantes. Algunas investigaciones han demostrado que la alimentación originaria puede hacer frente con éxito a las demandas laborales específicamente y sociales en general. Por ejemplo, Méjean y otros (2007) en Francia demuestran en un estudio entre migrantes del norte de África que estos migrantes conservan sus estilos y prácticas dietarias y por ello muestran unas condiciones menos obesas que los franceses. En comparación con los franceses, los migrantes tenían una variedad de la dieta mayor, probablemente como resultado de un mayor consumo de frutos secos y quelites. La adecuación de la dieta de los migrantes refleja un mejor cumplimiento de recomendaciones vigentes para asegurar una dieta saludable que sus iguales franceses.

Asimismo, el *Center for Disease Control and Prevention* (CDC) (2007), al igual que los autores anteriores, demuestra que en relación a los migrantes

latinoamericanos en Estados Unidos, existe una *paradoja hispana* respecto a los factores culturales protectores y promotores de la salud plasmados en los estilos de vida de esta población, sobre todo en los patrones dietarios. Por ejemplo, se muestran datos paradójicos respecto a algunas conductas de salud de los mexicanos que viven en Estados Unidos. Por ejemplo, inesperadamente, las mujeres mexicano-estadounidenses, que generalmente caen en el clasificación de desventaja social basado en la educación y los ingresos, muestran tasas significativamente más bajas de recién nacidos con bajo peso al nacer y partos prematuros, comparados a mujeres de otras minorías étnicas y/o mujeres socialmente desfavorecidas, en particular, negras no hispanas. Las mujeres mexicanas son las que tienen mejores resultados en embarazos respecto a bebés prematuros y con bajo peso al nacer. Un número de factores son hipotetizados como contribuyentes a los sorprendentes buenos resultados de los embarazos de estas mujeres: los valores culturales tradicionales de los comportamientos de salud, por ejemplo la abstención del uso de sustancias y comer una dieta saludable y factores psicosociales tales como apoyo a la familia y embarazos deseados.

Este tipo de investigaciones enmarcan lo que aquí se ha discutido respecto a observar y comprender a la aculturación como un proceso adaptativo en el que aparecen una serie de expresiones adaptativas, de carácter expresivo o bien cognitivo, que al fin y al cabo se refleja en la conducta. La aculturación como proceso implica entender que se presentaran aspectos protectores y promotores de la salud o bien tendencias insalubres o negativas para la salud. La aculturación es un elemento que se

refleja en los estilos de vida y como parte de la vida cotidiana. El hecho de conservar pautas de acción social propias de la cultura de origen puede producir beneficios explícitos en la salud.

IV. Aproximación metodológica a la aculturación

Como se ha venido mencionando, la aculturación es entendida, entre otras cosas, como el proceso por el cual, a partir de un primer contacto entre dos culturas, el representante de una de ellas intenta (lográndolo o no) hacer frente a las demandas de un ambiente receptor nuevo: afrontamiento, normas, estilos de vida, pautas de comportamiento. Las estrategias de adaptación de los migrantes al nuevo ambiente pueden reflejarse en una aceptación ciega de los lineamientos comportamentales y de consumo por parte de los nuevos sujetos, o bien implicar una relativa libertad para adaptarse a las nuevas exigencias del medio.

La medición de la aculturación es sumamente compleja porque hace alusión a un proceso lo cual tendría que analizarse en el tiempo y no en un momento en el tiempo, sin embargo como una forma de aproximarse a este concepto, en este artículo se considera la preferencia de las personas de origen mexicano por hablar en un determinado idioma, mismo que puede ser visto como un elemento que permite diferenciar su apego o comodidad con cierta cultura. Dicha distinción se hace a partir de la *Hispanic Healthcare Survey 2007* conducida por el *Pew Hispanic Center*. Cabe señalar que esta encuesta es representativa a nivel nacional de la

población latina o de origen latino que reside en Estados Unidos. La población encuestada incluyó a los mayores de 18 años.

En la *Hispanic Healthcare Survey 2007*, existe una pregunta sobre el idioma que prefieren para que se les realice la encuesta, a partir de ello es que se establecieron las diferencias entre preferir que se les realice la encuesta en inglés o en español. La utilización del idioma como un indicador a la aculturación puede ser discutible, pero dado que esta encuesta abarca diversos aspectos de los estilos de vida de la población y que el idioma es el único elemento disponible que permite aproximarse a la aculturación, fue que se decidió tomar a este último como indicador de aculturación. En lo que sigue se hará referencia a los más apegados a Estados Unidos (prefieren hablar en inglés) y los menos apegados (prefieren hablar en español) como formas de diferenciar el nivel de aculturación entre los mexicanos.

En relación con la población considerada se tomaron a todos aquellos que nacieron en México o que tienen al menos un padre nacido en México, es decir a los de origen mexicano. No fue posible incluir a los blancos no hispanos debido a que la encuesta estuvo dirigida a población Hispana.

V. Estilos de vida de los mexicanos en Estados Unidos

En un estudio Solís y colaboradores (1999) demostraron que los mexicanos

asistían menos al médico y que eran los hombres los que menos asistían a los cuidados sanitarios. En años más recientes se observa que quienes tienen menos apego a Estados Unidos acuden con menos frecuencia al médico (Tabla 3). Esta podría ser una manifestación de la aculturación, en el sentido de que quizá el migrante se aísla o se siente segregado por la sociedad receptora por su condición de migrante, la cual también puede asociarse con su condición de residencia en el país receptor.

〈Tabla 3〉

Última vez que los mexicanos en Estados Unidos acudieron al médico o algún servicio sanitario, 2007

	Más apego a Estados Unidos	Menos apego a Estados Unidos
6 meses o menos	65,5	60,8
Más de 6 meses	17,6	14,3
Más de 1 año	10,9	13,5
Más de 3 años	4,8	7,7
Nunca	1,0	3,1
No sabe	0,2	0,6
TOTAL	100,0	100,0

(Fuente: elaboración propia con datos de la Hispanic Healthcare Survey 2007, Pew Hispanic Center.¹)

Algunas investigaciones han indicado que a medida que pasa el tiempo y los migrantes mexicanos en Estados Unidos van estableciéndose se hacen

1 El Pew Hispanic Center no es responsable por las interpretaciones ofrecidas, o conclusiones que se hacen con base en el análisis de los datos proporcionados por el Pew Hispanic Center 2007, Hispanic Healthcare Survey.

adictos a la llamada comida “chatarra” (Carreón 2009). Esto parece comprobarse al observar que quienes tienen mayor apego a Estados Unidos presentan mayores porcentajes de desacuerdo sobre ser capaces de mantener una dieta baja en grasas; mientras que los menos apegados suelen estar de acuerdo y completamente de acuerdo con dicha afirmación (Tabla 4).

Los estilos de vida y específicamente los estilos alimentarios son parte sustancial de lo que consumimos, no solamente el sentido de que lo tragamos, sino también en su concepción socioeconómica y simbólica. La alimentación es parte sustancial de la cultura. En el caso de la migración nos referimos a las culturas de llegada y de origen, los alimentos nos preparan para trabajar o bien para realizar la tarea o tareas que tenemos que realizar a diario y de manera eficiente, añadido a esto están las representaciones culturales respecto a lo que es una buena alimentación.

Los estilos dietarios y los estilos de actividad física son importantes reflejos de nuestras prácticas culturales, laborales e identitarias. Es así como al llegar a un lugar donde se tiene que trabajar y vivir, se llega a una nueva cultura, donde los estilos dietarios y la actividad física tienen sus manifestaciones articulares que son muestra de la cultura de cada pueblo (Kline, 2005).

Grey y colaboradores (2005) muestran como los estilos alimentarios de los latinoamericanos residentes en Mississippi han sido asimilados y aculturizados

por este grupo de migrantes, residentes en ese estado de Estados Unidos. Ellos muestran mediante entrevistas y análisis de contenido de éstas una serie de pautas alimenticias modificadas por los migrantes latinoamericanos. En dónde, por ejemplo, un 41 por ciento dice comer más frutas que en el país de origen, sin embargo, un 59 por ciento dice comer más pizza y hamburguesas, y 47 por ciento mencionó comer más cerdo que en el país de origen. En el 2007, un mayor porcentaje de los mexicanos más apegados a Estados Unidos en comparación con los menos apegados, consumen menos raciones de frutas o verduras durante la semana (Tabla 4), lo cual habla de la adopción de hábitos alimentarios menos saludables para aquellos más aculturizados. En relación con el conocimiento que se tiene sobre un peso saludable, se observa que no existe diferencia entre los mexicanos más aculturizados y los menos aculturizados (Tabla 4); aunque esto no implica que los niveles de obesidad sean iguales entre ambos grupos.

Las acciones para volverse “americano” conllevan la aceptación de una cultura dominante y que tiene costos emocionales, adaptativos y sociales de altos alcances en cuanto a la modificación de los estilos de vida y de las pautas de consumo material (por ejemplo el alimento) y cultural (ocio y tiempo libre). Por lo tanto debe de existir un esfuerzo por adaptarse a las nuevas circunstancias de someterse a una nueva cultura que de todos modos los trata como minoría, a veces no aceptada o marginada. Por ejemplo Mossakowski (2007) señala, en un trabajo realizado con inmigrantes filipinos y personas nacidas en Estados Unidos de origen filipino, que las

personas nacidas en Estados Unidos muestran mayores tendencias a sentirse deprimidos, según él, por el peso social de sentirse una minoría discriminada. En el caso de los mexicanos, una alta proporción de los menos apegados a la cultura americana mostraron estar de acuerdo con tener dificultades para manejar el estrés en su vida (Tabla 4), esto puede ser el reflejo de la exclusión y barreras a las que se enfrenta dicha población en la actualidad para acceder a empleos, vivienda, escuelas, etc. y que les provoca situaciones estresantes difíciles de controlar.

Existen también estudios que marcan la influencia de la aculturación y el consumo de cocaína, marihuana y otras drogas (Worby y Organista 2007), así como de otros comportamientos de riesgo (Kasirye et al. 2005), o bien la hipertensión (Kaplan et al. 2002; Silman et al. 1987). Así como enfermedades crónicas como la diabetes (Wu et al. 2003) y estilos de vida no saludables, por ejemplo, el consumo de harinas y la no realización de ejercicio físico vigoroso. En relación a esto último, los mexicanos menos apegados a la cultura americana suelen ejercitarse con mayor frecuencia que los más aculturizados (Tabla 4), lo cual nos habla de esa adopción de estilos de vida no saludables.

(Tabla 4)
Aculturación y estilos de vida de los mexicanos residentes en Estados Unidos, 2007

Grado de acuerdo o desacuerdo con las siguientes afirmaciones:	Más apego a Estados Unidos	Menos apego a Estados Unidos
Soy capaz de mantener una dieta baja en grasas		
Completamente en desacuerdo	7.9	2.1
En desacuerdo	22.6	8.6
De acuerdo	47.7	72.1
Completamente de acuerdo	21.1	15.3
No sabe/ No contestó	0.7	1.9
La mayoría de los días de la semana como al menos 5 porciones de frutas o vegetales		
Completamente en desacuerdo	7.8	2.8
En desacuerdo	28.7	12.1
De acuerdo	43.6	70.2
Completamente de acuerdo	18.9	13.9
No sabe/ No contestó	1.0	1.0
Conozco cuál debe ser el peso adecuado para una persona de mi edad, sexo, estatura y salud general		
Completamente en desacuerdo	6.2	2.9
En desacuerdo	9.8	10.0
De acuerdo	51.8	68.3
Completamente de acuerdo	28.3	13.4
No sabe/ No contestó	3.9	5.4
Tengo dificultades para manejar el estrés en mi vida de una forma que sea saludable para mí		
Completamente en desacuerdo	19.7	5.1
En desacuerdo	38.4	27.0
De acuerdo	29.0	55.3
Completamente de acuerdo	10.8	8.0
No sabe/ No contestó	2.2	4.6
Me ejercito regularmente (como por ejemplo: caminar, correr, nadar, aerobics, etc.)		
Completamente en desacuerdo	5.9	4.3
En desacuerdo	16.0	8.0
De acuerdo	47.6	72.5
Completamente de acuerdo	28.7	14.4
No sabe/ No contestó	2.0	0.8
Cuando puedo elegir, tomo las escaleras en lugar del elevador		
Completamente en desacuerdo	11.5	4.0
En desacuerdo	21.1	14.9
De acuerdo	44.8	66.6
Completamente de acuerdo	20.1	11.3
No sabe/ No contestó	2.5	3.2
TOTAL	100.0	100.0

(Fuente: elaboración propia con datos del Hispanic Healthcare Survey 2007, Pew Hispanic Center.)

Nota: se realizaron pruebas Chi-cuadrada para medir la asociación entre las distintas variables, en todos los casos estas medidas resultaron estadísticamente significativas con una $p < 0.05$, lo cual indica que existe una asociación entre el idioma de preferencia (apego o desapego) y los estilos de vida de los mexicanos en Estados Unidos.

Es claro, que a partir de los datos anteriores podemos considerar que existe una influencia bastante nítida respecto a las condiciones que guarda el fenómeno, es decir, la relación entre los niveles de aculturación y los estilos de vida, además de la importancia de estudiar al mismo. Es de gran importancia para las Ciencias Sociales continuar estudiando el fenómeno migratorio a partir de las consecuencias que se generan en los procesos de aculturación: asimilación, integración, aislamiento y separación.

VI. Comentarios finales

La revisión bibliográfica presentada ha permitido traer a la discusión cómo los migrantes al entrar en contacto con otra cultura aceptan los preceptos de esta o bien conservan elementos propios de la cultura de origen, o adaptan los propios de su cultura a los de la cultura que los recibe o bien se aíslan totalmente de esa cultura receptora, y como todo esto se puede relacionar con las condiciones con la salud de los migrantes.

En términos operativos no ha sido posible profundizar en la comparación de los estilos de vida de los mexicanos y de los blancos no hispanos, ni tampoco en las transformaciones de los estilos de vida de los migrantes mexicanos antes y después de su migración; sin embargo a partir del idioma hemos intentado aproximarnos a la aculturación de los mexicanos, esto ha permitido corroborar algunos de los aspectos señalados por otros estudios referidos a la población migrante y que en el caso de los mexicanos se reproduce, es decir que los más aculturizados tienden a

adquirir hábitos de riesgo, o bien, estilos de vida menos saludables.

La presente discusión permite reflexionar y deja abierta la posibilidad para profundizar en el análisis sobre el propio concepto de aculturación como un proceso, mismo que otorga la posibilidad de analizar si el migrante se ha integrado, es decir, si se compromete con el manejo de las pautas culturales del lugar de llegada y también con los valores culturales de origen, o con ninguno de los dos o sólo con uno de los preceptos. Otro punto importante a desarrollar en investigaciones futuras, es la cuestión de estos aspectos modificados o no y en qué nivel por parte de los migrantes en su vida cotidiana, es decir, los estilos de comportamiento que se han alterado en su *nueva cultura* o, si se ha dado el caso, de que los principios de la cultura de origen siguen siendo los válidos para su ejercicio social cotidiano. Estos estilos de vida sostenidos y adaptados tienen un costo que se reflejará en la salud y la satisfacción con la vida de los migrantes. Las consecuencias de una adaptación forzada, ya sea yéndose a un polo de la aceptación de los valores de la cultura de recepción o al otro del ejercicio de los valores de la cultura de origen, limitan las condiciones de vida, de logro personal y del bienestar social y psicológico de la persona que llega a vivir una nueva cultura.

Referencias bibliográficas

Baumann, Z.(1999), *La globalización: consecuencias humanas*. Buenos Aires, FCE.

- Berger, P. y Luckmann, T.(2001), *La Construcción Social de la Realidad*, España: Amorrortu Editores.
- Berry, J. W., Kim, U., Power, S., Young, M., y Bijaki, M.(1989), Acculturation attitudes in Plural Societies. *Applied Psychology*, Vol.38, pp.185-206.
- Bourdieu, P.(2002), *La distinción*. México: Taurus.
- Carreón, J.(2009), Breves reflexiones, de carácter paradójico, sobre los migrantes mexicanos hacia Estados Unidos y su salud en Guillermo Campos y Covarrubias (coord.), *Educación y salud en los migrantes México-Estados Unidos*, UNAM - Miguel Ángel Porrúa.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC)-National Center for Health Statistics(2007), With Chartbook on Trends in the Health of Americans, Hyattsville, MD.
- Crockett, L. J.; Iturbide, M. I.; Torres Stone, R. A.; McGinley, M.; Raffaelli, M. y Carlo, G.(2007), Acculturative Stress, Social Support, and Coping: Relations to Psychological Adjustment Among Mexican American College Students. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology by the American Psychological Association*, Vol.13, No.4, pp.347-355.
- Doh, N-R.(s/f), Relationships among english proficiency, acculturation, identity, and mental health. Recuperado 6 de febrero del 2009.
- Finch, B. K., Hummer, R. A., Kolody, B. & Vega, W. A.(2001), The Role of Discrimination and Acculturative Stress in the Physical Health of Mexican-Origin Adults. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, Vol.23, pp.399-429.

- Gordon, M.(1964), *Assimilation in American Life. The role of race, religion, and national origins*. USA. Oxford University Press.
- Grey, V. B.; Cossman, J. S.; Dodson, W. L. y Byrd, S.H.(2005), Dietary acculturation of Hispanic immigrants in Mississippi. *Salud Pública de México*; Vol,47, pp.351-360.
- Kaplan, M. S.; Chang, C.; Newsom, J. T. and McFarland, B. H.(2002), Acculturation status and hypertension among Asian immigrants in Canada. *Journal of Epidemiology and Community Health*; Vol,56, pp.455-456.
- Kasirye, O. C.; Julia A. Walsh, J. A.; Romano, P. S.; Beckett, L. A.; Garcia, J. A.; Elvine-Kreis, B.; Bethel, J. W. and Marc B. Schenker, M. B.(2005), Acculturation and its Asociation with Health-Risk Behaviors in a Rural Latina Population. *Ethnicity & Disease*, Vol,15, No.4, pp.733-739.
- Kline, S.(2005), Countering Children's Sedentary Lifestyles: An evaluative study of a media risk education aproach. *Childhood*; Vol,12, pp.239.
- Mejean, C., Traissac, P., Duvermay, S. E., Jalila El Ati, J., Delpouch, F. & Maire, B.(2007), Diet Quality of North African Migrants in France Partly Explains Their Lower Prevalence of Diet-Related Chronic Conditions Relative to Their Native French Peers. *The Journal of Nutrition Nutritional Epidemiology*. Vol,137, No,9, pp.2106-2113.
- Mosakowski, K.(2007), Are Immigrants Healthier? The Case of Depression among Filipino Americans. *Social Psychology Quarterly*, Vol,70, No.3, pp.290-304.
- Marti, B. y Vartiainen, E.(1989), Relation between leisure time exercise and

- cardiovascular risk factors among 15-year-olds in Eastern Finland. *Journal of Epidemiology and Community Health*; Vol.43, pp.228-233.
- Mead, G. H.(1999), *Persona, Espíritu y Sociedad*. España: Ed. Paidós.
- Pérez-Stable, E., Ramirez, A., Villareal, R., Talavera, G. A., Trapido, E., Suarez, L., Marti, J. & McAlister, A.(2001), Cigarette Smoking Behavior Among US Latino Men and Women From Different Countries of Origin. *American Journal of Public Health* / September, Vol.91, No.9, pp.1424-1430.
- Rodríguez, A.(1998), *Psicología Social*. México: Trillas.
- Rodríguez-Marin J.(1995), *Psicología Social de la Salud*. Madrid, España: Editorial Síntesis S.A.
- Silman, J. W.; Evans, S. J. W. and Loysen, E.(1987), Blood pressure and migration: a study of Bengali immigrants in East London. *Journal of Epidemiology and Community Health*, Vol.41, pp.152-155.
- Solís, J. M.; Marks, G.; García, M. y Shelton, D.(1999), Acculturation, Access to Care, and Use of Preventive Services by Hispanics: Findings from HHANES 1982-84. *America Journal of Public Health*. December, 80, Supplement. pp.9-14.
- Woodward, M. & Tunstall-Pedoe, H.(1999), Coffee and tea consumption in the Scottish Heart Health Study follow up: conflicting relations with coronary risk factors, coronary disease, and all cause mortality. *Journal of Epidemiology Community Health* 1999, Vol.53, pp.481-487.
- Worby, P. A. and Organista, K. C.(2007), Alcohol Use and Problem Drinking Among Male Mexican and Central American Im/migrant Laborers A Review of the Literature. University of California, Berkeley.

Hispanic Journal of Behavioral Sciences, Vol.29, No.4, pp.413-455.

Wu, J. H.; Haan, M. N.; Liang, J.; Ghosh, D.; González, H. M. y Herman, W. H.(2003), Diabetes as a Predictor of Change in Functional Status Among Older Mexican Americans A population-based cohort study. *Diabetes care*. Vol.26, No.2, pp.314-319.

<Resumen>

El flujo migratorio de mexicanos que se dirigen a Estados Unidos es un hecho conocido y documentado desde hace varias décadas. Las variaciones en las características de los migrantes y en su monto hace que cada vez se torne más complejo el estudio de este fenómeno, y al mismo tiempo permite que se deriven una serie de temas asociados con el desplazamiento, la adaptación de los migrantes en el país receptor y las implicaciones que se originan tanto en los migrantes como en su entorno. En particular en este artículo se tiene como objetivo principal mostrar el papel de la aculturación (vista a través del dominio del idioma inglés) en los estilos de vida de los migrantes mexicanos en Estados Unidos. Para llevar a cabo lo anterior se hace una discusión amplia sobre los procesos migratorios, la aculturación y los estilos de vida de los migrantes; además a partir de la Hispanic Health Care Survey 2007, se realiza una aproximación empírica de los estilos de vida de los migrantes mexicanos más y menos aculturizados.

Palabras Clave: Migrantes, Aculturación, Estilos de Vida y Salud.

|| Submission of Manuscript: el 10 de febrero de 2015

|| Manuscript accepted: el 05 de junio de 2015

|| Final manuscript: el 12 de junio de 2015