

De sueños a desafíos

Explorando los impactos de la migración en los medios de vida de jóvenes nicaragüenses en Costa Rica

Junio 2024

Fundación Sin Límites

Cita sugerida

Fundación Sin Límites para el Desarrollo Humano. (2024). De sueños a desafíos: Explorando los impactos de la migración en los medios de vida de jóvenes nicaragüenses en Costa Rica. https://fsinlimites.com/2024/06/01/de-suenos-a-desafios-explorando-los-impactos-de-la-migracion-en-los-medios-de-vida-de-los-jovenes-nicaraguenses-en-costa-rica/

Este informe se encuentra disponible en versión pdf en la dirección: www.fsinlimites.com



La información publicada puede compartirse siempre y cuando se atribuya debidamente su autoría, sea sin fines de lucro y sin obras derivadas. Se prohíbe cualquier forma de reproducción total o parcial, sea cual fuere el medio, sin el consentimiento expreso y por escrito de Fundación Sin Límites.

Las opiniones expresadas en la presente publicación son responsabilidad exclusiva de Fundación Sin Límites y no reflejan necesariamente las de ninguno de sus socios.

Contenido

Siglas y acrónimos 4
Resumen Ejecutivo 5
1. Introducción 11
2. Marco Teórico 13
2.1. Marco conceptual de los medios de vida 13
2.2. Revisión de literatura sobre medios de vida en un contexto de migración 17
2.2.1. Relevancia de la teoría de medios de vida en estudios de migración .. 17
2.2.2. Impactos de la migración en los migrantes 17
2.2.3. Limitantes para la autosuficiencia y desarrollo de medios de vidas de migrantes en países destinos 18
2.2.4. Contexto de la migración de nicaragüenses desde 2018 18
3. Metodología 21
3.1. Enfoque y tipo de estudio 21
3.2. Universo y muestra 22
3.3. Fuentes de información e instrumentos de recolección de datos 23
3.4. Proceso de análisis de datos 25
3.5. Consideraciones éticas 25
3.6. Limitaciones 25
4. Resultados y discusión 26
4.1. Perfil de los/as entrevistados/as 26
4.2. Razones de la migración y primer mes en Costa Rica 29
4.2.1. Razones de migración 29
4.2.2. Experiencia desplazándose a Costa Rica y durante su primer mes como migrante 33
4.2.3. Estatus migratorio a la entrada y actualmente 36
4.2.4. Primer mes en Costa Rica 36
4.3. Principales limitaciones en Costa Rica 38
4.3.1. Registro y regularización migratoria 40
4.3.2. Mercado laboral y permisos de trabajo 41

4.3.3. Educación y convalidación de títulos 44
4.3.4. Actitudes locales e integración social 48
4.3.5. Acceso a servicios financieros 50
4.3.6. Privación de capacidades 51
4.4. Impactos de la migración en los medios de vida de jóvenes 53
4.4.1. Situación económica de los/as jóvenes y sus planes antes de la migración 54
4.4.2. Actividades económicas y acceso a capital físico en Costa Rica 56
4.4.3. Capital financiero 60
4.4.4. Capital Humano 63
4.4.5. Capital Social 66
4.4.6. Impactos en la salud mental: Afectaciones socioemocionales 75
4.5. Impactos en expectativas y perspectivas a futuro 78
4.6. Respuesta institucional: Estado y organizaciones 82
4.6.1. Papel del Estado 82
4.6.2. Organizaciones No Gubernamentales internacionales y exiliadas 84
5. Conclusiones y principales hallazgos 85
6. Recomendaciones 88
8. Referencias bibliográficas 94
9. Anexos 103
9.1. Elementos teóricos 103
9.1.1. Relevancia de la teoría de medios de vida en estudios de migración 103
9.1.2. Impactos de la migración en los migrantes 105
9.1.3. Limitantes para la autosuficiencia y desarrollo de medios de vidas de migrantes en países destinos 109

Siglas y acrónimos

ACNUR	Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados
ALC	América Latina y el Caribe
BID	Banco Interamericano de Desarrollo
CBP	Aduanas y Protección de Fronteras de Estados Unidos
CCSS	Caja Costarricense de Seguro Social
CEJIL	Centro por la Justicia y el Derecho Internacional
CENDEROS	Centro de Derechos Sociales de la Persona Migrante
CIDH	Comisión Interamericana de Derechos Humanos
CONARE	Consejo Nacional de Rectores
CPC	Consejos de Poder Ciudadano
CPDH	Comisión Permanente de Derechos Humanos-Nicaragua
DFID	Departamento para el Desarrollo Internacional
DGME	Dirección General de Migración y Extranjería
DHS	Department of Homeland Security
FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura
FES	Federación de Estudiantes de Secundaria
FLACSO	Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales
GHREN	Grupo de Expertos en Derechos Humanos sobre Nicaragua
GIEI	Grupo Interdisciplinario de Expertos Independiente
GMG	Global Migration Group
MTSS	Ministerio de Trabajo y Seguridad Social de Costa Rica
OECD	Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos
OIM	Organización Internacional para las Migraciones
OIT	Organización Internacional del Trabajo
ONG	Organizaciones No Gubernamentales
ONU	Organización de las Naciones Unidas
OSC	Organizaciones de la Sociedad Civil
ORE	Oficina de Reconocimiento y Equiparación de Grados y Títulos
PIB	Producto Interno Bruto
PNUD	Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo
RIDH	Red Internacional de Derechos Humanos
UCR	Universidad de Costa Rica
UNA	Universidad Nacional de Costa Rica
UNESCO	Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura
UNICEF	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia

Resumen Ejecutivo

El presente estudio tiene como objetivo examinar los impactos de la migración en los medios de vida de los/as jóvenes nicaragüenses, centrándose en el estudio de caso de personas que han emigrado a Costa Rica desde la crisis política y socioeconómica desencadenada en Nicaragua a partir del año 2018. Dicha crisis estuvo marcada inicialmente por numerosas manifestaciones sociales y una respuesta gubernamental represiva, que derivó en el establecimiento de un estado policial de facto. Desde entonces, se han generado notables flujos migratorios hacia diferentes países, principalmente hacia Costa Rica y Estados Unidos (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR], 2020).

Los/as jóvenes constituyen uno de los grupos sociales más impactados por esta crisis política, debido principalmente a su participación en el activismo político (Comisión Interamericana de Derechos Humanos [CIDH], 2018). En consecuencia, muchos de estos jóvenes se han visto obligados a migrar, enfrentando desafíos específicos que comprometen su proceso de integración social y económica en los países de acogida (Baca et al., 2020). Estos retos los colocan en una posición de vulnerabilidad, dificultando su adaptación y el establecimiento de una vida estable en sus nuevos entornos.

Considerando lo anterior, el análisis de este estudio se basa en el enfoque teórico de medios de vida desarrollado por Chamber y Conway (1992), que aborda activos (tanto tangibles como intangibles), actividades económicas y capacidades como componentes esenciales para la autosuficiencia y sostenibilidad de las personas o los hogares. Estos medios de vida y las estrategias de subsistencia se configuran y modifican por instituciones, relaciones sociales, impactos y tendencias.

De acuerdo con los autores, los medios de vida son sostenibles cuando soportan y se recuperan de los impactos y tensiones, y mantienen o mejoran sus capacidades y activos (Chamber y Conway, 1992). Sin embargo, en contextos migratorios, estos medios suelen debilitarse o perderse, y su reconstrucción se ve afectada por los efectos del desplazamiento y las limitaciones en los países de destino (Jacobsen, 2014). Esto presenta desafíos significativos para los/as jóvenes migrantes, quienes deben reconstruir sus vidas en entornos nuevos y a menudo inciertos, enfrentando barreras para la integración y la participación social y económica.

Este enfoque de medios de vida ha sido adoptado por organismos internacionales como la Organización Internacional para las Migraciones (OIM, 2012) y ACNUR (2012), destacando su relevancia en el contexto migratorio global. Aunque investigaciones previas han examinado las diversas limitaciones que enfrentan los

migrantes nicaragüenses en Costa Rica, en este estudio se aplica el enfoque de medios de vida y se centra específicamente en la población juvenil, que es particularmente vulnerable, y como se mencionó anteriormente, ha sido profundamente afectada por la crisis política y económica en Nicaragua a partir de 2018.

La investigación se basa en 21 entrevistas semiestructuradas con jóvenes migrantes y 3 entrevistas con expertos/as en migración, utilizando un enfoque cualitativo para explorar experiencias y desafíos durante la migración e integración en Costa Rica. No obstante, este es un estudio de caso, lo que limita la generalización de los hallazgos a toda la población joven migrante. Además, la mayoría de los/as participantes son jóvenes activistas o han participado en actividades relacionadas a la Fundación Sin Límites (FsL), y los hallazgos son específicos a un periodo y podrían no reflejar cambios futuros, especialmente ante modificaciones en las políticas migratorias. A pesar de estas limitaciones, este análisis puede servir como base teórica o lecciones para futuras investigaciones sobre este fenómeno.

Después de una exhaustiva exploración se han identificado varios aspectos cruciales que delinean la complejidad de la experiencia migratoria de jóvenes nicaragüenses. Se evidencia que la migración hacia Costa Rica ha sido una respuesta forzada ante la crisis política y social en Nicaragua para 18 de los 21 jóvenes nicaragüenses entrevistados/as. Esto contribuyó a la migración irregular de 15 de las 21 personas entrevistadas, enfrentando diversas dificultades y riesgos, incluyendo viajes con contrabandistas, encuentros peligrosos y condiciones extremas. Esto ha tenido un impacto socioemocional significativo, incluyendo sentimiento de miedo, despojo y pérdida. Además, las personas entrevistadas mencionaron que su experiencia fue traumática, dolorosa, con desafíos económicos y de planificación. En cambio, algunas de las personas que migraron regularmente describen el proceso como seguro y sin problemas o complicaciones.

La migración ha generado un cambio significativo en los medios de vida y las condiciones socioeconómicas de los/as jóvenes migrantes. Inicialmente, la migración ha impactado significativamente los planes de vida y aspiraciones de los/as entrevistados/as. La mayoría tenía la intención de completar sus estudios en Nicaragua. Además, algunos planeaban realizar estudios de posgrado, mientras que otros estaban a punto de graduarse de la escuela secundaria. En cuanto a aspiraciones laborales, casi la mitad tenían la intención de trabajar en sectores relacionados con sus estudios, mientras que otros tenían planes de emprender negocios propios. Algunos también aspiraban a adquirir activos físicos como casas y vehículos.

Antes de la migración, un segmento significativo de los/as participantes describió tener acceso a una vida económica estable y recursos suficientes, incluyendo trabajos independientes y un sólido soporte económico familiar. Sin embargo, otro grupo enfrentaba situaciones de precariedad marcadas por ingresos informales y fluctuantes. A pesar de estas diferencias, la mayoría de los/as participantes disfrutaba de acceso a capital físico significativo, facilitado por el apoyo familiar y la acumulación de capital físico mediante su trabajo y esfuerzo en Nicaragua. En la actualidad, estas personas luchan por satisfacer incluso sus necesidades básicas en Costa Rica, enfrentando precariedad laboral, altos costos en este país y la exclusión social. Esta situación limita su capacidad para ahorrar, adquirir capital físico adicional y dificulta su integración en la nueva sociedad.

Igualmente, 16 de las 21 personas entrevistadas destacan las dificultades para acceder a créditos o préstamos en Costa Rica debido a su condición migratoria. Aunque no todos los/as participantes accedían a servicios financieros en Nicaragua, ya sea por falta de interés o necesidad (debido a su estabilidad económica o porque eran menores de edad), estas personas indican que acceder a estos servicios es considerablemente más fácil en Nicaragua simplemente por ser nacionales. Esta falta de acceso afecta su capacidad para enfrentar emergencias, poseer ahorros o invertir en proyectos futuros, además de restringir las posibilidades de adquirir bienes y posesiones como casas o vehículos, obstaculizando su estabilidad financiera a largo plazo.

En relación con el envío de remesas, la mayoría de los/as participantes (18 personas) no tiene obligaciones económicas directas con personas en Nicaragua. Sin embargo, expresan un fuerte deseo de apoyar económicamente a sus padres, abuelos, niños de su núcleo familiar u otros familiares que se quedaron en su país de origen. A pesar de estas intenciones, la realidad de su situación económica en Costa Rica hace que sea casi imposible proporcionar tal apoyo económico.

Las personas entrevistadas, así como gran parte de quienes migraron post-2018, tienen algún nivel de educación formal y la aspiración de continuar su desarrollo profesional y académico en el extranjero. Sin embargo, estos jóvenes se enfrentan a las barreras que afectan su capital humano. Tales barreras están relacionadas con la regularización migratoria, los altos costos de la educación superior y los requisitos que resultan difíciles de cumplir (como presentar documentación apostillada o registros académicos) para quienes han sufrido represalias por su labor activista y/o migraron de manera forzada y sin planificación. Lo anterior limita sus oportunidades tanto laborales como su desarrollo profesional en Costa Rica.

Por otro lado, la migración también ha afectado el círculo social y redes de apoyo de los/as jóvenes, llevando a una sensación de aislamiento y pérdida de

comunidad. Respecto a esto, 16 de las 21 personas entrevistadas reportaron una reducción en su círculo social. Aunque la formación de nuevas redes dentro de la comunidad nicaragüense en Costa Rica ha brindado cierto apoyo, la fragmentación política causa que las personas no sientan que sus relaciones sociales sean tan sólidas como en Nicaragua. La integración de los/as jóvenes en la sociedad costarricense se ve limitada por actitudes xenofóbicas por parte de la población local, la falta de pertenencia, falta de interés, duelo migratorio, diferencias culturales, e incluso existe un temor al juicio por parte de los mismos nicaragüenses al intentar integrarse o adoptar tradiciones del país vecino.

La migración también ha tenido repercusiones en la salud emocional y psicológica de la mayoría de las personas entrevistadas, lo cual ha impactado en la salud física de algunas personas. Se observan altos niveles de miedo, ansiedad y depresión entre los migrantes, exacerbados por la incertidumbre económica y la pérdida de redes de apoyo. Estos trastornos emocionales no solo afectan la capacidad individual para enfrentar desafíos, sino que también obstaculizan la construcción de medios de vida resilientes y efectivos en el extranjero.

Ante este contexto, los planes y expectativas de los migrantes se han transformado en un enfoque de supervivencia. Muchos continúan luchando por encontrar estabilidad por las limitaciones persistentes. A pesar de las adversidades, algunos mantienen esperanzas y sueños de un futuro mejor, utilizando la resiliencia como un recurso para enfrentar los desafíos. Entre las motivaciones principales se encuentra el deseo de alcanzar estabilidad económica para apoyar a sus familias. Aunque muchos desean regresar a Nicaragua, condicionan su retorno a un cambio político significativo que garantice la democracia y la seguridad. Sin embargo, algunos temen represalias por parte de simpatizantes del gobierno actual (aún en un nuevo contexto) y otros rechazan la idea de regresar debido a las dificultades enfrentadas y la incertidumbre asociada con comenzar de nuevo en su país de origen.

Finalmente, se destaca la importancia de la respuesta institucional a los impactos de la migración, que incluye tanto a entidades gubernamentales como a no gubernamentales. En este sentido, algunos de los/as participantes perciben al gobierno costarricense como ineficiente y excesivamente burocrático en la gestión de procesos migratorios (6 de 21 personas), además consideran que las autoridades no muestran un compromiso real para asistir a los migrantes, especialmente a los/as jóvenes nicaragüenses, y cuestionan su responsabilidad y voluntad para proteger a poblaciones vulnerables (7 de 21 personas). Adicionalmente, algunos de los entrevistados describen al presidente actual como alguien que promueve un discurso xenófobo y contribuye al deterioro de la integración y el bienestar de los migrantes, lo que ha generado que la situación actual esté empeorando para los/as migrantes (8 de 21 personas), especialmente

para los que migraron de manera forzada. Por esta razón, algunas personas han considerado la opción de emigrar nuevamente hacia países con condiciones socioeconómicas y políticas más favorables, especialmente debido a las nuevas restricciones y a la percepción de inseguridad derivada de la represión transnacional (acciones del gobierno y seguidores para perseguir, intimidar o controlar a personas opositoras que se encuentran en el extranjero) en Costa Rica.

Respecto a la respuesta de las Organizaciones No Gubernamentales (ONG) y agencias de protección a migrantes, si bien estas organizaciones desempeñan un papel crucial en la provisión de apoyo esencial, generalmente se centra en mitigar problemas emergentes y no necesariamente aborda las causas estructurales. Estas organizaciones han brindado mayormente asesoría en trámites migratorios, la cual se ha limitado a los procesos iniciales. Además, han contribuido a aumentar el capital social de los jóvenes mediante programas y actividades, han proporcionado paquetes de alimentos y apoyo para adquirir seguros médicos, así como han facilitado cursos técnicos y talleres. Sin embargo, los problemas como la integración social, el acceso a empleo digno y a servicios básicos adecuados, así como la discriminación y la xenofobia, requieren soluciones acompañadas de políticas estatales que sean más integradas y sostenibles.

En conclusión, utilizando el marco de medios de vida, los jóvenes nicaragüenses en Costa Rica enfrentan una serie de desafíos que les impiden alcanzar una calidad de vida sostenible. En primer lugar, carecen de agencia/capacidades, activos adecuados y capacidades, lo que resulta en un deterioro de su situación económica y acceso al capital físico debido a los altos costos de vida, dificultades laborales y vulnerabilidades ante emergencias. Asimismo, su acceso limitado a servicios financieros, derivado de su estatus migratorio, restringe su capacidad para manejar emergencias, invertir o ahorrar. Aunque tienen un nivel educativo más alto y desean continuar sus estudios, enfrentan limitaciones estructurales que dificultan este objetivo. Además, han experimentado una reducción en su círculo social y apoyo comunitario, así como enfrentado xenofobia y discriminación. Como consecuencia, estas condiciones afectan su bienestar socioemocional, provocando ansiedad, depresión, insomnio, e incluso pensamientos suicidas. No obstante, aunque algunos jóvenes utilizan la resiliencia para superar los desafíos, las crecientes restricciones y políticas migratorias en Costa Rica complican sus planes, llevando a algunos a considerar migrar nuevamente. En cuanto a regresar a Nicaragua, muchos lo harían solo con un cambio de gobierno que garantice la democracia, mientras que otros prefieren no regresar ya que no están dispuestos a empezar de cero en su país de origen. Además, perciben un deterioro en las políticas gubernamentales de Costa Rica hacia los migrantes, describiendo al actual gobierno como ineficiente, burocrático y promotor de un discurso xenófobo.

Por todo esto, el estudio subraya la necesidad de políticas y programas que aborden las necesidades específicas de los/as jóvenes migrantes nicaragüenses en Costa Rica, promoviendo la inclusión social y económica y combatiendo la xenofobia y la discriminación. Es fundamental garantizar el respeto de los derechos humanos de todos/as los/as migrantes y trabajar hacia una sociedad más inclusiva y acogedora para quienes buscan construir una vida digna y medios de vida sostenibles en un nuevo entorno.

Dada esta realidad, se propone que el Gobierno costarricense implemente políticas específicas al contexto de los/as migrantes. Es crucial adoptar medidas que faciliten el acceso a distintos tipos de activos, como la educación, empleo, y servicios de salud mental y física, configurando un entorno que mitigue los impactos negativos de la migración y promueva el bienestar y autosuficiencia de migrantes y grupos vulnerables. Además, esto aportaría al desarrollo económico tanto de Costa Rica como de Nicaragua a través de los beneficios transnacionales.

Adicionalmente, para mejorar las condiciones de vida de los jóvenes migrantes nicaragüenses en Costa Rica, se recomienda financiar investigaciones sobre su vulnerabilidad, colaborando con entidades internacionales, locales, y académicas. Además, lanzar campañas de información accesibles sobre trámites migratorios, y desarrollar programas educativos y de capacitación técnica, en colaboración con instituciones locales, para ofrecer becas, reconocimiento de estudios previos, mentorías y pasantías. También es crucial implementar programas para mejorar el acceso al empleo, certificación de habilidades y eliminación de barreras administrativas, así como programas de capacitación integral con servicios complementarios como transporte, alimentación y cuidado infantil. Estas acciones mejorarían el capital humano y financiero de los migrantes, promoviendo su estabilidad y sostenibilidad económica.

Para fortalecer la integración social y la protección de los migrantes, se deben implementar políticas de vigilancia laboral para reducir la explotación y el empleo informal, aumentar el acceso a vivienda y recursos básicos, y facilitar el acceso a servicios financieros adecuados. Apoyar el emprendimiento y la creación de microempresas, y promover la integración cultural y social mediante programas comunitarios reducirían el aislamiento y fomentarían relaciones positivas en la comunidad migrante. Además, combatir la xenofobia y discriminación con campañas de sensibilización y educación, y establecer plataformas de diálogo entre migrantes, ONGs, y gobiernos locales, promoverían un entorno inclusivo. Adicionalmente, ofrecer servicios de apoyo psicoemocional y psiquiátricos accesibles, y asegurar la protección de migrantes con persecución política, garantizarían un entorno seguro y de apoyo para los migrantes, permitiéndoles reconstruir sus vidas sin temor a represalias o violencia. Estas medidas

fortalecerían la cohesión social y la resiliencia de los migrantes, impactando positivamente en su capital social y emocional.

1. Introducción

La crisis política y socioeconómica desencadenada en Nicaragua a partir del año 2018 estuvo marcada inicialmente por numerosas manifestaciones sociales. No obstante, para junio y julio 2018, durante la denominada "operación limpieza", las acciones del Gobierno en contra de los manifestantes se intensificaron, utilizando estrategias como discursos de criminalización, uso generalizado de elementos parapoliciales, el uso excesivo e indiscriminado de la fuerza letal y las ejecuciones extrajudiciales, el uso de tortura como método de castigo e investigación, así como detenciones arbitrarias, entre otras (Amnistía Internacional, 2018).

Desde entonces, se han generado notables flujos migratorios hacia diferentes países, principalmente hacia Costa Rica y Estados Unidos (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR], 2020). Esta migración refleja no solo la búsqueda de seguridad y protección ante la persecución política, sino también la necesidad de encontrar oportunidades laborales y económicas que se han visto severamente limitadas en el país.

Los/as jóvenes constituyen uno de los grupos sociales más impactados por la crisis política, debido principalmente a su participación en el activismo político (Comisión Interamericana de Derechos Humanos [CIDH], 2018). Esta implicación ha provocado situaciones de violencia, persecución política y graves violaciones a sus derechos humanos, resultando en desplazamientos forzados tanto internos como externos (Baca, Carrión, Centeno, López-Espinoza, 2020). En consecuencia, muchos de estos jóvenes se han visto obligados a migrar, enfrentando desafíos específicos que comprometen su proceso de integración social y económica en los países de acogida (Baca et al., 2020). Estos retos los colocan en una posición de vulnerabilidad, dificultando su adaptación y el establecimiento de una vida estable en sus nuevos entornos.

La relación histórica entre Nicaragua y Costa Rica ha estado marcada por distintos flujos migratorios, donde aspectos económicos, sociales, geográficos, ambientales, culturales y políticos han influido en las dinámicas de movilidad entre ambos países. La reciente crisis ha intensificado estos flujos, destacando un perfil diferente de migrantes, y planteando nuevos retos para las personas que migran y para las políticas públicas de Costa Rica (Orozco, 2022). Por lo tanto, este estudio tiene como objetivo examinar los impactos de la migración en los medios de vida

de los/as jóvenes nicaragüenses, centrándose en el estudio de caso de personas que han emigrado a Costa Rica desde la crisis política de 2018.

El análisis de este estudio se basa en el enfoque teórico de medios de vida desarrollado por Chamber y Conway (1992), que aborda activos (tanto tangibles como intangibles), actividades económicas y capacidades como componentes esenciales para la autosuficiencia y sostenibilidad de las personas o los hogares. Estos medios de vida y las estrategias de subsistencia se configuran y modifican por instituciones, relaciones sociales, impactos y tendencias.

De acuerdo con los autores, los medios de vida son sostenibles cuando soportan y se recuperan de los impactos y tensiones, y mantienen o mejoran sus capacidades y activos (Chamber y Conway, 1992). En un contexto de migración, los medios de vida se ven debilitados o perdidos, y su reconstrucción se ve afectada por los efectos del desplazamiento y las limitaciones en los países de destino (Jacobsen, 2014). En este sentido, los/as jóvenes deben navegar por un entorno nuevo y a menudo incierto, potencialmente reconstruyendo sus vidas con recursos limitados y enfrentándose a barreras significativas para la integración y la participación social y económica.

Este enfoque de medios de vida ha sido adoptado por agencias de protección a migrantes internacionales como la Organización Internacional para las Migraciones (OIM, 2012) y ACNUR (2012), destacando su relevancia en el contexto migratorio global. Este enfoque integral ha sido vinculado con investigaciones sobre migración económica y forzada debido a su amplia aplicabilidad a diversos contextos y flexibilidad para evaluar las condiciones de los migrantes, comprender los efectos del desplazamiento e identificar los aspectos clave a abordar a través de la asistencia social e intervenciones de cooperación para mejorar las oportunidades de la población migrante desde una perspectiva local (ACNUR, 2012; De Vriese, 2006; El-Shaarawi, 2015).

Aunque investigaciones previas han examinado las diversas limitaciones que enfrentan los/as migrantes nicaragüenses en Costa Rica, este trabajo contribuye significativamente a este campo de estudio. Lo anterior se debe principalmente a que se aplica el enfoque de medios de vida y se centra específicamente en la población juvenil, que es particularmente vulnerable, y como se mencionó anteriormente, ha sido profundamente afectada por la crisis política y económica en Nicaragua a partir de 2018.

A través de una metodología cualitativa, los resultados principales de este estudio se basan en datos primarios recopilados a través de 21 entrevistas

semiestructuradas con jóvenes migrantes (entre 16 a 35 años), y 3 entrevistas a expertos en temas de migración y juventudes en Costa Rica.

Esta investigación está dividida en 6 secciones, incluyendo la presente introducción. En la sección dos se discute el marco teórico presentando los principales conceptos y aportes de la teoría de medios de vida en estudios de migración. La sección tres presenta los detalles metodológicos abarcando la selección de la muestra, recolección de información, procesamiento de datos y principales limitaciones del estudio. La sección cuatro expone los resultados y discusión sobre la información obtenida. La sección cinco presenta una conclusión que abarca todo lo anteriormente expuesto. Por último, se brindan breves recomendaciones sobre acciones que podrían mejorar los medios de vida de jóvenes migrantes nicaragüenses en Costa Rica.

2. Marco Teórico

2.1. Marco conceptual de los medios de vida

El marco de los medios de vida surgió inicialmente en la década de los 80 como un enfoque multidimensional destinado a comprender las dinámicas socioeconómicas y diseñar políticas efectivas centradas en la reducción de la pobreza de grupos vulnerables. Este enfoque aborda la capacidad de las personas para generar medios de vida que satisfagan sus necesidades básicas, de manera autosuficiente y resiliente en diferentes tipos de contextos. Es por ello, que se consideran las diversas estrategias que individuos y/o hogares adoptan diariamente para subsistir o sobrevivir, tanto económicamente como socialmente (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD], 2017).

Además, este marco conceptual aborda la sostenibilidad de estas estrategias, que es cuando tienen la capacidad de resistir y recuperarse de diferentes desafíos e impactos[1], manteniendo o incrementando los recursos y habilidades, sin comprometer los recursos naturales fundamentales (Ashley y Carney, 1999; Segovia y Olivera, 2021). Aunque varios autores y organizaciones internacionales[2]

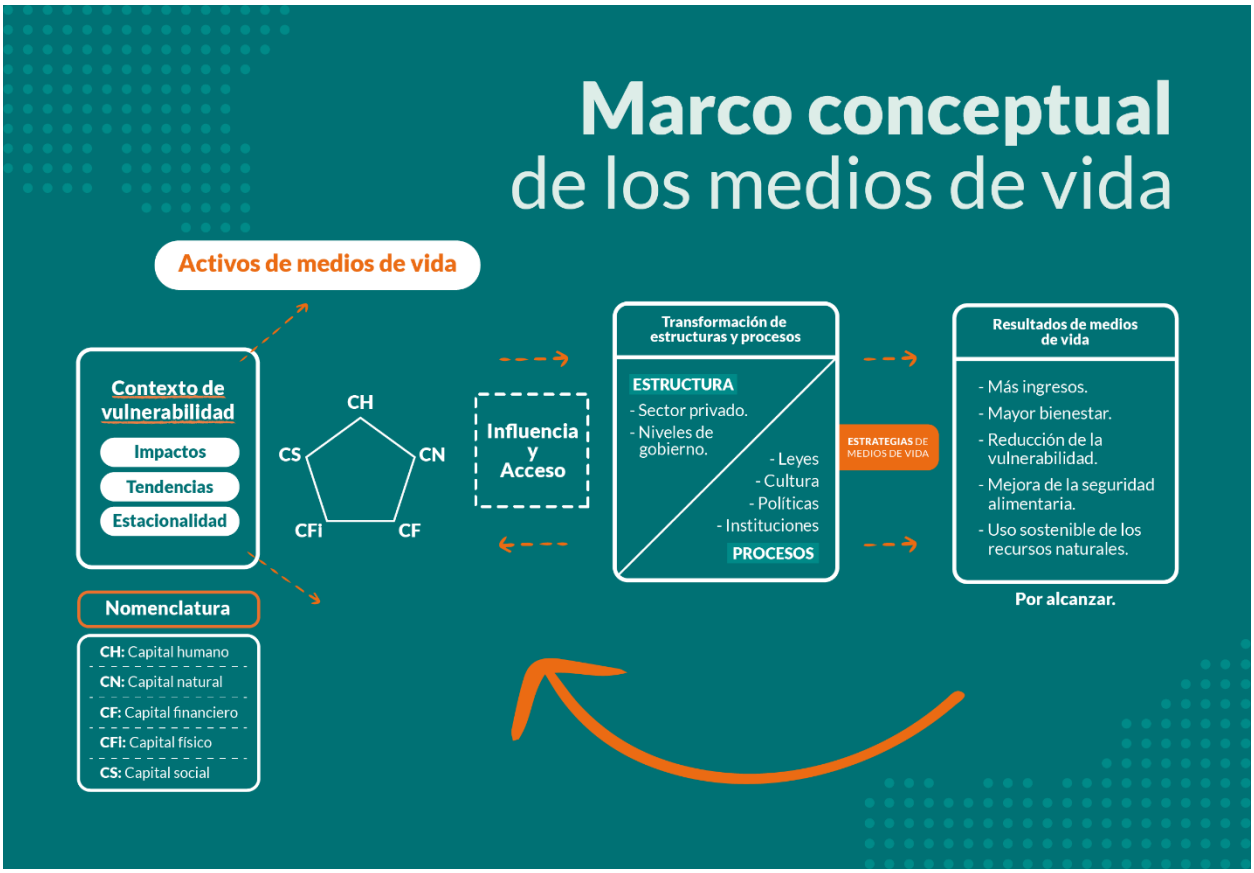
[1] Por ejemplo, impactos internos o externos inesperados como desastres naturales, cambios económicos adversos, pérdida del empleo, crisis financieras, crisis de salud física o mental, pérdida de un familiar o persona cercana, conflictos políticos, migración forzada, entre otras (Kollmair y Gamper, 2002).

[2] Existen varios marcos teóricos de medios de vida elaborados por autores del desarrollo, como los de Departamento para el Desarrollo Internacional [DFID por sus siglas en inglés] (Ashley y Carney, 1999), CARE (Sanderson, 1999; GLOPP, 2008), Oxfam (May, Brown, Cooper y Brill, 2009) y PNUD (2017). Aunque utilizan términos distintos, las bases de la teoría son las mismas y, a pesar de sus diferencias de interpretación y variaciones, todos se basan en teorías de desarrollo.

han contribuido al concepto de "medios de vida", no existe una conceptualización general. Sin embargo, la más reconocida hasta la actualidad fue aportada por Chamber y Conway (1992), definiendo medios de vida cómo:

> *"...el conjunto de capacidades, activos y actividades requeridas para la subsistencia y sobrevivencia. Un medio de vida sostenible permite a un individuo tanto hacer frente y recuperarse del estrés y los shocks externos, así como mantener o mejorar sus capacidades y activos para proporcionar oportunidades sostenibles para la próxima generación. También beneficia a otros medios de vida a nivel local y global, tanto a corto plazo cómo largo plazo" (p.9.).*

Ilustración 2.1



Fuente: Elaboración propia basado en DFID (Ashley y Carney, 1999).

Por lo tanto, los medios de vida abordan activos (tanto materiales como sociales), capacidades[3] y actividades que las personas acceden y poseen como medios para

[3] Las capacidades se basan en el concepto de "capabilities" desarrollado por Amartya Sen (1999), para referirse a la habilidad de un individuo para utilizar efectivamente los recursos y activos disponibles para alcanzar su bienestar. La evaluación del bienestar debe considerar si las personas pueden ser o hacer lo que

buscar y lograr una forma de vida digna, y cómo estos factores interactúan entre sí. Para alcanzar este objetivo, es crucial contar con acceso a cinco tipos de activos[4] (humanos, físicos, financieros, sociales, y naturales) y la habilidad para utilizar, transformar y combinar estos activos en actividades productivas con el fin de satisfacer necesidades básicas de manera autosuficiente (ver en la ilustración 2.1 el marco conceptual de Chamber y Conway, 1992).

Por lo tanto, el acceso y control de estos cinco tipos de activos son esenciales para tener suficientes recursos y podrían determinar la participación de individuos y/o hogares dentro de actividades productivas, acciones colectivas o en el mercado laboral (Ashley y Carney,1999). No obstante, este acceso y control son modificados por factores sociales y elementos exógenos. Algunos de estos factores son: características sociodemográficas (género, clase, edad, etnia), relaciones sociales, instituciones (formales e informales) y organizaciones (empresas, Organizaciones No Gubernamentales [ONG], asociaciones e instituciones estatales) (Ellis, 1998; Scoones,1998). En ese sentido, Daskon y Binns (2010) subrayan la importancia de considerar estos factores para mejorar las estrategias de intervención y apoyo a comunidades vulnerables, debido a que las dinámicas sociales y estructurales pueden facilitar o limitar las oportunidades económicas y de participación de los individuos en la sociedad.

Además, como se mencionó anteriormente, se debe considerar que los medios de vida podrían alterarse por cambios inesperados que requieren estrategias sostenibles y actividades auto-sostenibles. Por lo tanto, en este análisis holístico se considera la respuesta de individuos o hogares a estas realidades complejas (Ashley y Carney, 1999). Las estrategias de afrontamiento representan la sostenibilidad de los medios de vida cuando ocurren cambios repentinos inesperadamente causados por choques o tendencias. Consecuentemente, la adaptación, combinación, sustitución y diversificación de actividades en una crisis determinan cuán sostenibles y resilientes son las estrategias (Scoones,1998; Segovia y Olivera, 2021).

A pesar de que el marco de medios de vida ha sido muy útil y exitoso en diseñar políticas locales efectivas, su alcance no es perfecto y completo debido a limitaciones teóricas. En este respecto, De Haan y Zoomers (2005) abordaron

valoran y aspiran a ser. Por lo tanto, se debe considerar las libertades o posibilidades que las personas tienen en un entorno social para llevar a cabo las vidas que valoran. Este enfoque pone énfasis en la importancia de proporcionar a los individuos las oportunidades y recursos necesarios para lograr sus metas personales y mejorar su bienestar, más allá de la posesión de bienes materiales y recursos económicos (Sen, 1999).

[4] Humanos: Habilidades, conocimientos, capacidad para trabajar y buena salud. Físicos: Posesión de vivienda, infraestructura y bienes materiales. Financieros: Ingresos, ahorros, créditos y otras formas de capital económico. Sociales: Redes de apoyo comunitario y familiar (relación entre migrantes y residentes locales en un contexto de migración). Naturales: Recursos como tierra, agua y recursos ambientales.

algunos de los obstáculos que este marco teórico tiene para entender la dinámica socioeconómica de personas en estado de vulnerabilidad. Dentro de estas limitaciones, la que más resaltan los autores es la complejidad del acceso y la agencia en la toma de decisiones respecto a los medios de vida (De Haan y Zoomers, 2005).

Lo anterior se basa en que las estructuras sociales y los roles de género limitan las opciones de algunos individuos y el acceso a oportunidades de sus medios de vida (Krantz, 2001). Por lo tanto, la agencia de los individuos está moldeada por categorizaciones sociales y relaciones de poder, lo que muchas veces limita la toma de decisiones y el acceso a activos y actividades económicas (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [FAO por sus siglas en inglés, 2006). Además, la agencia depende del nivel de empoderamiento, capacidades y participación en la toma de decisión dentro de la comunidad y del hogar a la que pertenece una persona. Por ejemplo, las mujeres podrían realizar algunas actividades, pero no necesariamente por su propia elección en un hogar donde el hombre tiene el poder (Khatiwada et al., 2018; Lindenberg, 2002). En este ejemplo, la evaluación de medios de vida debería considerar arreglos de negociación dentro del hogar o relaciones de poder según el contexto.

Asimismo, es importante considerar los antecedentes y las historias de vida de los individuos, ya que los hábitos, sistema de valores, y costumbres modifican lo que las personas valoran como bienestar y lo que aspiran hacer y ser (De Haan y Zoomers, 2005; Sen, 1999). Por lo tanto, el acceso a activos, actividades económicas y capacidades también depende del trasfondo de cada persona, incluyendo su cultura, tradiciones, creencias, necesidades, motivaciones y objetivos (Daskon y Binns, 2010). En consecuencia, el acceso a oportunidades de medios de vida o la toma de decisiones en torno a sus estrategias diarias es complejo, y su análisis requiere múltiples dimensiones para una comprensión extensa de situaciones locales o sectoriales.

Por lo tanto, vincular la teoría de medios de vida con temas de migración es fundamental para comprender el nivel de vulnerabilidad que los migrantes enfrentan en los países de acogida desde un enfoque multidimensional pero localizado; reconociendo que el acceso a activos y capacidades potencia la capacidad de agencia de las personas para construir estrategias de medios de vida sostenibles (De Vriese, 2006; El-Shaarawi, 2015). Sin embargo, las personas que migran generalmente pierden este poder ya que enfrentan limitaciones institucionales, afectaciones socioeconómicas e impactos psicoemocionales que restringen acceso y control de estos activos para alcanzar bienestar y autosuficiencia en el país de destino, afectando la oportunidad de reconstruir una

calidad de vida digna (Jacobsen, 2014; Jacobsen y Fratzke, 2016). Esto muchas veces es dado por la carencia de políticas migratorias efectivas y asistencia humanitaria especificas a las necesidades de cada grupo social. Por estas razones, la siguiente sección ofrece una revisión de literatura sobre la relevancia y evidencia disponible sobre la teoría de medios de vida aplicada en un contexto de migración.

2.2. Revisión de literatura sobre medios de vida en un contexto de migración

2.2.1. Relevancia de la teoría de medios de vida en estudios de migración

La teoría de medios de vida ha ganado relevancia en los estudios sobre migración debido a su capacidad para analizar las complejidades de este fenómeno y el desplazamiento (ACNUR, 2012; Jacobsen y Fratzke, 2016). La literatura de desarrollo destaca que la migración es a menudo una estrategia de medios de vida en respuesta a la vulnerabilidad económica y social, así como a conflictos políticos y desastres naturales en sus países de origen (Ellis, 1998; Scoones,1998). Sin embargo, los activos y la capacidad de los migrantes de restablecer las actividades económicas en los países de acogida son cruciales para poder reconstruir medios de vida sostenibles. Estos normalmente están limitados por marcos institucionales restrictivos, y por apoyo humanitario o de cooperación que no son efectivos.

Como se mencionó anteriormente, los medios de vida sostenibles están conectados con el bienestar de las personas. Sin embargo, al aplicar este criterio en el contexto de la migración, especialmente si es forzada, debe considerarse que las personas que migran tienen diferentes experiencias durante la transición, generando impactos en sus vidas incluyendo pérdidas emocionales y materiales (Jacobsen, 2014). Estas pérdidas hacen que los migrantes tengan que reconstruir una nueva vida en un contexto diferente, enfrentando una desventaja social debido a la pérdida de capacidades. Para ampliar la literatura sobre la relevancia de la teoría de medios de vida en estudios de migración, ver anexo 9.1.1.

2.2.2. Impactos de la migración en los migrantes

La migración puede generar tanto impactos positivos como negativos en los migrantes. Entre los beneficios que pueden experimentar los/as migrantes se encuentra la posibilidad de acceder a mejores oportunidades laborales y de ingresos, además de enviar remesas a las familias en el país de origen, lo cual fortalece el consumo y la inversión en los hogares receptores y contribuye a la reducción de la pobreza en estos hogares (Démurger, 2015; Beaton et al., 2017; Eggers y Jiménez, 2023). Adicionalmente, en economías desarrolladas, los

migrantes pueden impulsar el Producto Interno Bruto (PIB) y la productividad gracias a sus habilidades complementarias (Engler et al., 2020).

Sin embargo, la migración también presenta desafíos, incluyendo la separación de seres queridos, choques culturales y riesgos de explotación laboral, lo cual puede afectar la salud física, mental y emocional de los/as migrantes (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2014; Goldman et al., 2014; Theisen-Womersley, 2021). Estos problemas pueden ser exacerbados por la discriminación y las dificultades para adaptarse a un nuevo entorno (Rodríguez, 2000; Orozco, 2013). Para ampliar la literatura sobre los impactos de la migración en los migrantes, ver anexo 9.1.2.

2.2.3. Limitantes para la autosuficiencia y desarrollo de medios de vidas de migrantes en países destinos

La migración afecta significativamente las oportunidades laborales y los medios de sustento de las personas debido a factores como las condiciones socioeconómicas del país receptor, las leyes y políticas sobre empleo, y los aspectos logísticos que dificultan el acceso a trabajos dignos (Organización Internacional del Trabajo [OIT], s.f.). En los países de acogida, los migrantes y refugiados a menudo se concentran en empleos no calificados en el sector informal, enfrentando condiciones laborales precarias y discriminación, especialmente durante crisis económicas (OIT, s.f.). Además, obstáculos como los altos costos y los largos procesos para obtener documentación, las dificultades para homologar la formación profesional y las conductas discriminatorias complican aún más su integración laboral (Acción contra el Hambre, 2020; Vicenza, 2016).

Aunque contar con permisos de trabajo beneficia a los migrantes, aspectos como la informalidad estructural de los países receptores y la falta de reconocimiento de la experiencia y nivel educativo de los migrantes limitan el impacto de estas políticas laborales (Gordon, 2024). Incluso con permiso de trabajo, algunos migrantes no pueden acceder al mercado laboral formal debido a leyes que desincentivan la contratación de extranjeros (Sele y Bolter, 2020; Dirección del Trabajo, 2024). Además, los estereotipos, la regularización del estatus migratorio, la oferta laboral limitada y las barreras de lenguaje son las principales dificultades para acceder a empleos, especialmente para los refugiados y solicitantes de refugio que enfrentan más incertidumbre (InteLACMarket, 2023; Vicenza, 2016; Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico [OCDE], 2019). Para más información sobre limitantes para la autosuficiencia y desarrollo de medios de vidas de migrantes en países destinos, ver anexo 9.1.3.

2.2.4. Contexto de la migración de nicaragüenses desde 2018

En abril de 2018, Nicaragua experimentó un estallido social a raíz del incendio en la reserva natural Indio-Maíz y de las reformas al sistema de seguridad social impulsadas por el Gobierno (Grupo Interdisciplinario de Expertos Independientes

[GIEI], 2019). Las protestas, que contaron con la participación de diversos actores, iniciando con estudiantes universitarios, demandaban la revocación de estas reformas y luego abogaban por cambios políticos y sociales más profundos para restaurar la democracia en el país (Rueda, 2018). En respuesta, el Gobierno implementó una serie de medidas represivas, especialmente dirigidas a manifestantes y activistas, con el objetivo de contener las protestas, lo que se tradujo en cientos de muertes, personas heridas, encarcelamiento y exilio (GIEI, 2019). Desde entonces, se ha establecido un estado de control policial, al cual se ha sumado nuevas medidas incluyendo la aplicación de nuevas leyes que deterioran el Estado de Derecho y limitan todas las libertades (CIDH, 2021; Luna, 2021; Associated Press, 2023; Benavides, 2024).

Esta crisis sociopolítica que enfrenta Nicaragua desde 2018 provocó un incremento significativo en los flujos migratorios de los nicaragüenses, especialmente en búsqueda de refugio. ACNUR contabiliza que, entre 2018 y junio de 2023, aproximadamente 935,065 personas han abandonado Nicaragua, de las cuales 440,260 son solicitantes de asilo y 18,545 han sido reconocidas como refugiadas (Grupo de Expertos en Derechos Humanos sobre Nicaragua [GHREN], 2024). Por su parte, Orozco estima que, hasta finales de 2023, el número de nicaragüenses viviendo en el exterior fue de 1.5 millones, lo que equivale al 22.0 por ciento de la población (Regidor, 2023a). Esta cifra podría seguir aumentando, según las Encuestas de Opinión Pública, ya que la mayoría de los/as nicaragüenses (56% en enero 2024) considera que, si tuviera los recursos, es algo o muy probable que migrara, siendo las principales razones la mala situación económica y la búsqueda de mejores trabajos y salarios (CID Gallup, 2024).

Costa Rica es de los principales países de destino de estos flujos migratorios (ACNUR, 2020). En 2017, solo hubo 67 solicitudes de refugio por parte de nicaragüenses en Costa Rica, pero esta cifra incrementó a 23 mil en 2018 y continuó aumentando rápidamente en los años siguientes (Ripley, 2023). Casi dos años después de los acontecimientos de 2018, más de 100 mil nicaragüenses se vieron forzados a huir y buscar asilo por el incremento de la persecución y violación a los derechos humanos (ACNUR, 2020). Desde 2018 hasta el primer trimestre de 2024, Costa Rica ha recibido a 265.9 mil solicitantes de refugio, de los cuales el 86.2 por ciento son nicaragüenses. En el mismo periodo, 11,091 nicaragüenses obtuvieron su refugio en este país (Dirección General de Migración y Extranjería [DGME], 2024).

De 2018 a la actualidad, se han observado distintas olas migratorias. Por ejemplo, en 2021, tanto la situación política como la situación económica de los hogares impulsaron un incremento significativo en el flujo migratorio principalmente con destino a Estados Unidos. De acuerdo con las cifras de Aduanas y Protección de Fronteras de EE.UU. (CBP, 2024a), 3.4 mil nicaragüenses llegaron a las fronteras de EE.UU. de forma irregular en 2020, cifra que se incrementó a 87.6 mil en 2021, alcanzando un récord en 2022 con un total de 217.1 mil nicaragüenses. Debido al incremento significativo de migración irregular, el presidente de EE.UU. incluyó a

los nicaragüenses como beneficiarios en la política de Parole Humanitario[5], mediante la cual se otorga un permiso laboral temporal. Esto resultó en que 53 mil nicaragüenses viajaran de manera regular en 2023 (CBP, 2024b). A pesar de esto, el número de nicaragüenses que llegó de forma irregular fue de 79.6 mil en este mismo año (CBP, 2024a).

Aunque esta ola migratoria observada desde el año 2021 tiene como principal destino EE.UU, las solicitudes de refugio en Costa Rica también crecieron significativamente en 2021 y 2022. De acuerdo con la DGME (2024), las solicitudes de refugio crecieron más de 400 por ciento en el 2021, con casi 53 mil casos, y recibieron un poco más de 80 mil solicitudes en 2022. Estos datos han disminuido en 64.4 por ciento tanto en 2023 como en el primer trimestre de 2024. La reducción en el número de solicitudes se relaciona con las modificaciones en las políticas migratorias y de refugio de Costa Rica, mediante la cual la Unidad de Refugio de DGME solo otorga 70 citas diarias para estas solicitudes (Estrada, 2023a). Además, se han registrado casos de nicaragüenses que prefieren migrar a EE.UU., incluso entre aquellos que ya residían en Costa Rica. Aunque las razones pueden variar según cada situación, se han identificado tres motivos principales: la búsqueda de mejores oportunidades económicas, el aumento de la represión política transnacional y la incertidumbre en Costa Rica para quienes solicitan refugio por el endurecimiento de políticas migratorias a manos del gobierno (Pomareda, 2023).

La represión en Nicaragua obligó a muchas personas a huir de forma irregular, a menudo con la ayuda de "coyotes"[6], lo cual aumentó su vulnerabilidad y riesgo de sufrir violaciones de derechos humanos (CIDH, 2019). Entre 2018 y 2021, junto con el aumento de la migración, se registraron más noticias sobre migrantes que sufrieron abusos sexuales, secuestros, robos y asaltos durante su viaje (Sánchez y Hernández, 2022).

La CIDH (2019) resalta los desafíos que enfrentan los nicaragüenses que buscan protección internacional. Estos incluyen el alto costo y la complejidad del proceso de solicitud de asilo o refugio, que puede extenderse hasta un año y medio sin obtener una respuesta. Además, señala la falta de información sobre derechos y procedimientos, así como la escasez de asesoramiento legal y representación, y el rechazo en la frontera de algunos nicaragüenses sin tener en cuenta sus necesidades de protección o vulnerabilidad.

El tipo de movilización puede influir en la forma en la que las personas se adaptan a un nuevo entorno. En este sentido, un estudio revela que la movilización social con educación, la ocupación profesional y sentirse bienvenido en el país influye positivamente en la integración de los nicaragüenses en Costa Rica, mientras que

[5] El 05 de enero de 2023, el presidente Biden anunció que el Parole Humanitario que había sido aplicado a venezolanos en 2022 se extendía para cubanos, haitianos y nicaragüenses (Department of Homeland Security [DHS], 2023). Esta medida limita el número a 30,000 migrantes mensuales provenientes de Venezuela, Cuba, Haití y Nicaragua en conjunto (DHS, 2023).

[6] Coyotes se usa para referirse a individuos o redes que se dedican al tráfico de personas, específicamente al contrabando de migrantes a través de fronteras internacionales, generalmente de manera irregular y por un precio.

la migración por motivos políticos se relaciona negativamente con la incorporación al país (Orozco, 2022).

Por medio de una encuesta realizada a 1,100 nicaragüenses residiendo en Costa Rica, el investigador Manuel Orozco señala que existen diferencias significativas entre los migrantes que llegaron antes y después de la crisis política de 2018 en Nicaragua (Orozco, 2022). Igualmente, él menciona que los recién llegados suelen emigrar por razones políticas, mientras que la motivación económica es predominante en ambos grupos. Los migrantes más antiguos tienden a tener una mayor percepción de no ser bien vistos por la sociedad costarricense. Además, la mayoría de los migrantes con más tiempo en Costa Rica tienen estatus migratorio regularizado, acceso a servicios de salud y educación para sus hijos, en comparación con los recién llegados. Aunque ambos grupos mantienen vínculos con Nicaragua, como enviar remesas, los recién llegados son quienes tienen una mayor intención de regresar si las condiciones mejoran, a pesar de también ser quienes tienen una mayor intención de traer a sus familiares a Costa Rica. Los/as migrantes más transnacionalizados[7] tienen una menor intención de regresar.

No obstante, los migrantes se enfrentan a dificultades significativas para encontrar empleo, lo que los lleva a ocupar trabajos precarios a pesar de tener una alta cualificación (Sánchez y Hernández, 2022; Orozco, 2022). En el caso de nicaragüenses en Costa Rica, el tiempo de residencia no mejora sus ingresos, lo que los perpetúa en empleos de baja calificación y poca movilidad laboral (Orozco, 2022). Además, la falta de acceso a servicios básicos y la escasa capacidad de ahorro refuerzan una situación precaria. De acuerdo con Orozco (2022), en general, menos del 15.0 por ciento de las personas encuestadas cumplen con criterios mínimos de estabilidad o integración[8].

En resumen, la crisis política y socioeconómica que inició a partir de 2018 ha desencadenado un aumento significativo en la migración, resaltando la urgencia de examinar las condiciones y los impactos de este fenómeno en diversos grupos sociales. Así, toda esta información subraya la necesidad crítica de investigaciones que profundicen en cómo la migración afecta a diversos sectores, incluidos jóvenes, para desarrollar políticas más efectivas y humanitarias que faciliten su integración y autosuficiencia.

3.Metodología

3.1. Enfoque y tipo de estudio

El presente estudio utiliza un enfoque cualitativo para identificar y analizar los impactos de la migración en los medios de vida de jóvenes nicaragüenses en Costa

[7] El estudio define como transnacionalizados a las personas que envían más remesas, se mantienen en contacto con familiares y visitan Nicaragua (Orozco, 2022).
[8] Estatus regularizado, ingreso mayor a 450,000 colones mensuales (aproximadamente US$845) y acceso a cuenta bancaria.

Rica. Dado que los resultados y conclusiones se fundamentan en las experiencias individuales y percepciones del grupo objetivo, este enfoque es adecuado para profundizar en las complejidades y los diversos factores relacionados a la migración, y sus impactos a los medios de vida de las personas.

Por otra parte, la investigación es exploratoria y se diseña en forma de estudio de caso, lo que permite un análisis exhaustivo de la situación específica de los/as jóvenes nicaragüenses entrevistados/as que han emigrado a Costa Rica. Esta metodología es ideal para obtener un entendimiento detallado de las vivencias dentro de su contexto y puede proporcionar hallazgos y conclusiones cruciales para comprender las dinámicas de la migración, procesos de adaptación, y efectos de la movilidad humana sobre las personas involucradas.

Por lo tanto, este trabajo contribuye significativamente al campo de la migración al aplicar el enfoque de medios de vida y al centrarse en la población juvenil, que es particularmente vulnerable. Los resultados podrían servir de insumo para desarrollar políticas de integración social en los países de destino, formular programas humanitarios efectivos, e identificar áreas de intervención para ofrecer apoyo a poblaciones en vulnerabilidad por distintas entidades nacionales o internacionales y actores claves.

3.2. Universo y muestra

Esta investigación utiliza información primaria basada en 21 entrevistas semiestructuradas a jóvenes migrantes nicaragüenses que residen en Costa Rica, y 3 entrevistas a expertos/as en temas de migración.

La selección de participantes se realizó mediante un muestreo intencionado o dirigido para incluir una variedad de jóvenes que han emigrado a Costa Rica por distintas razones desde 2018 y con distintas características sociodemográficas. La diversidad entre los/as participantes permite observar diferentes experiencias y determinar qué características sociodemográficas o casos conllevan una mayor vulnerabilidad en un contexto de migración. Esta aproximación asegura la identificación y comprensión de necesidades específicas que enfrentan distintos grupos de personas dentro de la comunidad migrante.

Por lo tanto, la unidad de análisis del estudio son jóvenes que cumplieran con los siguientes criterios:

- Jóvenes nicaragüenses entre 16 a 35 años.
- Personas que hayan migrado por razones económicas o forzadas a partir de 2018.
- Personas que residen en Costa Rica.

Adicionalmente, el muestreo incluye a expertos/as o especialistas en migración y juventudes, que han trabajado de cerca con nicaragüenses que han sido desplazados o han buscado mejores oportunidades económicas/laborales en Costa Rica. Por lo tanto, los expertos debían cumplir con las siguientes características:

- Personas que han trabajado en organizaciones de derechos humanos u ONGs que apoyan a migrantes.
- Personas que han trabajado con juventudes nicaragüenses o latinoamericanas.
- Personas que asisten a refugiados o que han trabajado en organizaciones nacionales o internacionales enfocadas en migración forzada.

3.3. Fuentes de información e instrumentos de recolección de datos

Los hallazgos de este estudio se basan en datos primarios utilizando dos guías[9] de entrevistas semiestructuradas con preguntas abiertas dirigidas a jóvenes migrantes que residen en Costa Rica y a expertos/as en migración. Los cuestionarios fueron diseñados a través de la revisión de literatura de estudios e informes de diversas organizaciones internacionales especializadas en el tema.

Además, se realizaron discusiones y revisiones cruzadas con el equipo interno de la Fundación, con el fin de validar y mejorar el contenido de los instrumentos. También, los cuestionarios de entrevistas incluyen la retroalimentación de los/as jóvenes migrantes que participaron en el pilotaje[10] de la herramienta cualitativa. Algunas preguntas relevantes se añadieron o se eliminaron durante la entrevista de acuerdo con las respuestas y la saturación de la información.

Los instrumentos de recolección tienen como objetivo identificar y explorar los impactos de la migración en los medios de vida de jóvenes nicaragüenses en Costa Rica. Específicamente, los principales componentes abordados en el cuestionario de entrevistas para jóvenes migrantes son:

- Sección I. Datos demográficos: Se incluyen preguntas sobre su género, edad, nivel educativo, estado civil, lugar de nacimiento y residencia, y experiencias previas de migración.
- Sección II. Razones de la migración: Se pregunta sobre cuándo y cómo llegaron a Costa Rica, las principales razones para migrar, su experiencia moviéndose hacia el país de destino, el trato recibido por agentes de migración, su estatus migratorio (en ese momento y el actual) y sus condiciones económicas y emocionales durante su primer mes.
- Sección III. Patrones de medios de vida: Se incluyen preguntas sobre los principales componentes de la teoría de medios de vida. Esto aborda todo lo que hacen y a lo que acceden para sustentarte; desde sus habilidades hasta las cosas que poseen (materiales como vivienda o sociales como amigos) y las actividades que realizan para “ganarse la vida” o sustentarse. Esta sección se encuentra dividida por los cinco activos que considera este marco conceptual.

[9] Véase anexo 9.2 y 9.3.
[10] Las entrevistas que se hicieron como pilotaje fueron incluidas dentro de las 21 entrevistas mencionadas a lo largo del estudio.

- Sección IV. Mecanismos de afrontamiento y resiliencia: En esta sección se realizan preguntas sobre sus afectaciones psicoemocionales por la migración. También, sobre sus estrategias de afrontamiento ante situaciones adversas que han vivido como migrantes, la forma en que han cambiado estas estrategias. Y se incluyen preguntas sobre espacios para compartir necesidades y preferencias como migrantes en Costa Rica, y que tipo de ayuda creen la más apropiada para contribuir a la autosuficiencia y situación emocional de los migrantes en este país.
- Sección V. Expectativas y perspectivas futuras: Se indaga sobre la evolución de sus metas y aspiraciones desde que se mudaron a Costa Rica, y si han considerado la posibilidad de regresar a Nicaragua.

Por otro lado, los elementos del cuestionario de entrevistas para expertos en migración son:

- Sección I. Información general: En esta sección se indaga sobre su área de especialización, organización para la que trabaja, y rol que desempeña.
- Sección II. Experiencias y percepciones desde la perspectiva de medios de vida: Se incluyen preguntas sobre las principales limitaciones o factores que influyen en la reconstrucción de medios de vida de jóvenes en Costa Rica.
- Sección IV. Estrategias de adaptación y resiliencia: Se hacen preguntas para identificar principales estrategias de medios de vida que se observa más frecuentemente entre los/as jóvenes migrantes para manejar y superar sus retos. Además, cómo las organizaciones contribuyen a fortalecer estas estrategias.
- Sección V. Recomendaciones para políticas: En esta sección se hacen preguntas con el fin de obtener que políticas o intervenciones recomiendan los expertos para mejorar los medios de vida de los jóvenes migrantes en base a su experiencia.

La recolección de información a jóvenes migrantes fue realizada entre el 08 de febrero al 08 de marzo de 2024. Las entrevistas se realizaron de manera virtual a través de la plataforma de zoom. El tiempo promedio de duración de estas entrevistas fue de 1 hora por persona. Por otro lado, las entrevistas a expertos/as se dieron entre 01 al 19 de abril de 2024, de manera virtual a través de la misma plataforma de llamadas. El tiempo promedio de estas entrevistas fue de 45 minutos por experto/a.

Por otro lado, con el fin de complementar la recolección primaria e interpretar y contextualizar apropiadamente los hallazgos obtenidos, se utiliza información secundaria a través de la revisión de documentos y estudios relacionados a la teoría de medios de vida y migración.

3.4. Proceso de análisis de datos

El análisis de datos se llevó a cabo en dos etapas. La primera etapa se centró en transcribir y revisar las grabaciones de los/as participantes a través del software Trint. En segundo lugar, toda la información se compiló, codificó, analizó y sistematizó utilizando el software MAXQDA que permite el análisis cualitativo. Esto incluye la codificación abierta, axial y selectiva para identificar temas y patrones.

Los datos relevantes se exploraron y codificaron con base en la revisión de la literatura y los conceptos críticos discutidos anteriormente. Por lo tanto, se empleó la triangulación de datos entre entrevistas, observación, base teórica de los medios de vida y documentos para asegurar la validez y confiabilidad de los hallazgos.

Además, el análisis de datos incluye perspectivas adicionales del equipo de investigación incluyendo notas de campo, memorandos, y noticias o estadísticas adicionales documentadas sobre la migración de jóvenes nicaragüenses.

3.5. Consideraciones éticas

En la metodología de estudio se incorporan consideraciones éticas que son fundamentales para garantizar la integridad y respeto hacia las historias compartidas por los/as participantes. En este sentido, se obtuvo un consentimiento informado de todas las personas que participaron en la recopilación de datos, explicando claramente el objetivo del estudio y asegurando la confidencialidad y anonimato en el procesamiento y presentación de resultados. En relación con la seguridad de la información recolectada, el equipo de investigación se aseguró de que todos los datos de los/as entrevistados/as estuviesen protegidos y almacenados de manera no identificable, asegurando la confidencialidad y protección de los datos personales.

Durante esta entrevista, se abordaron temas que pueden ser particularmente sensibles y evocar emociones fuertes de las personas dado el contexto sensible del desplazamiento y la migración. Por lo tanto, se tomaron medidas[11] para minimizar cualquier malestar o carga emocional para asegurar un espacio seguro y respetuoso para el/la entrevistado/a. De igual manera, se les informó antes de iniciar la entrevista su derecho a hacer pausas, detener temporal o permanentemente la entrevista en cualquier momento.

3.6. Limitaciones

El estudio contiene ciertas limitaciones que deben considerarse. En primer lugar, debido a que se utilizó una metodología cualitativa y se configura como un estudio de caso, los hallazgos que se presentan no pueden extrapolarse a toda la población

[11] Por ejemplo, el uso de lenguaje adecuado y neutral; pausas y ritmos adecuados al realizar preguntas; asegurar un ambiente cómodo y seguro para la persona; recordarle al entrevistado que se puede hacer pausas o cancelar la llamada cuando él o ella se encuentren alterados; intervenciones apropiadas para disminuir alguna angustia emocional que detecte el entrevistador; ofrecer un espacio libre de preguntas al final de la entrevista para que la persona entrevistada aborde cualquier inquietud o tema que ellos deseen.

de jóvenes migrantes nicaragüenses que residen en Costa Rica, ya que los resultados representan únicamente las experiencias y percepciones de los/as participantes involucrados. No obstante, este análisis puede servir como base teórica o lecciones para futuras investigaciones sobre este fenómeno.

En segundo lugar, la información recolectada dentro de las entrevistas es inherentemente subjetiva y puede estar influenciada por los antecedentes personales y trayectorias de vida de las personas entrevistadas, agregando posibles sesgos en los resultados.

Además, algunos miembros del equipo de la Fundación comparten características y experiencias similares con los/as participantes, especialmente en relación con la migración. Esta afinidad podría influir en la interpretación de los resultados. Por tanto, es crucial tener en cuenta la cercanía del equipo de investigación con el tema central al discutir los hallazgos del estudio.

Por otro lado, una limitación importante de este estudio es que la mayoría de los/as jóvenes migrantes nicaragüenses entrevistados están activamente involucrados o han participado en activismo político y están organizados en diversas instituciones[12], principalmente nicaragüenses exiliados. Este hecho puede no reflejar completamente las limitaciones y experiencias migratorias de todos/as los/as jóvenes nicaragüenses en Costa Rica, dado que las percepciones y experiencias de estos jóvenes podrían diferir de aquellos que no están involucrados en tales actividades.

Finalmente, los hallazgos y conclusiones de este estudio reflejan únicamente las circunstancias de los/as jóvenes migrantes nicaragüenses durante un periodo específico. Esto limita la capacidad del análisis para prever cómo los impactos de la migración podrían evolucionar o cambiar en el futuro, especialmente ante cambios en las políticas migratorias en Costa Rica.

4. Resultados y discusión

4.1. Perfil de los/as entrevistados/as

El estudio contempla un perfil detallado de los/as participantes basado en diversas características demográficas y profesionales. Se entrevistó a un total de 21 personas, incluyendo 10 mujeres (47.6%), 7 hombres (33.3%) y 4 individuos no binarios (19.1%). Este grupo se caracteriza por una predominancia de jóvenes entre 20 y 29 años (18 personas). Tan solo 3 personas tienen entre 30 y 35 años. En cuanto al estado civil, la mayoría son solteros/as (17 personas), seguidos por

[12] De hecho, 18 de 21 entrevistados habían participado en actividades organizadas por la Fundación Sin Límites, ya que la convocatoria y selección de la muestra se hizo en colaboración con el equipo de Incidencia y Diálogos Improbables de la Fundación.

casados/as (3 personas) y una persona en unión de hecho estable (ver CUADRO 4.1).

Además, se aborda un amplio espectro de diversidad dentro de la muestra de participantes, reflejando distintas realidades dentro de la comunidad migrante nicaragüense en Costa Rica. Por ejemplo, la muestra incluye una madre soltera joven y una mujer transgénero, para asegurar que las perspectivas recogidas abarquen las complejidades y los desafíos únicos enfrentados por grupos vulnerables dentro de esta población.

CUADRO 4.1

Características demograficas de la muestra

	Porcentaje	Personas
Género		
Femenino	47.6%	10
Masculino	33.3%	7
No binario	19.1%	4
Total	100%	21
Grupo etarios		
20 a 29	85.7%	18
30 a 35	14.3%	3
Total	100%	21
Estado Civil		
Casado	14.3%	3
Soltero	80.9%	17
Unión de hecho estable	4.8%	1
Total	100%	21

Fuente: FsL, 2024.

Desde el punto de vista educativo, la muestra refleja una variedad de niveles académicos: una persona de la muestra completó la educación primaria, mientras que 3 de los/as jóvenes alcanzaron el nivel de secundaria o educación técnica. Los estudios universitarios son predominantes, 8 de los/as participantes iniciaron estudios universitarios que no han sido completados, ya que algunos continúan en el proceso y otros han descontinuado sus estudios por distintas razones entre ellas cierre de universidades, cancelación de matrícula por razones políticas, problemas económicos, migración, etc. Por último, 7 personas han completado sus estudios universitarios, y 2 de los/as jóvenes poseen estudios de posgrado (ver CUADRO 4.2).

CUADRO 4.2

Nivel educativo de la muestra

	Porcentaje	Personas
Primaria	4.8%	1
Secundaria / educación técnica	14.3%	3
Universidad (sin completar)	38.1%	8
Universidad (completada)	33.3%	7
Posgrados	9.5%	2
Total	**100%**	**21**

Fuente: FsL, 2024.

En relación con la ocupación[13], 2 de los entrevistados están desempleados en Costa Rica. El sector de servicios, que incluye trabajos como limpieza, ventas, cargadores de mercaderías, entre otros, emplea a 9 de los/as participantes. Por otro lado, 3 de los/as jóvenes se dedican a servicios profesionales y consultoría, y cifras similares representan a estudiantes. Las profesiones como periodismo, psicología y enfermería están representadas cada una por una sola persona (ver CUADRO 4.3).

CUADRO 4.3

Ocupación de la muestra

	Porcentaje	Personas
Desempleo	9.6%	2
Servicios (limpieza, cargadores, vendedores, manicuristas, entre otros)	42.9%	9
Estudiantes	14.3%	3
Servicios profesionales y consultoría	14.3%	3
Periodismo	4.8%	1
Psicología	4.8%	1
Enfermería	4.8%	1
Trabajo sexual	4.8%	1
Total	**100%**	**21**

Fuente: FsL, 2024.

El perfil migratorio muestra que la mayoría de los/as participantes (18 personas) migraron por razones políticas, mientras que 3 de los/as jóvenes lo hicieron por motivos económicos o familiares/personales. La distribución temporal de la migración revela que la mayoría se desplazó entre 2018 y 2019 (10 personas), seguido por los años 2020 a 2021 (6 personas) y un menor número entre 2022 y 2023 (4 personas) (ver CUADRO 4.4).

[13] No se identificaron cuántas personas trabajan en el sector formal e informal.

Este conjunto diverso de participantes permite un análisis profundo sobre cómo las distintas características demográficas y socioeconómicas influyen en las experiencias y adaptaciones de los migrantes nicaragüenses en Costa Rica, facilitando el estudio de sus medios de vida en el marco de la migración.

CUADRO 4.4

Distribución de migrantes por tipo y año de salida

	Porcentaje	Personas
Tipo de migración		
Forzada / razones políticas	85.7%	18
Voluntaria / económica	14.3%	3
Total	100%	21
Periodo de migración		
Antes de 2018	4.8%	1
2018-2019	47.6%	10
2020-2021	28.6%	6
2022-2023	19.0%	4
Total	100%	21

Fuente: FsL, 2024.

4.2. Razones de la migración y primer mes en Costa Rica

4.2.1. Razones de migración

Identificar y comprender las razones que llevan a las personas a migrar y dejar su país de origen es crucial ya que proporciona el contexto necesario para interpretar sus experiencias e impactos posteriores en el país de destino. Las motivaciones o razones para migrar pueden variar ampliamente e influye de manera significativa en la forma en que las personas reconstruyen sus medios de vida y se integran a nuevas sociedades. Además, permite conectar sus experiencias actuales con sus condiciones de vida pre-migración (ver en la ilustración 4.1 las principales razones para migrar de los/as jóvenes nicaragüenses que fueron entrevistados).

Ilustración 4.1



Fuente: Entrevista a jóvenes nicaragüenses migrantes (FsL, 2024).

Después del inicio del levantamiento popular en abril 2018, las protestas en contra de las medidas del gobierno fueron reprimidas violentamente, intensificando las acciones gubernamentales, que incluyeron uso excesivo de la fuerza, ejecuciones extrajudiciales y tortura (Sánchez, 2020; Amnistía Internacional, 2018).

La mayoría de las personas entrevistadas para este estudio fueron víctimas de estas acciones. 18 de los 21 entrevistados se vieron forzados a migrar para proteger sus vidas y huir de la persecución y amenazas políticas. Específicamente, tras la "operación limpieza", la Policía Nacional y grupos armados buscaron a los presuntos líderes de las protestas, utilizando listas proporcionadas por líderes de los Consejos de Poder Ciudadano (CPC) que contenían los nombres de los/as participantes en las manifestaciones[14]. En este sentido, 5 de las 18 personas entrevistadas que migraron de manera forzada, sufrieron amenazas por simpatizantes del partido de Gobierno. Particularmente, mencionan las amenazas por parte de miembros de la Federación de Estudiantes de Secundaria (FES), de los CPC y el asedio policial que sufrían en sus hogares y en los lugares en donde realizaban sus actividades.

> *"…Y luego de eso amenazas, inclusive amenazas a través de…estos líderes comunitarios que son los ojos de la dictadura. Entonces estos mensajes venían de esas personas como amenazas de muerte y eso antes inclusive del incidente de la protesta por el cierre de la UCA… entonces ya había varios incidentes que, en mi análisis de riesgo me determinaron decir ya no es posible vivir aquí en Nicaragua."*
>
> Informante 17, no binario, 25 años.

Igualmente, se contabilizan 4 personas que, aunque no recibieron amenazas directas, no se sentían seguros debido a las acciones que el Gobierno estaba tomando en contra de activistas y opositores. Dada la participación que habían tenido en las manifestaciones o la labor que realizaron desde ciertas organizaciones como defensores de derechos humanos, consideraban que sus vidas estaban en riesgo en el país.

> *"Pues en Nicaragua nosotros no nos sentíamos seguro, yo trabajo para una organización de derechos humanos que es internacional y pues eso a mí me da miedo, o sea, como que de pronto había algunas otras personas que también trabajaban en el país, que tuvieron que irse porque tuvieron como incidentes dirigidos hacia ella y en general, eso me daba miedo, pero también sentía que como que el ambiente se estaba deteriorando mucho…"*
>
> Informante 15, mujer, 31 años.

Como respuesta a las protestas, a partir de agosto de 2018, el Gobierno consolidó una fase de represión que incluía la persecución y criminalización de opositores

[14] Red Internacional de Derechos Humanos (RIDH) y Comisión Permanente de Derechos Humanos-Nicaragua (CPDH) (2018).

(CIDH, 2018). Durante esta fase, se emitieron órdenes de captura contra manifestantes, acusándolos de delitos como terrorismo, entorpecimiento de servicios públicos, robo agravado, secuestro extorsivo, entre otros (Vásquez, 2018). Tres de los/as jóvenes entrevistados/as se vieron obligados a salir del país para evitar ser detenidos, ya que se les giró una orden de captura por delitos falsos, como difamación contra alguien a quien desconocía y menoscabo a la soberanía (este último es un caso de las personas que migraron durante el periodo 2022-2023). También hay dos casos de participantes que, una vez puestos en libertad tras su detención, optaron por migrar.

> *"Recibí una orden de presentarme a la alcaldía de mi pueblo y luego por no presentarme en la alcaldía como me lo solicitaban me giraron una orden de captura por un supuesto delito de difamación contra alguien que no sé quién es"*
> Informante 1, hombre, 30 años.

Ante este contexto, algunos/as jóvenes expresaron su descontento con la situación social y política del país debido a la falta de libertad de expresión; además, un participante descubrió que estaba incluido en una lista de búsqueda del gobierno[15] (ya sea para encarcelamiento o persecución política). Otros se vieron motivados a migrar para protegerse, continuar sus denuncias desde el exterior y poder tener la oportunidad de continuar sus metas educativas. Una de las informantes comparte que migrar fue una estrategia de sobrevivencia para ella, ya que estaba hundida en una depresión y pensamientos suicidas por la crisis del país.

La persecución política implementada por el Gobierno también tuvo repercusiones económicas en los/as participantes. Específicamente, una de las personas entrevistadas salió del país como consecuencia del cierre de negocios familiares y personales, y en otro caso la persona quedó desempleada tras el cierre de la organización para la que trabajaba.

Por otro lado, además de aquellos que migraron por razones políticas, existen casos motivados por circunstancias distintas. En este sentido, una persona migró antes de 2018, anticipando que las condiciones en Nicaragua no mejorarían y buscando un futuro mejor para su hija. También se presenta el caso de una mujer transgénero que en Nicaragua enfrentó violencia de género repetidas veces, mientras que las autoridades desatendieron las denuncias contra sus agresores.

> *"El 14 de febrero del 2021 tuve mi primera y última cita en los juzgados de Nicaragua, eso fue en Managua a ponerme en cara con ese desgraciado, después de todo lo que me hizo. El juez se burló de mí, también el tipo se burló, el abogado del tipo también se burló, la fiscalía me obligó prácticamente sin necesidad yo de firmar nada que pusiera una mediación de una orden de alejamiento, yo lo quería preso al tipo, no quería una orden de alejamiento*

[15] Las listas de búsqueda del gobierno se refieren a registros oficiales del Estado que identifican a individuos considerados opositores o amenazas al régimen. Estas listas son utilizadas para monitorear, detener o reprimir a esas personas.

porque la orden de alejamiento no tenía ni pies ni cabeza porque el tipo estaba a la par de mi casa, era mi vecino… después de eso […] yo tomo la decisión de irme de Nicaragua, hablo con mi abuela y le digo que me voy a ir del barrio porque ya no puedo seguir en el barrio. Uno de los delincuentes de la zona me dijo que por echar preso a ese maje todos los majes del barrio me van a violar y me van a tirar al cauce…"

Informante 20, mujer trans, 24 años.

4.2.2. Experiencia desplazándose a Costa Rica y durante su primer mes como migrante

Considerando el contexto restrictivo del país dada la crisis política, la mayoría de estos jóvenes tuvieron que abandonar Nicaragua, en muchas ocasiones sin tiempo para planificar o solicitar los documentos necesarios para viajar. Como resultado, 15 de las 21 personas entrevistadas mencionaron que llegaron a Costa Rica de forma irregular. Las 6 personas restantes viajaron de manera regular, ya sea vía aérea o terrestre. En cuanto al acompañamiento durante el viaje, 8 de las 21 personas viajaron solas, 5 personas lo hicieron con algún familiar, 4 personas con colegas u otros opositores, y los 4 restantes viajaron con amigos, pareja o ambos (ver CUADRO 4.5)

CUADRO 4.5

Viaje a Costa Rica

	Porcentaje	Personas
Entrada		
Entrada irregular	71.4%	15
Entrada regular	28.6%	6
Total	100%	21
Acompañamiento		
Sin compañía	38.1%	8
Familiares	23.8%	5
Colegas u otros opositores	19.0%	4
Amigos/parejas	19.0%	4
Total	100%	21

Fuente: FsL, 2024.

- Entrada regular a Costa Rica

Al preguntarles sobre su experiencia de viaje, esta difiere según la forma en que ingresaron al país. Algunas de las personas que entraron regularmente describen el proceso como seguro, sin problemas o complicaciones. Sin embargo, hubo casos en los que, aunque ingresaron por vías regulares, tuvieron que recurrir a redes de apoyo para elaborar un plan de salida adicional, por el temor generalizado de aparecer en listas de búsqueda del gobierno y no poder salir del país. Por ejemplo, uno de ellos, junto con sus colegas, tuvieron que pagar sobornos a policías y miembros del Ejército para salir de manera regular porque tenía una orden de

captura en su contra. Otro joven, con ayuda de la organización en la que trabajaba, salió de manera irregular y en situación de riesgo hacia Honduras, considerándolo como un país de tránsito, para finalmente llegar por entrada regular a Costa Rica.

"Pues entré a Costa Rica de manera regular vía aérea. Sin embargo, no salí de Nicaragua hacia Costa Rica directamente. Utilicé un país de tránsito, en este caso Honduras, al que sí entré de manera irregular. Aprovechando que no había luz, pasamos de manera irregular gracias a que unos baquianos y unos mareros nos ayudaron a salir... En aquel entonces viajé nada más con mis colegas de trabajo, Costa Rica no me quería dar visa porque tuvimos que sacar la visa en la embajada de Costa Rica en Honduras, pero hicimos ahí una gestión y el presidente de la República de aquel entonces, Carlos Alvarado, que recién había tomado posesión emitió una autorización para que se me otorgara visa siendo menor de edad, sin tutor, bajo un argumento de que Costa Rica me iba a dar protección inmediata. Y ya cuando me dieron la visa y todo, ingresé a Costa Rica de manera regular por aeropuerto junto al equipo."

Informante 13, hombre, 22 años.

- Entrada irregular a Costa Rica

Por otro lado, las personas que migraron de forma irregular tuvieron experiencias diferentes y más traumáticas. Inicialmente, 6 de las 15 personas que viajaron irregularmente revelaron que realizaron este viaje con contrabandistas o traficantes de migrantes, popularmente conocidos como "coyotes". En algunos casos, fueron expuestos a situaciones de riesgo, con desinformación sobre el proceso migratorio e incertidumbre sobre el camino.

En cuanto a las situaciones de riesgo, 5 de estas 15 personas que cruzaron la frontera de forma irregular experimentaron algún peligro durante el trayecto. Por ejemplo, enfrentamientos entre contrabandistas y la policía, cruzar ríos con corrientes fuertes, esconderse de la policía de fronteras en áreas montañosas o lodazales.

"Nosotros pasamos la frontera [de forma] irregular porque no teníamos conocimiento sobre como tramitar el refugio [en Costa Rica]. Entonces, cuando nosotros pasamos por frontera irregular con un coyote, nos detuvo la policía con arma en mano, [en ese momento] mi hermana estaba en la cajuela. Eso fue como algo de película. Nos apuntaron con el arma, el carro se echó para atrás o hizo una voltereta, nos regresaron a la frontera y de ahí nos bajaron a un campo. No recuerdo dónde, pero solo sé que nos bajaron en un lugar con mucho monte, y nos tuvimos que quedar ahí por una hora..."

Informante 5, hombre, 26 años.

"La noche que llegamos, cayó un aguacero torrencial [estaba lloviendo fuerte] y eso hizo que el río por el que pasábamos, que en realidad no era un río, nos decían que era una quebrada o una afluencia del río Sapoá, se creció un montón

y había botado un puente por el que se supone que teníamos que pasar y ahí nos dividimos…"

Informante 7, hombre, 29 años.

Durante la trayectoria del desplazamiento, las personas experimentaron distintas afectaciones socioemocionales. Algunos/as jóvenes sintieron miedo durante el viaje por la posibilidad de que la Policía Nacional o el Ejército de Nicaragua pudiera registrarlos e impedir su salida, o bien ser capturados por la Fuerza Pública costarricense y ser deportados de Costa Rica. El duelo por la separación familiar, la sensación de pérdida de planes de vida y de despojo también fueron señaladas por 4 de las 15 personas cuya entrada fue irregular.

"La sensación de despojo a la que me vi expuesto, a la que sentí cuando iba pasando cada cerco, cada alambrado, que sabía que era con la intención de salir. Había charco. No lo olvido. Charco, había lodo, había mucha maleza, había otra gente, había gente pasándose. Yo lo siento como que, en un lenguaje más visual, una naturalización de las huidas, una naturalización del despojo acompañada también con este duelo de amar tu tierra y que te la arranquen. Que te arranquen por este uso desmedido de la fuerza, por el autoritarismo, por el totalitarismo."

Informante 17, no binario, 25 años.

Las personas entrevistadas también narraron que tuvieron que caminar largas distancias por lugares incómodos, lo que hizo que el viaje fuera cansado (3 de 15 personas). Asimismo, las situaciones que atravesaron y las despedidas provocaron que algunos calificaran su experiencia como traumática (3 de 15 personas) y dolorosa (3 de 15 personas).

"O sea, como te digo, venía pensando, observando, venía viviendo un dolor en pausa, un dolor en cámara lenta. Yo podría decirlo en cámara lenta, porque ya sabes, yo sentí que caminé un montón. Y tal vez no era el montón que sentí, pero es que en mi mood era eso. Estaba hipersensible a entender visualmente lo que estaba pasando y me quedé con una narrativa visual de despojo, de abandono, y me dolió, me dolió un montón."

Informante 17, no binario, 25 años.

La migración forzada implica un cambio abrupto y no planificado en la vida de los afectados. En este sentido, 5 de las personas entrevistadas expresaron que el hecho de no planificar el viaje les generó incertidumbre sobre lo que podía pasar en el trayecto, pero también sobre cómo sería su estancia en el país de destino, ya que no sabían dónde iban a vivir, no tenían dónde trabajar, no llevaban suficiente ropa y algunos contaban con recursos económicos limitados, los cuales se agotaron durante el viaje.

"Igual yo no tenía planeado viajar absolutamente para nada. Y como iba protegiendo mi vida, entonces yo salí. O sea, como te digo, incluso yo con lo que entré a Costa Rica fue como con la ropa que llevaba puesta."

Informante 6, mujer, 29 años.

4.2.3. Estatus migratorio a la entrada y actualmente

Respecto al estatus migratorio, 12 de las 21 de las personas entrevistadas solicitaron refugio al ingresar al país. En la actualidad, la mitad de ellos ya ha obtenido su estatus de refugiado, mientras que la otra mitad sigue siendo solicitante.

Por otro lado, 7 de las 21 personas ingresaron sin ningún estatus migratorio, de los cuales 3 ahora son solicitantes de refugio, 2 tienen residencia o nacionalidad, y el resto se divide entre refugiados y personas con permiso de trabajo. Hay casos particulares de personas que entraron con una residencia de condición restringida[16] y luego solicitaron refugio, el cual fue aprobado. También se presenta el caso de una persona bajo solicitud de residencia temporal.

Al consultarles sobre el apoyo legal recibido, 8 de los 21 participantes recibieron algún tipo de ayuda por parte de organizaciones internacionales o nacionales para trámites migratorios[17]. En la mayoría de los casos, este apoyo se limitó a proporcionar información sobre el proceso y la fase inicial en la que tenían que realizar la llamada para solicitar una cita. Por otro lado, 7 de las 21 personas entrevistadas llevaron a cabo todo el proceso por cuenta propia. En pocos casos, recibieron asesoramiento de amigos que ya eran refugiados o contrataron a un abogado.

4.2.4. Primer mes en Costa Rica

De Vriese (2006) resalta que la fase inicial de migrantes, en especial forzados, es crítica porque la forma en que los migrantes llegan y las políticas de acogida en el país de destino pueden determinar sus trayectorias a largo plazo. Durante el primer mes después de migrar, las personas entrevistadas se enfrentaron a una serie de desafíos urgentes. Esto incluye registrarse ante las autoridades migratorias, buscar alojamiento, acceder a servicios básicos como atención médica, recibir orientación sobre la vida en el nuevo país y buscar empleo o medios de sustento. En este período de ajuste y adaptación se enfrentaron a diferentes circunstancias buscando soluciones para sus necesidades inmediatas.

En primer lugar, la mayoría de las personas enfrentaron dificultades económicas debido a la falta de tiempo para planificar su migración. Por esta razón, 17 de los 21 entrevistados recibió ayuda para obtener vivienda, principalmente de familiares o amigos tanto dentro como fuera de Costa Rica, algunos de los cuales también estaban exiliados. No obstante, 5 de estas personas destacaron que las condiciones de las viviendas no eran adecuadas debido al hacinamiento; en algunos casos, tuvieron que dormir en la sala o en habitaciones compartidas con muchas personas. Otros reportaron la presencia de plagas y humedad en los

[16] Condición restringida es la autorización que otorga la Dirección General para ejercer o no, una determinada actividad intelectual o manual remunerada, según las Categorías migratorias (Decreto Ejecutivo 37112, 2012).
[17] Algunos participantes optaron por no mencionar el nombre de las organizaciones por motivos de seguridad, pero entre las que fueron mencionadas se encuentran ACNUR y la Fundación Arias para la Paz.

lugares donde residían. Una de las personas entrevistadas indicó que la organización en la que trabajaba le garantizó vivienda y alimentación, sin embargo, estuvo expuesto a explotación laboral y humillaciones.

Estas dificultades incluso afectaron su capacidad para adquirir alimentos. Por esta razón, 12 de los 21 jóvenes recibieron algún tipo de ayuda de familiares, amigos u organizaciones para obtener alimentos (algunas organizaciones, como SOS Nicaragua o Colectivo de Derechos Humanos Nicaragua Nunca +, les ofrecían paquetes de alimentos). Adicionalmente, 4 de los 21 entrevistados expresó que este período fue difícil debido a la insuficiencia de recursos y el alto costo de vida en el país de destino. Otros jóvenes no podían comprar suficientes alimentos aún con el apoyo que recibían y recurrían a participar en actividades o capacitaciones organizadas por Organizaciones de Sociedad Civil (OSC) exiliadas o agencia de migrantes que les permitiera comer al menos una comida completa.

"Yo en mi bolsillo traía US$100, porque para mí en Nicaragua 100 dólares era bastante dinero. Yo pensé que con US$100 yo iba a vivir al menos un mes y eso era imposible en este país tan caro."
Informante 1, hombre, 30 años.

"Solo pasamos comiendo casi dos o tres meses arroz con atún. No sé, fue realmente muy, muy estresante. Y nosotros comenzamos a integrarnos a espacios nicaragüense acá en Costa Rica por el hecho de poder comer. Vivíamos lejos de San José y las actividades iniciaban 8 o 7 de la mañana, por lo que teníamos que levantarnos casi a las 4 de la mañana para poder comer bien ese día, para poder almorzar arroz, pollo, frijoles y en la noche volver a nuestro arroz con atún o pasta con atún. Y eso fue muy, muy desgastante, sobre todo los primeros meses donde te estás adaptando, donde bueno, hay un montón de requisitos que se tenían que cumplir para poder trabajar."
Informante 7, hombre, 29 años.

Respecto al acceso al mercado laboral, 3 de las 21 personas entrevistadas reportan que en este periodo no tenían permiso de trabajo, lo que les dificultaba el acceso a un empleo formal y, por ende, a la autosuficiencia. A su vez, esto contribuyó a que algunos de ellos se insertaran en el mercado laboral informal. En términos de empleo, también hay personas que al momento de migrar estaban terminando sus estudios universitarios y no contaban con acreditación necesaria para acceder a un empleo relacionado con su área de estudio al llegar, lo que generó que se establecieran en sectores de servicios y construcción.

A nivel emocional, este primer mes resultó difícil para los/as jóvenes entrevistados/as. En relación con esto, 13 de las 21 personas entrevistadas expresaron haber experimentado algún impacto emocional o mental, que incluyó desde depresión y ataques de ansiedad hasta estados de shock, sentimientos de culpa, soledad, inseguridad, generando traumas por las situaciones vividas en Nicaragua y durante el viaje. De estos, casi la mitad sufrió repercusiones emocionales por la abrupta separación de sus familiares.

"...yo ya no pude aguantar como ya esa carga emocional que yo llevaba porque en Nicaragua con nosotros vivía mi abuela, era una señora de más de 90 años, casi 100, que estaba quebrada [enferma] en cama y tenía un apego emocional con mi mamá y conmigo, entonces cuando nosotros nos venimos fue tipo 'ahí venimos mamá, vamos a ir a hacer un mandado' y pasaron dos meses y nunca regresamos... Entonces cuando a nosotros nos llaman, ella ya estaba en agonía y fue como que, ¿en qué momento?, ¿cómo pasó tan rápido el tiempo? Y entonces ya cae la muerte de ella en Nicaragua, no la dejaron velar bien porque llegó la policía [en búsqueda de la informante y su mama por su activismo político]."
Informante 18, mujer, 22 años.

Durante las entrevistas, destacó el tema del acceso a la salud por parte de 4 de las 21 personas consultadas; algunas de ellas no pudieron acceder al sistema de salud durante su primer mes debido a la falta de seguro, y en los casos en que lo lograron, la atención recibida fue de mala calidad. Por otro lado, 2 de las 21 personas no contaban con redes de apoyo o amigos en Costa Rica, lo que representó un desafío para adaptarse al cambio y acceder a condiciones básicas como vivienda o alimentación. En estos casos recibieron apoyo de familiares fuera de Costa Rica o tuvieron que vender bienes en Nicaragua para subsistir.

4.3. Principales limitaciones en Costa Rica

En el proceso de recopilación de datos, los/as jóvenes entrevistados/as destacaron múltiples limitaciones[18] que obstaculizan la reconstrucción de medios de vida sostenibles y la autosuficiencia (ver en la ilustración 4.2 las principales limitaciones mencionadas en las entrevistas). Estos obstáculos concuerdan con lo descrito por Jacobsen (2014), quien enumera las principales barreras presentes habitualmente en los países de acogida, derivadas de la ausencia de políticas migratorias localizadas y eficaces que atiendan las necesidades concretas de la población migrante.

Es fundamental reconocer que las limitaciones descritas en la ilustración 3 afectan transversalmente todos los ámbitos a los que los migrantes, en situación de vulnerabilidad, necesitan acceder para alcanzar la autosuficiencia y sostenibilidad en Costa Rica. Por lo tanto, identificarlos y reconocerlos es crucial para entender de manera más clara los impactos de la migración en los medios de vida que serán presentados posteriormente.

[18] Aunque investigaciones previas han identificado limitaciones similares a las observadas en el presente estudio, es importante destacar que esta investigación aporta una perspectiva novedosa al integrar explícitamente la teoría de los medios de vida. Este enfoque permite una comprensión más profunda de cómo dichas limitaciones afectan específicamente a los/as jóvenes migrantes. Así, este trabajo no solo reafirma la persistencia de ciertos desafíos previamente documentados, sino que también explora sus implicaciones particulares para la capacidad de los/as jóvenes para construir medios de vida sostenibles y resilientes en un contexto de desplazamiento.

Ilustración 4.2

Las y los jóvenes migrantes se enfrentan a una serie de limitaciones en Costa Rica



Largos y costosos trámites para regularizarse





Educación

- Nivel de tecnicismo alto en Costa Rica.
- Dificultad para acceder a documentos necesarios para convalidar clases o títulos.
- Altos costos asociados a la educación.



Empleo

- Xenofobia/discriminación por parte de empresas locales.
- Dificultades económicas y burocracia para obtener un permiso laboral.
- Acceso a empleos en condiciones inadecuadas.



Financiero

El acceso al crédito se limita por requerimientos como:

- Documentos permanentes.
- Nivel de ingresos: los empleos a los que acceden los migrantes suelen caracterizarse por los bajos salarios.



Social

- Actitudes xenofóbicas por parte de los locales.
- Diferencias culturales.
- Miedo a ser discriminado (a).



Estas privaciones restringen significativamente sus capacidades y las oportunidades reales que tienen las personas para reconstruir sus vidas de manera que consideren valiosas.



Fuente: FsL, 2024.

4.3.1. Registro y regularización migratoria

De acuerdo con personas especialistas en migración consultadas para esta investigación, una persona que obtenga su residencia permanente o que logre la naturalización tendrá una situación más favorable que aquellos que deben sobrevivir en medio de la irregularidad migratoria. Sin embargo, esta es una de las principales limitaciones que enfrentan los/as migrantes en Costa Rica.

Según Chaves-González y Mora (2021), estas limitaciones surgen principalmente debido a los altos costos y la excesiva cantidad de requisitos (ver CUADRO 4.6 de los principales costos relacionados con la regularización económica de solicitantes de refugio), muchos de los cuales son difíciles de cumplir, en las diferentes categorías migratorias habilitadas por el marco regulatorio actual del país. Incluso después de obtener un estatus regular, algunos requisitos[19] pueden ser difíciles de mantener debido a los costos asociados. Estos obstáculos pueden ser especialmente relevantes para ciertas nacionalidades, como es el caso de la población centroamericana.

También, el respaldo ofrecido a los migrantes para garantizar su acceso a la información puede ser limitado. El lenguaje utilizado por el gobierno para explicar la normativa migratoria también puede dificultar dicho acceso, ya que, en muchos casos, estos documentos están redactados en términos técnicos y legalistas que resulta inaccesibles para los/as migrantes (Chaves-González y Mora, 2021). Además, en muchos casos, especialmente entre aquellos que solicitan refugio, los/as migrantes suelen carecer de representación legal y la información proporcionada por las autoridades suele ser básica.

Las modificaciones aprobadas en la política migratoria y de refugio a finales de 2022 agravan la situación para aquellos que necesitan protección internacional. Entre otras medidas, las nuevas disposiciones establecen nuevos procedimientos y plazos para la solicitud de refugio, así como restricciones que dificultan que los solicitantes de refugio obtengan permisos de manera rápida y sencilla. Durante el proceso de solicitud, tampoco se permite salir del país. (Decreto No. 43810 MGP, 2022).

[19] Estos requisitos son discutidos en las siguientes subsecciones.

CUADRO 4.6

Principales costos relacionados con la regularización migratoria[a/]

	Costos en CRC	Costos en USD
Refugio		
Solicitud de refugio	Gratuito	Gratuito
Documento de refugiado	₡35,801	$68
Renovación cada dos años	₡35,801	$68
Costo adicional cuando la cita es asignada en una oficina de Correos	₡7,400	$14
Por cada mes de atraso en la renovación de su documento de residenc	₡1,579	$3
Cambio de categoria[b/]		
Solicitud de cambio de categoría especial a una residencia temporal o permanente por primera vez	₡26,324	$50
Solicitud de cambio de categoría	₡105,296	$200
Categoria Especial Temporal[c/]		
Timbres fiscales	₡125 + ₡2.5 por folio	$0.2 + $0.005 por folio
Solicitud	₡50,016	$95
Renovación cada dos años	₡50,016	$95

a/: Los periodos de espera de las resoluciones por trámite pueden cambiar sin seguir un patrón o criterio específico.

b/: Los refugiados, asilados o apátridos con tres años de tener reconocida esa condición pueden cambiar a residencia temporal o permanente.

c/: Para personas nacionales de Cuba, Venezuela y Nicaragua con solicitudes de refugio pendientes o denegadas.

Fuente: ACNUR (2021); DGME (s.f.)

Esta problemática afecta diversas áreas, incluyendo el mercado laboral, sistema educativo y la salud, las cuales se abordarán específicamente en las siguientes secciones.

4.3.2. Mercado laboral y permisos de trabajo

El proceso de reconstrucción de medios de vida tras el desplazamiento está intrínsecamente relacionado con el acceso al mercado laboral. Este acceso no solo les permite a los migrantes satisfacer sus necesidades básicas, sino que también protege su dignidad, fomenta la resiliencia y contribuye al bienestar de la comunidad que los acoge (ACNUR, 2022). No obstante, en varios países, los/as migrantes se enfrentan a diversos obstáculos en el mercado laboral, que van desde restricciones en el derecho al trabajo hasta falta de reconocimiento de sus credenciales y experiencia laboral extranjera, así como discriminación y barreras lingüísticas (Rakotonarivo, 2019).

En particular, 7 de los/as 21 entrevistados/as opinan que los/as jóvenes migrantes en Costa Rica enfrentan limitaciones debido a la discriminación o xenofobia por parte de empresas locales. Se observa que algunas empresas evitan contratar a solicitantes de refugio o refugiados, y cuando lo hacen, lo hacen en condiciones inadecuadas. Se destaca que existen tratos diferenciados entre migrantes europeos y centroamericanos, siendo estos últimos los más desfavorecidos.

5 de las 21 personas entrevistadas consideran que los permisos de trabajo representan un desafío en general para cualquier joven migrante, dado que es indispensable contar con dicho permiso para acceder a empleos formales. Sin

embargo, algunos jóvenes enfrentan largos tiempos de espera que pueden exceder los 3 meses. La obtención de permisos de trabajo se ha reducido en los últimos años, debido a los cambios en las políticas migratorias. Entre 2018 y 2022, los solicitantes de protección internacional concertaban citas con la Unidad de Refugio por teléfono y se les asignaba una fecha y hora para presentarse en las oficinas (Nicaragua Investiga, 2023). Al llegar, se les entregaba un carné de solicitante de refugio y un permiso laboral, que entraba en vigor tres meses después de ser emitido (Nicaragua Investiga, 2023).

A principios de 2023, bajo el Gobierno del Presidente Chaves, los procesos migratorios se volvieron más complejos. Dentro de los cambios se encuentra, en primer lugar, que los solicitantes de refugio deben presentar su solicitud en los puestos fronterizos en el momento en que ingresen al país y si la persona que pretende solicitar refugio se encontraba en el país previo a la entrada en vigor de la resolución, debe presentarse ante la Unidad de Refugio dentro de los primeros 30 días posteriores a su ingreso a Costa Rica (Resolución No DJUR-206-12-2022-JM, 2022).

En segundo lugar, el periodo de tiempo para obtener un permiso laboral ha incrementado, ya que actualmente pueden solicitarlo tres meses después de la solicitud de refugio, y una vez aprobado, deben esperar para que entre en vigencia (Resolución No DJUR-0204-12-2022-ABM, 2022). En tercer lugar, se establecen una serie de requisitos y documentación necesaria por parte del patrono que pueden limitar las oportunidades laborales a personas solicitantes de refugio[20]. Por último, para poder solicitar un permiso de trabajo es necesario estar inscrito y solvente en la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) (Resolución No DJUR-0204-12-2022-ABM, 2022). Este proceso es más burocrático y costoso, lo que es contraproducente considerando las condiciones en las que llegan los/as migrantes y la importancia de encontrar trabajo para su sustento.

A su vez, la barrera económica también se presenta en la renovación de la categoría migratoria (ej. refugiados o solicitantes de refugio), debido a que se requiere estar vigentes en el pago del seguro en la CCSS (Chaves-González y Mora, 2021). En este sentido, hay seguros obligatorios y voluntarios; los seguros obligatorios son para quienes tiene un empleador o patrono. Si la persona no tiene un empleador, puede optar por un seguro voluntario para cumplir con el requisito de renovación tanto del permiso de trabajo como del carné de refugio.

Este seguro tiene ciertas características; una de ellas es que irrenunciable, a menos que la persona pueda afiliarse a un seguro obligatorio o bajo ciertas

[20] Oferta de trabajo debidamente autenticada, comprobar que la empresa o persona empleadora está al día con sus obligaciones ante la CCSS, certificación de estados financieros emitido por contador público autorizado, certificación de la entidad aseguradora que indique que la empresa o persona está al día en el pago de póliza de riesgos del trabajo, verificación que la persona jurídica está debidamente constituida, verificación que la empresa o persona está al día en el pago de impuestos (Resolución No DJUR-0204-12-2022-ABM, 2022). En el caso de una persona física debe comprobarse la solvencia económica mediante certificación emitida por contador público autorizado.

condiciones específicas demostrables[21] (CCSS, s.f.). Adicionalmente, cuenta con una escala de contribución con una base mínima contributiva que supera los 300 mil colones (CCSS, s.f.). Estas condiciones podrían llevar a que migrantes vulnerables que pierden el trabajo acumulen multas en la DGME y la CCSS, y la incapacidad para pagarlas pone en peligro su estatus migratorio, lo que implica un retroceso en los avances logrados por la persona para regularizarse e integrarse al mercado laboral formal (Chaves-González y Mora, 2021) (ver CUADRO 4.7 sobre los principales costos relacionados con los permisos de trabajo y las sanciones)

CUADRO 4.7

Principales costos relacionados con permisos de trabajo[a/]

	Costos en CRC	Costos en USD
Resolución de aprobación	Sin monto establecido	Sin monto establecido
Solicitud de documento de permanencia	₡15,794	$30
Emisión del documento que acredite la permanenci	₡15,794	$30
Pagos a la CCSS para renovación		
Pago de seguro obligatorio[b/]	10.67% del salario bruto mensual	10.67% del salario bruto mensual
Pago de seguro voluntario[c/]	Seguro de salud (2.89%) + Seguro de pensiones (4.00%)	Seguro de salud (2.89%) + Seguro de pensiones (4.00%)
Sanciones por deuda a CCSS	Pago de recargos + intereses (4.56% - tasa básica pasiva del Banco Central)	Pago de recargos + intereses (4.56% - tasa básica pasiva del Banco Central)

a/: Los periodos de espera de las resoluciones por trámite pueden cambiar sin seguir un patrón o criterio específico.

b/: Todos los empleadores deben inscribir a sus trabajadores en este seguro, independientemente del tamaño de la empresa o el sector en el que opere.

c/: Este seguro se paga cuando la persona no tiene un empleador. Los porcentajes de contribución establecidos para asegurados voluntarios y migrantes (Seguro de Enfermedad y Maternidad (SEM) y de Pensiones por Invalidez, Vejez y Muerte (IVM)) respecto a una Base Mínima Contributiva.

Fuente: Resolución D.JUR-0204-12-2022-ABM (2022); CCSS (s.f.)

La nueva resolución sobre permiso de trabajo contiene una condición restringida, ya que la persona beneficiaria sólo puede laborar para el empleador que respalda la solicitud y en las labores establecidas en la misma (Resolución No DJUR-0204-12-2022-ABM, 2022). Especialistas en temas de migración plantean que los permisos laborales deberían ser una opción portable, es decir, que no dependan de un empleador.

Sin embargo, en la actualidad, para optar a estos permisos, los/as migrantes requieren el apoyo directo del empleador, cuando los mismos deberían tener la opción de contar con un permiso que les permita identificar las oportunidades laborales disponibles o recomendadas por el Ministerio de Trabajo para tratar de integrarse de acuerdo con sus aspiraciones. Respecto a esto, una experta entrevistada identifica otra dificultad, y es que el Ministerio de Trabajo limita los campos de trabajo para insertar a los/as migrantes en el mercado formal, restringiéndolos al trabajo doméstico, construcción y agricultura (Experta 3, Directora nacional de organización para migrantes).

[21] Otra razón que justifica la desafiliación al seguro voluntario es la ausencia del país por tres meses o más. En este caso, el asegurado deberá probar el hecho a satisfacción de la CCSS a fin de decidir su continuación o exclusión del régimen (CCSS, s.f.).

"Esta es una promoción al trabajo informal y tenés que someterte a otras formas de explotación, como estamos [los jóvenes] sin permiso laboral y queremos sobrevivir, entonces vamos a aceptar, por supuesto a que un patrono de aquí te quiera contratar de manera informal, pero te pague lo que él quiere. O sea, son otra forma de esclavitud y explotación."

Informante 17, no binario, 25 años.

Tener contactos que ayuden a conseguir un empleo beneficia a los/as migrantes en el proceso de obtención del mismo. De las 21 personas entrevistadas, 5 afirmaron que para los/as jóvenes es difícil conseguir trabajo si no cuentan con redes de apoyo que les brinden recomendaciones o información sobre el funcionamiento del mercado laboral.

La experiencia laboral también se convierte en una limitación. Por un lado, las empresas locales no reconocen la experiencia adquirida en Nicaragua; por otro lado, algunas personas pueden estar sobrecalificadas para el puesto al que aspiran. Esto último ocurre con personas que tienen estudios superiores y terminan trabajando en áreas que no son su especialidad, como atención al cliente.

En estas condiciones, 5 de las 21 personas entrevistadas indican que la mayoría de los/as jóvenes nicaragüenses en general tienen acceso principalmente a empleos informales o empleos formales de baja cualificación (limpieza, construcción, cuidado de personas mayores, restaurantes y otros servicios), caracterizados por largas jornadas laborales, bajos salarios y temporalidad, y a menudo están sujetos a condiciones de explotación. Esta perspectiva se basa tanto en sus experiencias personales en la búsqueda de trabajo como en la de terceros.

"Y lo otro, es que te dicen mira te ofrezco 200.000 colones si querés, y si no hay otra gran fila de nicas intentando tomar este puesto y ellos seguro lo van a tomar. Tómalo o contrato a otro, terminan diciendo eso."

Informante 13, hombre, 22 años.

4.3.3. Educación y convalidación de títulos

Los resultados de las entrevistas también revelan la importancia de la educación para integrarse en Costa Rica. La situación de vulnerabilidad que sufren las personas que migran principalmente de manera forzada empeora cuando se le niega el acceso a la educación (UNESCO, 2019).

Dos de los/as jóvenes entrevistados mencionan que la mayoría de los trabajos en Costa Rica requieren al menos un certificado de bachillerato, lo cual es difícil de conseguir para las personas que emigraron sin planificación ni los documentos necesarios. Además, muchos empleos exigen capacitación o certificaciones adicionales, lo que hace necesario que las personas accedan a cursos o entrenamientos técnicos y vocacionales. Por ejemplo, en supermercados y restaurantes se requiere un certificado de manipulación de alimentos.

Sin embargo, debido a su situación de desempleo y vulnerabilidad, estas personas a menudo no pueden costear dichas capacitaciones. Aunque existen organizaciones que ofrecen cursos técnicos gratuitos, a veces no son accesibles debido a restricciones de horario o distancias que implican costos adicionales de transporte y alimentación. Esto limita a jóvenes en situación de supervivencia, al tener que elegir entre capacitarse o alimentarse.

> *"Otro de los grandes retos también es que estamos en un país donde en comparación con la educación nuestra, el nivel de tecnicismo [complejidad técnica y el grado de especialización que se espera] que existe en Costa Rica nos deja en desventaja a los nicaragüenses, eso para mí es una barrera. También el que no todos los jóvenes tengan conocimiento de un segundo idioma, más que su lengua materna, entonces también eso los coloca en otra desventaja, porque el mercado costarricense exige al menos un nivel intermedio de inglés."*
>
> Experto 1, gestora de casos en atención a mujeres migrantes víctimas de violencia.

La migración de nicaragüenses hacia Costa Rica es histórica, pero la población que emigró a partir de la crisis política presenta un perfil diferente al de las migraciones anteriores (Baca, Carrión, Centeno y López-Espinoza, 2020). Antes de 2018, los impulsos migratorios estaban principalmente ligados a factores socioeconómicos como el desempleo, la pobreza y la reunificación familiar (Mora y Guzmán, 2018). Según datos de la OIM (2013), la mayoría de los migrantes nicaragüenses en Costa Rica tenían un nivel educativo básico en 2011, con aproximadamente el 85 por ciento con estudios secundarios o inferiores y solo un 5 por ciento con educación superior. En contraste, las olas migratorias entre 2018 y 2019 muestran un cambio notable en el nivel educativo, con alrededor del 48 por ciento de las personas migrantes con educación universitaria y un 5 por ciento con formación técnica (OIM, 2019). También, un gran porcentaje eran estudiantes universitarios que descontinuaron sus estudios. A pesar de ello, estos niveles de educación no siempre se traducen en oportunidades laborales que aprovechen las habilidades adquiridas (Banco Interamericano de Desarrollo [BID], Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico [OECD] y PNUD, 2023).

En los resultados de las entrevistas se identifican una serie de factores que influyen en esta situación. Para los que eran estudiantes, la continuidad de los estudios en Costa Rica requiere una serie de documentos difíciles de obtener por el contexto en Nicaragua. Es importante tener en cuenta que, en el ámbito de la educación, se han logrado mayores avances para la niñez y la adolescencia. La legislación costarricense prohíbe la negación de la inscripción en escuelas primarias o secundarias a menores de edad debido a la falta de estatus migratorio regular o registros académicos previos (Solís y Hernández, 2022). Sin embargo, las iniciativas para integrar a migrantes y refugiados en la educación superior son escasas (Solís y Hernández, 2022). Esto coloca en una situación desfavorable a los/as jóvenes mayores de 18 años.

Al consultar con especialistas que atienden a jóvenes migrantes nicaragüenses en Costa Rica, ellas concuerdan con que "*la educación básica es bastante accesible, sobre todo para personas de entre 16 y 18 años, así como para adultos en educación a distancia. Sin embargo, en cuanto a la educación superior, aunque el acceso es posible, los procesos burocráticos y las solicitudes de documentos que quizás estas personas no tienen, impiden su acceso*" (Experto 2, Coordinadora de proyectos comunitarios dirigidos a población migrante y transfronteriza).

De acuerdo con la Universidad Nacional de Costa Rica (UNA, 2023) la equiparación de cursos está condicionada a una serie de requisitos, entre los cuales se encuentra una identificación oficial vigente (pasaporte, cédula de residencia, carné de refugiado o DIMEX), certificación de calificaciones selladas y firmadas por la institución de origen (incluyendo la escala de calificaciones y la nota mínima de aprobación de cursos), y programa detallado de cada curso, incluyendo objetivos y contenidos, firmado y sellado por la universidad de origen. Estas certificaciones deben estar apostilladas y autenticadas por el cónsul costarricense en el país de origen y por el Ministerio de Relaciones Exteriores y Culto.

Sin embargo, 8 de 21 participantes interrumpieron o descontinuaron sus estudios universitarios. Entre las principales razones para descontinuar sus estudios sobresalen las expulsiones y eliminación de registros académicos en sus instituciones educativas como represalias por su participación en manifestaciones públicas contra el gobierno. Además, a otras personas incluso que ya habían completado sus planes de estudios les revocaron los títulos y en otros casos se les ha negado la oportunidad de obtener calificaciones, certificados, o apostillar documentos relacionados a sus estudios con el fin de reunir requisitos o documentos necesarios para insertarse en el sistema educativo costarricense. Por otro lado, hay quienes tuvieron que cancelar sus planes de estudio por decisión propia al momento de verse obligados a optar por la migración.

“Solamente me faltaba la tesis, pero al final no presenté la tesis, la reprogramé, pedí cita para para el año siguiente y al año siguiente me dijeron que yo no tenía registro, ya te imaginarás”.
Informante 4, hombre, 29 años

“Pues yo soy licenciado en Derecho. Bueno la Corte Suprema de Justicia, por supuesto, me retiró el carnet y la Universidad de León me anuló el título. Pero sí soy licenciado. Independientemente de lo que la dictadura diga, yo si soy licenciado y pues por eso lo posiciono”.
Informante 17, no binario, 25 años.

Por otro lado, validar títulos implica procesos largos y costosos. Inicialmente, se lleva a cabo en la Oficina de Reconocimiento y Equiparación de Grados y Títulos (ORE) del Consejo Nacional de Rectores (CONARE). Los documentos requeridos incluyen: certificación, constancia o documento emitido por la institución que otorga el diploma universitario; el diploma mismo; certificación de materias

cursadas, calificaciones y escala de calificaciones; tesis o trabajo final de grado; y el plan y programa de estudios (ORE, 2023). Estos documentos deben ser legalizados a través del Consulado de Costa Rica en el respectivo país o mediante el Convenio de la Apostilla de la Haya. Una vez que se obtienen todos los documentos, se procede con el proceso de solicitud, que implica la verificación y registro de los documentos, además de cubrir los costos asociados a la solicitud, que pueden superar los US$400 (ver CUADRO 4.8) (ORE, 2023). Posteriormente, esta documentación se envía a una universidad miembro del CONARE. Además, para ejercer una carrera, los colegios profesionales tienen normativas específicas, lo que implica un proceso adicional (Universidad de Costa Rica [UCR], s.f.).

CUADRO 4.8

Principales costos relacionados con Equiparación de cursos y convalidación de títulos[a/]

	Costos en CRC	Costos en USD
Trámites de Reconocimiento y Equiparación	₡104,000.00	$195
Trámites en las universidades[b/]		
Publicación de Edictos	Entre ₡3,964 y ₡82,460	Entre $8 y $154
Certificación	Entre ₡2,655 y ₡55,190	Entre $5 y $103
Timbres de certificación	Entre ₡25 y ₡55	Entre $0.05 y $0.1
Timbres Fiscales de acuerdo al grado académico al cual se equipara (licenciatura)	Entre ₡350 y ₡355	$0.7

a/: Los periodos de espera de las resoluciones por trámite pueden cambiar sin seguir un patrón o criterio específico.

b/: Los costos dependen de la universidad en la que se realice el trámite (en las universidades privadas los costos pueden aumentar significativamente).

Fuente: ORE (s.f.)

Dado la complejidad para obtener la documentación específica requerida por instituciones educativas en Costa Rica, muchos jóvenes deciden comenzar desde cero en la misma carrera u otra diferente. O bien, abandonan sus metas profesionales y se emplean en áreas diferentes a su especialidad. En otros casos, buscan alternativas que les permitan ejercer su profesión en organizaciones, a veces lideradas por nicaragüenses.

> *"Si bien yo salí en el 2021, bueno, yo me traje todos los títulos y todos los documentos incluso sellados por el CNU, todo. Pero el colegio acá te pide un documento que la UCA no lo da, que es como el syllabus de materia por materia y no lo daban, ya luego cierran la UCA, entonces escribí al Colegio de Psicólogos y al CONARE, creo, al Colegio de Rectores y me dijeron de que tienen un convenio con ACNUR sobre personas refugiadas, profesionales, pero que no hay procedimiento todavía…entonces yo no me puedo colegiar…o sea, lo que yo puedo hacer aquí como psicóloga es trabajo comunitario que me encanta y lo amo, pero yo sé que yo pudiera crecer económicamente si pudiera dedicarme a lo clínico y de manera privada o pública."*
>
> Informante 16, mujer, 26 años.

4.3.4. Actitudes locales e integración social

- Actitudes de locales hacia migrantes nicaragüenses

La integración social de los nicaragüenses puede verse afectada por la forma en que son recibidos por la población en el país de destino. Según Nassar y Benavides (2019), la similitud cultural entre Nicaragua y Costa Rica podría facilitar la integración de los migrantes nicaragüenses, destacando elementos como el idioma, la proximidad geográfica y las relaciones sociales. Sin embargo, estos autores resaltan que existen obstáculos para esta integración debido a una ideología excluyente promovida por sectores conservadores, medios de comunicación y redes sociales, que estigmatizan a los/as nicaragüenses con términos racistas y xenófobos.

Un estudio realizado por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2023) sobre xenofobia y discriminación en Costa Rica revela que el 73.0 por ciento de una muestra de 720 personas mayores de 18 años percibe xenofobia en el país. Se destacan formas de discriminación como bromas, imitaciones de forma de hablar, lenguaje despectivo y malos tratos hacia personas migrantes.

Esta discriminación hacia migrantes nicaragüenses se basa en estereotipos arraigados en la población costarricense, influenciados por el perfil migratorio previo a 2018, que a menudo asocia a los nicaragüenses con baja educación y recursos limitados. Las diferencias entre las oleadas migratorias no son reconocidas adecuadamente, llevando a que los migrantes de post-2018 sean erróneamente categorizados según estos prejuicios antiguos, reflejado en comentarios como "no pareces nicaragüense".

De acuerdo con la OIM (2020a), la pandemia de COVID-19 exacerbó la xenofobia a nivel global, evidenciada en la negación de servicios, políticas discriminatorias de cuarentena y abuso físico. Este aumento se atribuye a la construcción de barreras contra migrantes, a quienes se les consideraba falsamente responsables de la propagación del virus. Estas percepciones se reforzaron mediante discursos que normalizaban las diferencias entre ciudadanos y excluían a los migrantes de la respuesta a la pandemia (OIM, 2020a).

Particularmente, las medidas adoptadas por las autoridades costarricenses, como la declaración de que todo paciente indocumentado se consideraría positivo por COVID hasta que se demostrara lo contrario, fueron cuestionadas por alimentar la percepción de que los/as nicaragüenses eran responsables de la propagación del virus. Estas medidas generaron expresiones discriminatorias y amenazas por parte de funcionarios públicos, periodistas y la población en general en medios de comunicación y redes sociales, debido a prejuicios y falta de conocimiento.[22].

[22] Centro de Derechos Sociales de la Persona Migrante (CENDEROS), Servicio Jesuita para Migrantes Costa Rica, Colectivo Derechos Humanos Nicaragua Nunca+, y Centro por la Justicia y el Derecho Internacional (CEJIL) (2020).

"Sí experimenté [discriminación] en el hospital en dos ocasiones, una que tuve COVID, no me quisieron atender y no me quisieron cobrar siquiera porque me dijeron que tenía que pagar la consulta. Y yo les dije pues que me dijeran cuánto era y me dijeron que no podían. Y otra…en el sistema de salud también…que no me quisieron brindar información sobre unos exámenes o una consulta que tuve, fue el año pasado."

Informante 7, hombre, 29 años.

Por otro lado, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) llevó a cabo un análisis de los discursos de odio y discriminación en las redes sociales de Costa Rica durante tres años consecutivos, desde 2021 hasta 2023. Los resultados muestran un aumento en las conversaciones con elementos xenofóbicos entre 2022 y 2023, con más de 230 mil publicaciones relacionadas con estos temas en 2023. A lo largo de estos tres años, prevalece una mayor proporción de comentarios negativos dirigidos hacia los/as nicaragüenses (ONU, 2021; 2022; 2023). Estos comentarios son alimentados por coberturas mediáticas sobre temas de inseguridad asociados a extranjeros, e incluso hay quienes intentan justificar su manera discriminatoria de pensar con declaraciones como: "*No soy xenofóbico, pero hay que admitir que hay muchos nicas en el país y eso es un problema*" (ONU, 2022; 2023).

El incremento de estas expresiones xenofóbicas podría estar relacionado con las narrativas oficiales provenientes de autoridades costarricenses (Estrada, 2023b). Por ejemplo, las declaraciones de funcionarios públicos que hacen énfasis en la asociación de casos delictivos con nicaragüenses (Estrada, 2024). Organizaciones han advertido sobre las consecuencias que podrían tener las declaraciones del actual presidente de Costa Rica sobre restricciones al ingreso de migrantes económicos (Expediente público, 2022).

"No podemos seguir aceptando gente que no son refugiados políticos, que son refugiados económicos" Rodrigo Chaves, Presidente de Costa Rica (Expediente público, 2022).

"Estamos considerando proteger el bienestar de nuestra gente…si llegamos a una situación en la que los países de la región logran un acuerdo razonable para gestionar el flujo [migratorio], formaremos parte de ese acuerdo". Rodrigo Chaves, Presidente de Costa Rica (CNN, 2023).

"El tema es que a esos migrantes les damos escuela o educación, seguridad social, salud y seguridad pública. Eso nos está costando, dependiendo de quién calcule, entre $200 y $300 millones al año". Rodrigo Chaves, Presidente de Costa Rica, (Bolaños y Villalobos, 2023).

"¿Cómo es posible que mantengamos en la calle libres a criminales de esta calaña? ¿Cómo es que no podemos deportar a gente de otros países que vienen a hacer el mal aquí, a traficar drogas? Reitero el llamado a los tres poderes de la República para acabar con la inseguridad en el país, para acabar con la impunidad. Yo estoy contento que ya hayamos asumido a nivel de los tres poderes de la República, la responsabilidad conjunta de acabar con esta

situación inaceptable" Rodrigo Chaves, Presidente de Costa Rica, (Café con Voz, 2024).

La forma en que estos elementos han afectado la integración de los/as jóvenes entrevistados/as y los impactos negativos en su capital social se profundiza en las siguientes secciones.

- Desafíos para adaptarse a las costumbres y tradiciones costarricenses

Los/as jóvenes migrantes nicaragüenses en Costa Rica también enfrentan desafíos culturales para adaptarse e integrarse, incluyendo diferencias en costumbres y falta de interés. La falta de contacto con la comunidad local también dificulta su integración. Dentro de estos desafíos se encuentran:

1) Diferencias culturales. Más de la mitad de los entrevistados considera un desafío que las costumbres y tradiciones costarricenses sean muy diferentes a las nicaragüenses. Estas diferencias se reflejan en la forma de hablar, la alimentación, el acento e incluso en la personalidad. Además, algunos admiten que esta percepción se debe a su limitado conocimiento sobre la cultura costarricense.
2) Falta de interés. 7 de las 21 personas entrevistadas indican que no tienen interés en adaptarse o que no les gustan las costumbres y tradiciones costarricenses. Esto se relaciona con el hecho de que algunos no se sienten parte de la sociedad costarricense, no tienen tiempo para integrarse o su círculo cercano está compuesto por personas nicaragüenses.
3) Falta de contacto con la comunidad local. 4 de las 21 personas entrevistadas indican que no saben cómo integrarse porque consideran a los costarricenses como individualistas o solitarios, lo que dificulta los acercamientos incluso con sus vecinos. Además, existe un temor al juicio por parte de los propios nicaragüenses que impide que los/as jóvenes se integren completamente.

"El estar incluso encerrado en tu casa es muy distinto a vivir en Nicaragua, donde tenías a toda la familia en la cuadra y te podías ir a donde un tío, una tía, un primo, una prima o incluso sentarte en la acera de tu casa a ver jugar a los chavalos en la calle. Aquí no, aquí la gente vive completamente encerrada en una burbuja solitaria. Y eso es difícil todavía entender, todavía no lo asimilo."
Informante 1, hombre, 30 años.

4.3.5. Acceso a servicios financieros

Según Levitt y Jaworsky (2007), los migrantes frecuentemente enfrentan barreras institucionales y legales que limitan su acceso a servicios financieros básicos como cuentas bancarias y préstamos. Estas barreras restringen su capacidad para acumular ahorros, construir un patrimonio, enviar remesas y otras responsabilidades económicas transnacionales.

Según las especialistas consultadas para este estudio, aunque algunas personas encuentran obstáculos para abrir una cuenta bancaria debido a que algunas instituciones no reconocen las solicitudes de refugio, en general no es difícil abrir una cuenta bancaria en el Banco Nacional o el Banco de Costa Rica, incluso con un documento provisional.

No obstante, para acceder a crédito es necesario contar con un documento permanente, lo cual tiene sus propias restricciones. Además, los migrantes suelen recibir salarios mínimos que apenas les permiten cubrir el alquiler y comprar comida. Incluso, a veces deben compartir estos gastos o pedir ayuda extra debido a que las personas jóvenes acceden a salarios precarios, que oscilan entre 200 o 250 mil colones (entre US$400 y US$500) (Experto 2, Coordinadora de proyectos comunitarios dirigidos a población migrante y transfronteriza). De acuerdo con la lista de salarios mínimos del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social de Costa Rica (MTSS, 2024), el salario mensual más bajo del empleo formal es el de ocupación no calificada, el cual equivale aproximadamente a US$670. Adicionalmente, estimaciones indican que el costo de vida en Costa Rica, aunque depende del área de residencia, podría superar los US$800 cubriendo elementos básicos como alquiler de habitación (el costo de alquiler de una casa o apartamento aumentaría significativamente el costo de vida), alimentación, transporte, plan de celular, ropa y calzado (Numbeo, 2024; Dele Peso a sus Pesos, 2024).

Esta última situación se identifica como una de las limitaciones para 4 de las 21 personas entrevistadas, ya que consideran que la mayoría de los/as jóvenes en general no pueden acceder a vivienda digna y capital físico[23] debido a la dificultad para obtener préstamos por ser extranjeros o por no cumplir con requisitos como el nivel de ingresos.

4.3.6. Privación de capacidades

Según Sen, una privación se define como la falta de capacidad de una persona para realizar funciones que valoran y desean (Sen, 1992). En el contexto de jóvenes migrantes nicaragüenses en Costa Rica, estas privaciones pueden manifestarse en varias dimensiones. Por ejemplo, tal como se mencionó anteriormente, en el ámbito del mercado laboral, los migrantes enfrentan restricciones en el derecho al trabajo como la discriminación laboral, dificultades para la convalidación de títulos y falta de experiencia laboral extranjera que limitan sus oportunidades de empleo digno y bien remunerado.

Además, la falta de acceso a la educación y la convalidación de títulos, discutidos previamente, representa otra privación significativa de capacidades y bienestar para los migrantes. Este problema se ve agravado porque los sistemas educativos no reconocen las complejidades y las pérdidas que los migrantes experimentan al cambiar de un país a otro, lo que los coloca en una situación de vulnerabilidad en

[23] El acceso a capital físico se profundiza en la sección 4.4.2.

comparación con residentes locales. A menudo, a los/as migrantes se les exigen requisitos igual de estrictos o incluso más restrictivos, sin considerar las barreras adicionales que deben superar. Estas barreras impiden que las personas continúen con su educación, y limitan su habilidad para integrarse plenamente y aprovechar oportunidades en la sociedad de acogida.

En cuanto a la integración social, las actitudes xenofóbicas por parte de la población local, la discriminación en el acceso a servicios básicos y la falta de redes de apoyo comunitario pueden exacerbar la exclusión y marginalización de los migrantes, impidiendo su plena participación en la sociedad de acogida.

Finalmente, en términos de acceso a servicios financieros, las restricciones para abrir cuentas bancarias y acceder a créditos debido al estatus migratorio y las limitaciones de ingresos representan otra forma de privación que afecta la capacidad de los/as migrantes para alcanzar la seguridad financiera y la autonomía económica.

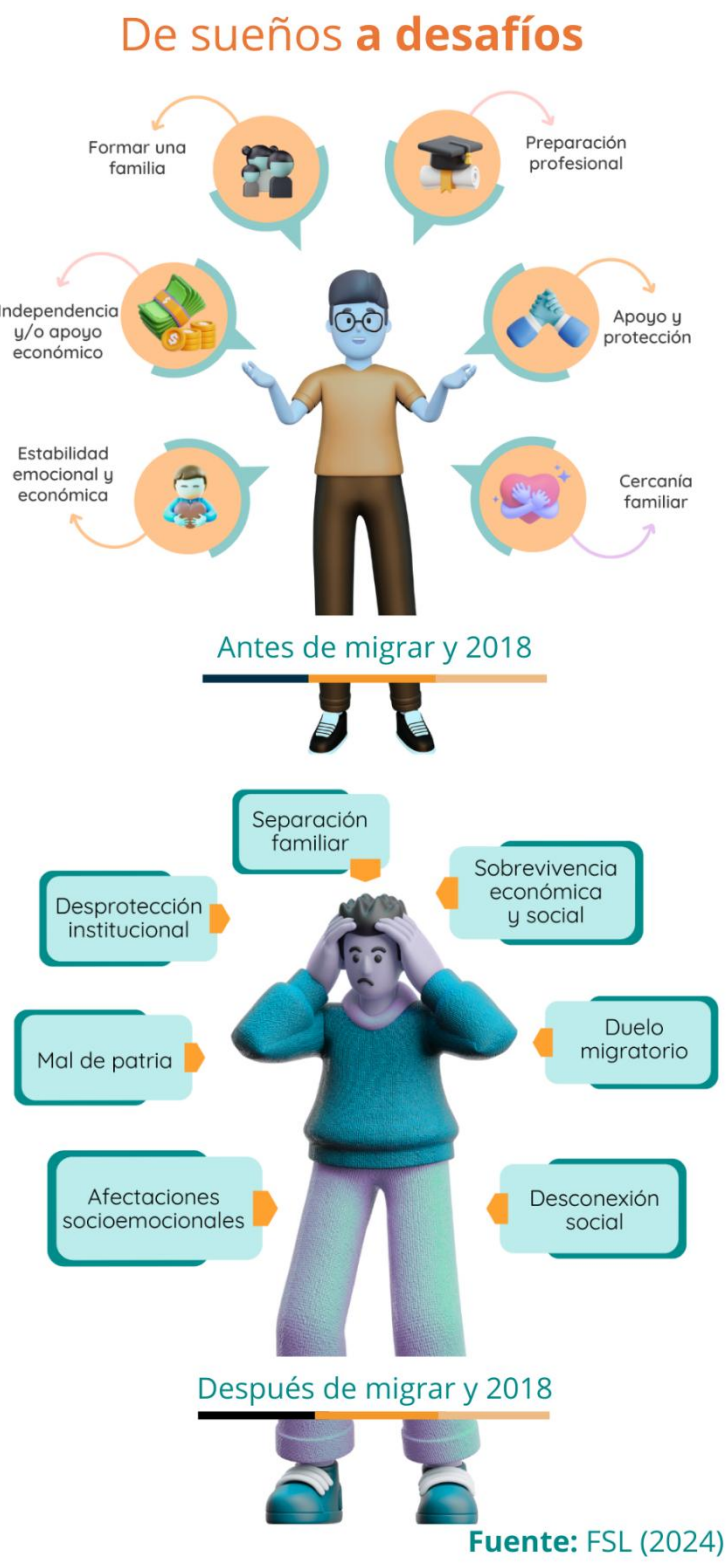
Estas privaciones discutidas previamente restringen significativamente sus capacidades y las oportunidades reales que tienen las personas para reconstruir sus vidas de manera digna y de forma que la consideren valiosa (Sen, 1999). En el contexto de los/as jóvenes migrantes, estas barreras imponen obstáculos considerables a su desarrollo personal y profesional, lo que se traduce en múltiples impactos negativos por la migración. La ilustración 4.3 muestra los impactos presentados en la siguiente sección.

4.4. Impactos de la migración en los medios de vida de jóvenes

La migración es un fenómeno global que remodela las vidas de las personas, y entender su impacto en la vida de los migrantes es crucial para desarrollar políticas e intervenciones inclusivas y efectivas. Según Castles y Miller (2020), la migración desafía las estructuras económicas y sociales tradicionales, exigiendo un análisis cuidadoso de sus efectos transformativos. Especialmente para los/as jóvenes, quienes están en una etapa crítica de su desarrollo vital, la migración no solo representa un cambio geográfico, sino también una transición fundamental en todos los aspectos de sus vidas (The Global Migration Group [GMG], 2014)

En esta sección se analiza cómo las limitaciones identificadas anteriormente afectan directamente los medios de vida de los migrantes en Costa Rica. Por lo tanto, se examina el acceso a los distintos tipos de activos, los cambios experimentados en su situación económica y sus relaciones sociales. Además, se evalúan los impactos en su salud mental, expectativas y perspectivas sobre su futuro, y sus estrategias de sobrevivencia.

ILUSTRACIÓN 4.3



Fuente: FSL (2024)

4.4.1. Situación económica de los/as jóvenes y sus planes antes de la migración

Según la información recolectada, los planes de vida y metas a futuro de los/as jóvenes solían estar mejor establecidos antes de su partida. Sin embargo, la migración, especialmente aquella provocada por conflictos o persecuciones políticas, puede truncar abruptamente estos planes. Los migrantes a menudo enfrentan la disrupción de sus trayectorias de vida al desplazarse, lo que resulta en la necesidad de adaptarse a nuevas realidades sin la preparación o el apoyo adecuado (Castles y Miller, 2009).

Por ello, es esencial considerar estos planes previos al evaluar los impactos de la migración en la vida de los/as jóvenes. A través de la recolección de información, se identifica que la migración ha impactado los planes de vida y aspiraciones de los/as jóvenes entrevistados/as, afectando áreas clave como la educación, el empleo, los proyectos personales y el apoyo social y emocional.

La mayoría de las personas entrevistadas otorgaban gran importancia a la educación y al desarrollo académico en sus planes de vida. De hecho, 15 de las 21 personas entrevistadas tenían la intención de completar sus estudios en Nicaragua, destacando que la mayoría estaba cursando una carrera universitaria. Además, dos jóvenes revelaron estar próximos a completar una segunda o incluso una tercera carrera universitaria; y 6 de las 21 personas expresaron sus planes de realizar estudios de posgrado, incluso una persona especificó su deseo de aplicar a una maestría en el extranjero. Por otro lado, también se entrevistaron dos personas que estaban a punto de graduarse de la escuela secundaria.

Asimismo, estos jóvenes tenían aspiraciones laborales. 9 de los 21 entrevistados tenían la intención de trabajar en sectores relacionados con sus estudios. En algunos casos, estos planes estaban a punto de materializarse antes del estallido social de 2018. Específicamente, uno de los participantes expresó su aspiración de incursionar en una carrera política en el país. Por otro lado, 4 personas deseaban poner en práctica sus conocimientos en negocios propios.

En sus planes también estaba adquirir activos físicos como casas y vehículos, o remodelar propiedades existentes (4 de las 21 personas entrevistadas). En algunos casos, se enfatizaba que las condiciones económicas que tenían antes de 2018 les permitían tener estas aspiraciones.

Los/as jóvenes esperaban alcanzar estabilidad o libertad financiera, independizarse, ayudar a sus padres, entre otros objetivos. Con respecto a los planes de salir del país (antes de la crisis de 2018), uno de ellos explicó que no tenía planes de migrar, ya que deseaba continuar viviendo cerca de su familia, y otros pensaban en construir su propia familia y cumplir sus sueños dentro de su país de origen. Después de los eventos políticos y acciones gubernamentales, sus perspectivas sobre la migración cambiaron.

Con respecto a su situación económica antes de la migración, los testimonios de los/as participantes indican una amplia diversidad (ver en el CUADRO 4.9 la situación económica de los/as jóvenes antes de migrar). Por un lado, un segmento significativo de los/as informantes describió haber tenido acceso a una vida económica estable y recursos suficientes (14 de 21 participantes), incluyendo trabajos independientes, y un sólido soporte económico familiar. Esto les permitió satisfacer sus necesidades básicas y acceder a recursos adicionales sin mayores dificultades. Esta estabilidad se refleja en las familias que lograban cubrir sus gastos cotidianos de manera cómoda, en donde la mayoría de los miembros del hogar trabajaban y aportaban económicamente. Algunos informantes enfatizaron en el acceso a la educación privada como una inversión familiar significativa, donde los padres apoyaron activamente la educación universitaria de sus hijos como una forma de asegurar un futuro mejor y más estable.

"Pues teníamos nuestra casa propia. Comíamos bien, estábamos en su totalidad bien, cosas de vestir y todo igual, siempre mi papá ha tratado de darnos lo mejor y no me podría quejar, la verdad. Estábamos súper bien." Informante 19, mujer, 21 años.

"Yo estudié en una universidad privada. Fue la primera vez que yo me vi, como por así decirlo, con el lujo de estudiar, de venir desde abajo y luego entrar a una privada. Para mí era como wow. Y logré entrar a la privada. Mi papá me estaba ayudando …"
Informante 12, hombre, 26 años.

Por otro lado, otro grupo enfrentó situaciones de precariedad marcadas por ingresos informales y fluctuantes (7 personas) antes de emigrar. Esta heterogeneidad refleja las variadas estrategias de vida y niveles de acceso a capital físico, como vivienda, capital de trabajo y transporte de los/as jóvenes pre-migración. La inestabilidad socioeconómica que precedió a la migración de algunos informantes exacerbó condiciones de vulnerabilidad económica en los países de acogida. Los relatos subrayan cómo el endurecimiento de la crisis política y socioeconómica de 2018 en Nicaragua llevó a sus familias a depender aún más de las economías informales y las remesas familiares. Este escenario no solo disminuyó la calidad de vida, sino que también obligó a los/as participantes y sus familias a adaptar sus hábitos de consumo, reduciendo la compra de alimentos básicos y dependiendo día a día del soporte económico limitado. Esta situación de incertidumbre económica subraya la fragilidad de sus medios de vida pre-migración.

"Entonces digamos que éramos una familia que trataba de sobrevivir para poder ajustar al mes siempre"
Informante 13, hombre, 22 años.

"Mi familia, financieramente, era mantenida posiblemente hasta por las remesas que enviaban mi papá y mis otras tías que ya había migrado desde los 90"
Informante 1, no binario, 30 años.

CUADRO 4.9

Situación económica de los jóvenes antes de la migración

	Porcentaje	Personas
Estable con suficientes recursos	66.7%	14
Vulnerable con ingresos informales y fluctuantes	33.3%	7
Total	**100%**	**21**

Fuente: FsL, 2024.

A pesar de las variadas condiciones económicas, planes, y actividades entre los/as participantes, 19 de las 21 personas entrevistadas disfrutaban de acceso a capital físico significativo en Nicaragua (ver CUADRO 4.10). Elementos como vivienda, terrenos y fincas —frecuentemente propiedad de padres, abuelos u otros familiares—, bienes materiales como camas, cocinas, televisores, radios, muebles, computadoras, vestimenta e incluso motocicletas, automóviles, eran comunes. Este acceso era facilitado notablemente por el apoyo familiar, reflejando una tradición de transferencia generacional de bienes materiales dentro de los núcleos familiares nicaragüenses. También, algunos de los/as jóvenes habían logrado ser autosuficientes en Nicaragua antes de la crisis, lo que les había permitido acumular capital físico mediante su trabajo y esfuerzo. Tal práctica reforzaba la seguridad económica, y también cultivaba una percepción positiva del manejo y la disponibilidad de recursos físicos.

CUADRO 4.10

Acceso a los activos físicos en Nicaragua (antes de migrar)[a/]

Activos físicos	Número de personas
Casas	15
Muebles y utensilios de casa	13
Terrenos	10
Computadora	9
Moto	5
Vehículos	3
Fincas	3
Cámaras	2

**Estos activos físicos fueron los más frecuentemente mencionados. Sin embargo, la distribución porcentual entre los jóvenes no alcanza el 100% debido a que muchos participantes mencionaron simultáneamente varios de estos activos durante sus entrevistas.*
Fuente: FsL, 2024.

4.4.2. Actividades económicas y acceso a capital físico en Costa Rica

La migración ha implicado un cambio significativo en las condiciones socioeconómicas y en el acceso a capital físico de los/as informantes en Costa Rica (ver en el CUADRO 4.11 las principales limitaciones mencionadas para

adquirir capital físico). Según Jacobsen (2014), las personas que migran (en especial de manera forzada) experimentan un periodo de adaptación económica, en el que frecuentemente enfrentan dificultades en sus primeros años en el país de acogida.

Todas las personas entrevistadas lidiaron con la escasez de recursos y el alto costo de vida durante el primer año en Costa Rica, especialmente con relación al alojamiento y los alimentos. Sin embargo, con el tiempo, algunos lograron encontrar estabilidad. Este progreso es evidente en aquellos que, tras superar el choque inicial o la etapa de emergencia, lograron independizarse y vivir en condiciones más estables. Sin embargo, no todos/as lograron llegar a ese punto por las distintas limitaciones que experimentan.

Al iniciar desde cero en un entorno donde los costos de vida son elevados, muchos migrantes se encuentran en una posición donde la mayor parte de sus ingresos se destina a cubrir únicamente las necesidades básicas. Un patrón notable en las experiencias de los/as migrantes entrevistados/as es el impacto significativo del elevado costo de vida en Costa Rica, junto con las restricciones laborales, sobre su economía personal. La mayoría de los/as participantes (19 de 21 participantes) indica que las limitaciones económicas y falta de créditos les impiden acceder a capital físico y bienes materiales a los que estaban acostumbrados en Nicaragua, o que desearían tener. En particular, el alto costo del alquiler, que a menudo consume más del 50 por ciento de sus ingresos, sumado a los gastos en servicios básicos y alimentación, dificulta enormemente la acumulación de recursos financieros para adquirir estos bienes. Esta situación representa un cambio drástico respecto a su vida en Nicaragua, donde muchos contaban con vivienda propia o el apoyo de la vivienda familiar y recibían soporte económico de otros familiares, lo que ayudaba a mitigar los gastos mensuales. Esta presión financiera constante limita severamente su capacidad para ahorrar o realizar inversiones que mejoren otros aspectos de sus vidas.

"Un ejemplo con mi salario jamás iba a poder comprarme una computadora acá. ¿Por qué? Porque literalmente con mi salario, el que tenía, sobrevivía - no vivía. Hemos llegado a la conclusión aquí, con los mismos compañeros migrantes pues aquí no se vive, se sobrevive."
Informante 8, mujer, 29 años.

"Obvio que noto diferencia porque aquí no tengo nada, prácticamente lo único que tengo aquí en Costa Rica es el alma en el cuerpo, nada más, ah, y mis peluches que son los que han acompañado en toda mi trayectoria de andar de aquí, de aquí allá y allá, entonces, no tengo nada"
Informante 20, mujer trans, 24 años.

Sin embargo, la mayoría de los/as participantes han logrado acceder gradualmente a ciertos bienes materiales esenciales. Entre los más comunes se encuentran computadoras, utilizadas principalmente para la búsqueda de empleo, así como celulares, tablets, parlantes, camas y diversos electrodomésticos. Estos artículos, adquiridos con el tiempo y con esfuerzo, han sido mencionados

repetidamente como fundamentales para mejorar su calidad de vida en el nuevo entorno.

"A nivel de pertenencia material, en mi casa tenía todo, aquí no. Aquí tuve que irlo consiguiendo de a poco. El colchón a la fecha sigue siendo uno que me regalaron. Una cocina que compré usada, una lavadora que compré usada, una refri [refrigerador] que compré usada, todo el combo en 120 mil colones de una mujer que se iba a Estados Unidos y que estaban viejas las pobres cosas…Y eso que fue el año pasado que las compré."

Informante 13, hombre, 22 años.

Por otro lado, algunos migrantes no muestran interés en acumular capital físico o bienes materiales en Costa Rica, percibiendo su estancia como meramente transitoria. Una de las personas entrevistadas ve a Costa Rica como una etapa temporal en su vida, manteniendo la esperanza de eventualmente retornar a Nicaragua y recuperar sus bienes previos (que fueron expropiados por el Gobierno de Nicaragua). Esta perspectiva influye significativamente en sus decisiones económicas y planes a largo plazo. En lugar de invertir en bienes duraderos que anclarían su presencia en Costa Rica, prefiere pensar en un posible retorno que les permita reintegrarse en su país de origen.

La mayoría de los/as informantes (18 de 21 personas) resaltaron las dificultades asociadas con los tipos de trabajos disponibles y las bajas remuneraciones obtenidas en el país de acogida. Por lo tanto, el margen para acumular ahorros, adquirir capital físico, o realizar inversiones que mejoren su calidad de vida es extremadamente limitado, dejando a muchos en un ciclo de subsistencia y vulnerabilidad económica que dificulta significativamente la movilidad social y el desarrollo personal a largo plazo.

"hay muchas personas que o no consiguen empleo o consiguen empleo en condiciones que son malas pues como que le hacen trabajar muchas horas y el pago realmente no es muy bueno y como el ambiente laboral tampoco, entonces siento que eso genera mucha frustración, después hay personas que tienen estudios universitarios, que están en trabajos de estos que se llaman no calificados y es como ok, pues igual son trabajos dignos pero se justifica esto de que, como son supuestamente no calificados pagan menos y la gente gana bastante poco"

Informante 15, masculino, 22 años.

CUADRO 4.11

Limitaciones mencionadas para acceder a capital físico[a/]

Limitaciones	Número de personas
Limitaciones económicas y empleos precarios	19
Ingresos solo cubren alimentación, vivienda, y servicios	12
Altos costos en Costa Rica	8
Falta de línea de créditos	4
Falta de interés (no se piensan quedar en Costa Rica)	1

**Las limitaciones presentadas fueron las más frecuentemente mencionadas. Sin embargo, la distribución porcentual entre los jóvenes no alcanza el 100% debido a que muchos participantes mencionaron simultáneamente varias de estas limitaciones durante sus entrevistas.*

Fuente: FsL, 2024.

Aunque la mayoría de los/as participantes trabaja en Costa Rica[24], tan solo 13 personas indicaron que su principal fuente de ingresos era su empleo actual. Las personas entrevistadas tienen que optar por otras fuentes de ingresos para poder subsistir. Entre ellas se encuentra el soporte económico por parte de familiares y amigos (dentro o fuera de Costa Rica) y el apoyo humanitario (económico o en especies) que reciben por parte de organizaciones que apoyan a migrantes o por becas universitarias[25]. Tan solo una persona indicó que su principal fuente de ingresos proviene de un emprendimiento que ha realizado con su pareja.

Al indagar sobre sus perspectivas sobre los cambios en su situación económica desde que emigraron, las respuestas de los participantes varían significativamente (ver CUADRO 4.12). En este sentido, 12 de las personas entrevistadas perciben que su situación económica ha empeorado o sigue siendo igual de difícil[26] como en Nicaragua; dentro de este grupo, incluso hay dos personas que indican depender completamente del soporte económico de sus parejas.

> *"Acá se me ha dificultado bastante. Yo allá tenía los tres tiempos de comida, tenía la manutención de mis padres, la universidad. Mientras que acá puede ser un poco complicado."*
>
> Informante 5, hombre, 26 años.

Por otra parte, 6 de los/as informantes consideran que, a pesar de las dificultades enfrentadas tras la migración, han logrado mejoras significativas en su situación económica, incluyendo la independencia financiera. Este logro es particularmente notable entre quienes eran menores de edad en Nicaragua y que, han conseguido sostenerse económicamente por sí mismos en el exilio. Finalmente, 3 de estas personas han logrado superar las severas restricciones económicas de los primeros años de migración. Aunque aún no alcanzan el nivel de bienestar económico que disfrutaban en su país de origen, reconocen un avance gradual desde la situación crítica inicial.

[24] Véase las ocupaciones de las personas entrevistadas en la sección 4.1.
[25] Entre las personas entrevistadas mencionaron que con este tipo de becas no se les permite trabajar, y el dinero que se les brinda no es suficiente para mantener una vida digna.
[26] Esto aplica solo para las personas que tenían una situación económica precaria antes de la migración.

"Durante el primer año me costó, durante el segundo año pues ya me acomodé un poquito más, empecé las clases en la universidad, me sentí alentado porque tenía esa energía de wow. Entonces estoy viendo el proceso de progreso, estoy viendo que ya puedo, ya estoy para pagar la universidad, para estar en un departamento individual, independiente, ya no vivir con varias personas en un solo lugar"

Informante 4, hombre, 29 años.

CUADRO 4.12

Perspectivas sobre los cambios en su situación económica desde la migración

	Porcentaje	Personas
Ha empeorado	57.1%	12
Ha mejorado	28.6%	6
Los primero meses empeoró, pero ya esta más estable	14.3%	3
Total	**100%**	**21**

Fuente: FsL, 2024.

Frente a emergencias económicas, la mayoría de los migrantes nicaragüenses en Costa Rica se encuentran sin los recursos necesarios para afrontar situaciones imprevistas. Las estrategias que adoptan incluyen la venta de pertenencias personales, la solicitud de apoyo a familiares u otros nicaragüenses en Costa Rica, y en muchos casos, la inacción, donde han normalizado la soledad y optan por dejar pasar las adversidades sin buscar soluciones externas. Esta falta de preparación para emergencias refleja una vulnerabilidad significativa en su estabilidad económica y bienestar general.

En resumen, los migrantes enfrentan una transformación significativa de sus condiciones socioeconómicas al migrar a Costa Rica, un país con un alto costo de vida que contrasta con su realidad en Nicaragua. A pesar de que muchos informantes contaban con una vida económica estable antes de migrar, la mayoría ahora lucha para satisfacer las necesidades básicas, como alojamiento y alimentación. Esta situación limita su capacidad para ahorrar, invertir y adquirir capital físico adicional que es esencial para mejorar su calidad de vida y facilitar su integración en el nuevo entorno. Solo unos pocos han superado las restricciones económicas iniciales, mientras que otros han logrado cierta independencia financiera, destacando la variabilidad de experiencias dentro de la comunidad migrante.

4.4.3. Capital financiero

El acceso a capital financiero es crucial para la población migrante, ya que facilita su integración en la economía del país de acogida y mejora su capacidad para manejar necesidades económicas a corto y largo plazo. Sin embargo, este acceso

suele estar restringido por múltiples factores que afectan significativamente su bienestar y condiciones de vida.

A través de preguntas específicas sobre el acceso a servicios financieros en Costa Rica, se buscó entender la frecuencia y naturaleza del acceso a estos recursos en comparación con su situación en Nicaragua, así como evaluar el impacto de la migración en sus responsabilidades económicas extendidas y el envío de remesas. En este contexto, 16 de 21 entrevistados mencionó tener cuentas bancarias en instituciones financieras costarricenses, aunque carecen de acceso a crédito o préstamos debido a su condición de migrantes. Dentro de este grupo, 2 personas especificaron que la única función de su cuenta bancaria es recibir el pago de sus salarios. Tan sólo una persona reportó que, tras la aprobación de su solicitud de refugio y gracias a su estabilidad laboral en una organización, le fue otorgada una tarjeta de crédito.

Por otro lado, 4 de los participantes indica que no utiliza ningún tipo de servicio financiero en Costa Rica. Las razones principales incluyen la falta de interés en involucrarse con el sistema financiero del país y la ausencia de documentos necesarios, como permiso de trabajo. Este obstáculo se ha intensificado para quienes migraron a partir de 2022, ya que no reciben su permiso de trabajo al ser solicitantes de refugio debido a los cambios en la política migratoria. A pesar de estos desafíos, todos/as los/as participantes reconocen la importancia de tener una cuenta bancaria para facilitar diversas transacciones y actividades en el país de acogida (ver CUADRO 4.13).

CUADRO 4.13

Acceso a capital financiero

	Porcentaje	Personas
Tiene cuentas bancarias (corriente y de ahorro) pero no línea de crédito	76.2%	16
Tiene cuentas bancarias y tarjeta de	4.8%	1
No tiene ni cuenta ni crédito	19.0%	4
Total	**100%**	**21**

Fuente: FsL, 2024.

En cuanto a los préstamos y créditos, existe un consenso entre los/as entrevistados/as de que estos servicios no están accesibles para los migrantes. Aunque la mayoría no ha necesitado buscar préstamos para subsistir, reconocen que, en la realidad costarricense, esta opción simplemente no está disponible. Por lo tanto, en situaciones de emergencia o para planes que requieran una inversión significativa, los/as jóvenes nicaragüenses se encuentran sin la posibilidad de acceder a estos servicios financieros, incluso si cuentan con empleo o tienen estatus de refugiados aprobado. Esta limitación representa un riesgo financiero considerable y restringe las oportunidades e independencia económica y autosuficiencia de las personas migrantes para que puedan aspirar a una mejor calidad de vida, emprender negocios, invertir en bienes duraderos, adquirir

vivienda o realizar otros tipos de inversiones (ACNUR, s.f.). Asimismo, se considera que los migrantes nicaragüenses tienen dificultad para mantener una base financiera y condición socioeconómica sólida, lo cual se refleja en su poca capacidad para poseer ahorros y participar dentro del sistema financiero costarricense (Orozco, 2022).

"Préstamos, no. En primera, me dicen: "ah, vos solicitante de refugio"; luego "ah, sos refugiado", "no sos sujeto de crédito". Hay una empresa que a los solicitantes de refugio les daba crédito, pero créditos muy bajos y a altos intereses".
Informante 13, masculino, 22 años.

Aunque no todos los/as participantes accedían a servicios financieros en Nicaragua, ya sea por falta de interés o necesidad (por su estabilidad económica o porque eran menores de edad), 16 de 21 personas entrevistadas indican que acceder a estos servicios es considerablemente más fácil en Nicaragua simplemente por ser nacionales. Esta facilidad contrasta marcadamente con las complicaciones que enfrentan en Costa Rica debido a su estatus migratorio. Como migrantes, deben cumplir con requisitos adicionales para abrir cuentas de ahorro o realizar depósitos, tales como presentar el carné de solicitud de refugio, refugio aprobado o residencia, así como permisos de trabajo, cartas salariales o pruebas de ingresos. Esta dificultad se ha intensificado con el tiempo; ya que estos documentos requeridos como el carné de solicitud de refugio o permisos de trabajo, ahora toman más tiempo y requisitos que en años anteriores.

"Sí, era muchísimo más fácil por el simple hecho de ser nicaragüense, y por la estabilidad económica que tenía, era mucho más fácil que me dijeran "sí, toma". Yo en Nicaragua tenía dos tarjetas de crédito, gracias al universo nunca las usé, pero tenía, pues que los bancos me ofrecían [sin hacer la solicitud]. Aquí no, aquí hasta después de cuatro años fue que un banco me preguntó ¿Quiere una tarjeta de crédito con un mínimo?"
Informante 1, no binario, 30 años.

"Yo creo que para alguien con papeles es igual de fácil en ambos [países], o sea, como que te presentas con tu documento de identidad y te abren las cuentas. Pero aquí si estás todavía en proceso [migratorio] los bancos si te pueden dar muchas trabas para abrirte una cuenta. Por ejemplo, a mi pareja no le abrieron la cuenta porque él estaba en proceso migratorio. Siento que a los bancos de aquí algo que les importa es que tengas el dinero. Si no tenes empleo o dinero y estás en un proceso migratorio no te abren la cuenta, aunque tengas el derecho según las políticas migratorias."
Informante 15, mujer, 26 años.

En relación con el envío de remesas, la mayoría de los/as participantes (18 personas) no envían remesas porque no tienen obligaciones económicas directas con personas en Nicaragua. Sin embargo, expresan un fuerte deseo de apoyar económicamente a sus padres, otros familiares, abuelos o niños dentro de sus

núcleos familiares que se quedaron en su país de origen. A pesar de estas intenciones, la realidad de su situación económica en Costa Rica hace que sea casi imposible proporcionar tal apoyo económico. La necesidad de cubrir sus propios gastos en el país de acogida consume la totalidad de sus ingresos, dejándolos sin margen para enviar dinero a casa, o incluso con la necesidad de muchas veces pedirle ayuda monetaria a sus familias que permanecen en Nicaragua.

"No, no tengo responsabilidad con nadie. La única responsabilidad que va a ser a futuro son mis padres, pero no como carga, sino pues porque realmente quiero ayudarlos y le digo, le confieso que me duele no poder ayudarlos ahorita, pero pues ellos son muy comprensivos."
Informante 10, mujer, 27 años.

4.4.4. Capital Humano

El acceso a capital humano es esencial en el contexto de la migración, especialmente para quienes han huido de persecuciones políticas y han tenido que interrumpir sus estudios. El acceso a la educación para los refugiados es crucial no sólo para su integración en nuevos entornos, sino también para reconstruir sus vidas tras el conflicto. Los beneficios de acceder a la educación son numerosos e incluyen estabilidad y bienestar personal. Además, estos beneficios se extienden más allá, proporcionando ventajas colectivas y transnacionales tanto para el país de acogida como para el país de origen (Ferris y Winthrop, 2010).

Los impactos en el capital humano de los/as jóvenes migrantes nicaragüenses que han salido del país desde la crisis de 2018 son considerablemente significativos, especialmente porque este grupo tiende a tener un nivel educativo más alto en comparación con olas migratorias anteriores y mantiene elevadas expectativas educativas.

Estudios sobre migraciones forzadas indican que las crisis políticas y sociales suelen impulsar a sectores altamente educados a emigrar en busca de seguridad y oportunidades acordes con su formación; este fenómeno es comúnmente reconocido como la "fuga de cerebros" (Adams, 2003). En el caso de Nicaragua, la migración post-2018 está compuesta en gran medida por profesionales y estudiantes universitarios que, al verse forzados a dejar su país, llevan consigo no sólo su educación formal, sino también la aspiración de continuar su desarrollo profesional y académico en el extranjero.

A través de las entrevistas, se exploró si los/as participantes habían tenido que cancelar sus planes de estudios al migrar, si habían logrado retomar su educación en Costa Rica, y en qué medida consideraban que sus habilidades y capacidades adquiridas en Nicaragua eran valoradas en el mercado laboral costarricense (ver en el CUADRO 4.14 el acceso de estos jóvenes al capital humano en Costa Rica). Además, se indagó sobre su participación en programas de capacitación técnica o vocacional, buscando entender cómo estos programas podrían facilitar su

inserción laboral y contribuir al enriquecimiento de su capital humano en un entorno nuevo y desafiante.

Todas las personas que tuvieron que interrumpir sus estudios universitarios desean o han tenido el deseo de continuar sus procesos educativos en Costa Rica. Sin embargo, dado las múltiples limitantes estructurales (mencionadas anteriormente) en el sistema educativo costarricense, solo 4 de las personas que interrumpieron sus estudios han logrado continuar sus estudios en este país. Estos jóvenes han logrado acceder a la educación en el exilio con múltiples restricciones entre ellas aceptando iniciar de cero las carreras que ya habían avanzado en Nicaragua, optando por cambiar de carreras o haciendo técnicos relacionados a sus ramas de estudio. También, expresan que lo han logrado a través del apoyo institucional de organizaciones que trabajan con migrantes, por medio de becas, o por insistencia en encontrar opciones para lograr sus sueños educativos, ya que consideran es la única manera de mejorar su situación económica en Costa Rica.

"A mí me borraron por completo mi registro académico, entonces no había forma en que me pudieran convalidar algunas clases. Lo que yo he podido hacer es hacer examen de suficiencia para ir adelantando algunas clases y así he rebajado casi un año de estudio de cinco años de estudio."
Informante 1, no binario, 30 años.

"Hablando de mi carrera, no es porque sea caro, [sino] que solo existe en [universidad] privada. Intenté en la UCR, pero no di el rendimiento para aplicar a una carrera. Busqué becas de ciertas organizaciones que están apoyando a chavalos nicas. Pero sólo elegían a los que estaban seleccionados [previamente] por otras organizaciones que daban nombres. Y hasta ahí. Sinceramente, yo ya no voy a seguir con esto. En otra vida va a ser, tal vez."
Informante 8, mujer, 29 años.

CUADRO 4.14

Acceso a capital humano[a/]

	Porcentaje	Personas
Continuaron sus estudios en Costa Rica	50.0%	4
No pudieron continuar sus estudios	50.0%	4
Total	**100%**	**8**

a/: 8 de 21 participantes interrumpieron o descontinuaron sus estudios universitarios dada la crisis política y socioeconómica desencadenada en 2018.

Fuente: FsL, 2024.

Adicionalmente, se preguntó a los/as jóvenes migrantes sobre cómo se valoran en Costa Rica las habilidades y capacidades que adquirieron en Nicaragua. La mayoría opina que, a nivel personal, estas habilidades han sido cruciales para navegar por el complejo proceso de migración. Sin embargo, perciben que, dentro

del sistema educativo y laboral costarricense, sus capacidades no son reconocidas adecuadamente sin la homologación de títulos o la conclusión formal de estudios. Esta situación ha dificultado su integración y búsqueda de empleo adecuado, obligándolos a menudo a aceptar trabajos que no corresponden a su formación ni a sus aspiraciones profesionales.

Como estrategia para contrarrestar sus limitaciones educativas en Costa Rica, los/as jóvenes nicaragüenses optan por completar cursos de capacitación técnica o vocacional para poder obtener mayores capacidades y reconocimientos formales y aumentar sus oportunidades laborales y económicas. Por lo tanto, 12 personas habían completado o estaban en cursos varios. Los cursos que fueron mayormente mencionados están relacionados a liderazgo, autoconocimiento, salud y de temas psicológicos. También, sobresalieron cursos de economía social, redacción, diversidad sexual y género, periodismo, memoria histórica, democracia y derechos humanos.

Por otro lado, se mencionaron cursos técnicos relacionados con cocina y manejo de alimentos, turismo y gastronomía, y cursos de baristas, estos son certificaciones que solicitan empleadores de Costa Rica a migrantes en el sector de servicios. Todos los cursos que los/as jóvenes han accedido han sido, mayormente, a través del apoyo de OSCs nicaragüenses que han sido exiliadas (p.e. Fundación Sin Límites) y organizaciones internacionales y nacionales de Costa Rica (Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales [FLACSO], UCR, entre otras). A pesar de que hay un sentir de que estos cursos ayudan y que las organizaciones, en su mayoría nicaragüenses, han tenido iniciativas de mejorar las condiciones técnicas de los/as jóvenes migrantes, reconocen que no siempre es posible participar en estos cursos por la falta de tiempo (muchos deben elegir entre asistir a estos cursos o trabajar) o por falta de recursos para trasladarse a los centros de capacitación y para alimentarse.

"Es que sí es cierto que, como uno de los mayores retos es la certificación para poder trabajar en distintas áreas acá en Costa Rica, es cierto que hay muchas organizaciones de sociedad civil que son dirigidas por nicaragüenses que han metido un montón el tema de la preparación técnica como asistente de paciente, asistente de farmacia, inglés, este mismo de manipulación de alimentos. Pero son becas que cubren el curso, no son becas que apoyan de una forma más integral o completa…yo que no tengo trabajo y quisiera [ir a estos cursos]…no tengo como desplazarme hacia el lugar donde está, no tengo para el pasaje, no tengo para el almuerzo del curso y tengo que tomar una decisión, porque además estos programas ocupan varios días a la semana y entonces tengo que decidir si certificarme en Costa Rica o tomar el primer trabajo que encuentre. Y por supuesto que, entre estudiar y comer, va a ganar el comer."

Informante 7, hombre, 29 años.

En conclusión, los migrantes nicaragüenses que han salido a partir de la crisis de 2018 enfrentan desafíos significativos en su desarrollo educativo y profesional en Costa Rica. A pesar de su nivel educativo o expectativas académicas, encuentran barreras como burocracia, costos elevados y falta de reconocimiento de títulos y capacidades que limitan su integración y aprovechamiento de oportunidades laborales calificadas. Muchos recurren a cursos técnicos ofrecidos por organizaciones de apoyo, aunque estas opciones también están limitadas por recursos económicos y tiempo.

4.4.5. Capital Social

La migración transforma profundamente el capital social de los individuos, particularmente de los/as jóvenes, quienes enfrentan retos únicos en la reconstrucción de sus redes sociales en nuevos entornos. Según Portes (1998), el capital social de los migrantes —definido como los recursos accesibles a través de sus redes de relaciones sociales— juega un papel crucial en su adaptación y éxito en las sociedades receptoras. Al migrar, especialmente bajo circunstancias forzosas, los/as jóvenes experimentan una disrupción significativa en sus redes existentes, lo que puede llevar a una sensación de aislamiento y pérdida de apoyo comunitario.

En esta sección se explora cómo ha evolucionado el círculo de personas de los/as jóvenes nicaragüenses en Costa Rica desde su llegada, cómo han intentado integrarse en la comunidad local, y de qué manera su condición de migrantes influye en su identidad cultural y su interacción con los costarricenses (ver en el CUADRO 4.15 los principales impactos de la migración en el capital social de los/as entrevistadas).

De este modo, 16 de 21 participantes ha experimentado una reducción en su círculo de personas cercanas y en el apoyo comunitario disponible. La migración ha causado rupturas y ha disminuido la frecuencia de contacto con amigos y familiares, haciendo que los/as jóvenes migrantes busquen nuevas redes de apoyo principalmente dentro de la comunidad nicaragüense en Costa Rica.

Las personas cercanas de las personas entrevistadas en Costa Rica suelen ser otros nicaragüenses, entre ellos amistades, compañeros de trabajo, colegas, o miembros de la comunidad que comparten experiencias similares de desplazamiento. Estas relaciones se fundamentan en la solidaridad y el apoyo mutuo frente a los retos de la migración. No obstante, algunas personas mencionan que involucrarse con nicaragüenses en el exilio también es contraproducente para su bienestar, ya que muchas veces se genera fragmentación dentro de la misma diáspora por temas políticos especialmente si se reúnen con la finalidad de crear incidencia o acciones a través del activismo. Es por ello, que 10 de las personas entrevistadas consideran que, aunque han creado nuevas relaciones sociales en Costa Rica, no consideran que estas sean sólidas o que perduren en el tiempo.

"Bueno, me casé aquí en Costa Rica, entonces creo que incluí algo de gente nueva a mi círculo de conocidos y conocidas. La mayoría de mis amigas y mis amigos son gente nueva que yo en Nicaragua ni conocía, son activistas, defensores de derechos humanos, periodistas y que de vez en cuando se renueva [círculo social] porque no hay ese click, no crecí con esta gente, son gente pasajera que yo sé que en cualquier momento pueden irse a otros países, entonces no hay un vínculo como de sentirme en familia más que con mi familia."
Informante 1, no binario, 30 años.

Como estrategia para mantener sus relaciones sociales que tenían antes de la migración, la mayoría de las personas entrevistadas mantienen contacto regular con familiares y amigos cercanos en Nicaragua utilizando medios digitales como WhatsApp y redes sociales. Sin embargo, algunos han reducido la comunicación debido a la distancia emocional que genera la migración o por limitaciones tecnológicas.

También, 5 personas consideran que hablar con sus familiares regularmente los pondría en riesgo dada la situación política en Nicaragua, por lo tanto, prefieren hacerlo esporádicamente por redes seguras tales como Telegram, Signal o a través de terceros. Pese a mantener contacto con sus familiares y amistades cercanas, 12 participantes afirman que migrar ha causado una desconexión con sus seres queridos, y se han perdido diversos momentos significativos y dificultado la oportunidad de crear historias y recuerdos nuevos. Esto a largo plazo, deteriora los lazos sociales que solían tener.

"Por muy duro que suene y casualmente ayer estaba hablando con un amigo de Nicaragua. Prácticamente nosotros ya no tenemos círculo social en Nicaragua, o sea, eso se desvaneció cuando nosotros nos venimos. Estamos completamente desconectados porque el desarrollo que tiene la persona con respecto a la vida de nosotros ya no está. Está ausente. Entonces al final nosotros ya no tenemos ninguna incidencia dentro de la vida de ellos y tampoco ellos dentro de la vida de nosotros. Nosotros podemos tener nostalgia al acordarnos de lo que nosotros vivimos allá, pero prácticamente esa gente ya hizo familia, o ya se casó o se mudaron de ciudad o cosas así, cosas que uno llega a perder seriamente. Entonces ya no, ya no es lo mismo."
Informante 5, hombre, 26 años.

CUADRO 4.15

Impactos de la migración en el capital social[a/]

Impactos	Número de personas
Reducción en su círculo de personas cercanas y en el apoyo comunitario disponible	16
Han creado nuevas relaciones sociales en Costa Rica, pero no tan sólidas	10
Desconexión de sus vidas con la de sus seres queridos, perdiéndose diversos momentos significativos y dificultando la oportunidad de crear historias y recuerdos nuevos	12

Fuente: FsL, 2024.

a/: Muchos participantes mencionaron simultáneamente varios de estos impactos durante sus entrevistas. Por ello, el total no suma los 21 personas entrevistadas.

Por otro lado, se debe considerar que las decisiones migratorias y las experiencias en los países de destino están profundamente influenciadas por el nivel de apoyo social disponible. Costa Rica, como destino histórico para los migrantes nicaragüenses, ofrece una red establecida que puede facilitar la transición de los recién llegados. La presencia previa de familiares o conocidos en el país de destino puede aumentar significativamente la probabilidad de migración de nuevos individuos, proporcionándoles un apoyo inicial crucial a su llegada (Massey et al., 1993). Esto implica que los/as nicaragüenses que han migrado desde la crisis de 2018 han tenido mayor probabilidad de encontrar conexiones en Costa Rica, lo que podría suavizar su proceso de integración y adaptación.

De los 21 jóvenes entrevistados/as, 17 ya conocían a personas en Costa Rica antes de su llegada. Las conexiones mencionadas frecuentemente eran amistades y colegas involucrados en protestas o activismo político, así como familiares (cercanos y lejanos) que se pusieron en contacto con ellos durante el proceso migratorio. Al indagar sobre el impacto de estas conexiones preexistentes en su decisión de migrar, 12 de los 17 que tenían conexiones indicaron que tales relaciones no influyeron en su elección de destino, la cual estuvo motivada principalmente por la crisis y persecución política (ver CUADRO 4.16).

"No influyó [la gente que conocía] en la decisión porque la decisión no estaba en mis manos. Era sí o sí. No había una posibilidad de decisión, era cárcel o muerte."

Informante 17, no binario, 25 años

Sin embargo, 5 de ellos afirmaron que contar con conocidos en Costa Rica sí tuvo un impacto positivo, proporcionándoles un punto de apoyo esencial para sus primeros pasos en el país. Se observó que aquellos con familiares en Costa Rica, ya sean cercanos o lejanos, experimentaron un mayor nivel de apoyo en comparación con quienes solo tenían amistades o colegas.

"Nosotros contábamos con apoyo acá para cuestiones como de transporte y de que no guiaran y esa fue una de las razones por la que elegimos venir a Costa Rica."

Informante 15, mujer, 31 años.

CUADRO 4.16

Conocían a personas en Costa Rica antes de su llegada

Número de personas

Sí conocian personas antes de su llegada	**17**
Influyeron en sus decisiones de migración	5
No influyeron en sus decisiones de migración	12
No conocían a nadie antes de su llegada	**4**

Fuente: FsL, 2024.

En situaciones de emergencia médica o económica, se observó un patrón consistente entre los/as informantes sobre a quienes recurren en estos momentos adversos. Las 5 personas que contaban con familiares en Costa Rica, ya sean cercanos o lejanos, indicaron que recurren principalmente a ellos en momentos de adversidad. Otras 9 personas mencionaron que tenían amistades o familiares fuera de Costa Rica a quien acudir, y 3 expresaron no tener a quien pedirle ayuda y han aprendido a manejar las dificultades por su cuenta.

Asimismo, a pesar de cierta fragmentación en las relaciones sociales entre los nicaragüenses exiliados por razones políticas, 11 entrevistados destacaron la importancia de la diáspora[27] como un amortiguador colectivo contra los desafíos de la migración, especialmente en situaciones de emergencia. En estos casos, la comunidad nicaragüense puede ofrecer apoyo tanto económico como emocional. De hecho, una persona compartió que, al quedarse sin empleo y recursos para pagar el alquiler, fueron otros nicaragüenses que habían migrado a Costa Rica desde la crisis de 2018 quienes mayormente le proporcionaron alojamiento y alimentos. Estas redes de apoyo, aunque no tan sólidas como las que dejaron atrás en Nicaragua, son esenciales para su bienestar en Costa Rica.

"Sí, porque ahora lo estoy haciendo de forma colectiva [mecanismos de afrontamiento y resiliencia]. Ha facilitado o amortiguado un poquito el peso, el trauma, el dolor, que la migración y este desastre que se vuelve tu vida, el compartir esta experiencia con otras personas que realmente se han convertido en eso un acuerpamiento de esta realidad que compartimos, entonces empatizamos fácilmente una con la otra. Pero además nos acompañamos. Creo que eso me ha permitido a mí tener la fuerza, pero también [me ha dado] las herramientas y recursos para sostenerme emocionalmente."

Informante 17, no binario, 25 años.

[27] Los/as entrevistados/as se referían principalmente a otros nicaragüenses que migraron a partir de la crisis política y socioeconómica de 2018 y que estaban más establecidos o adaptados al sistema costarricense.

Sin embargo, se evidencia un impacto en las relaciones sociales de los/as jóvenes nicaragüenses migrantes dada la reubicación de nicaragüenses en Costa Rica a través del programa Movilidad Segura[28]. Según Regidor (2023b), aproximadamente 3,200 nicaragüenses y venezolanos en Costa Rica han solicitado reubicarse a través de este programa. De estas solicitudes, 1,250 están siendo revisadas para su posible reubicación en Estados Unidos, mientras que otros 400 (aún no aprobados) podrían migrar por vías regulares a través de reunificación familiar y permisos de trabajo. Adicionalmente, 281 personas han sido seleccionadas para reubicarse en España, incluidos 100 nicaragüenses que serán reasentados en Valladolid con empleos en el sector de energías renovables (Regidor, 2023b).

Aunque solo uno de los/as informantes ha aplicado al programa de Movilidad Segura, la mayoría expresó sentir los efectos indirectos de esta iniciativa en sus relaciones sociales en Costa Rica. Muchas de las nuevas amistades que establecieron tras emigrar están optando por este programa en busca de mejores oportunidades en Estados Unidos o en otros países con condiciones más favorables que las ofrecidas por el país vecino.

Este fenómeno subraya el deseo de los/as jóvenes nicaragüenses de mejorar su calidad de vida en naciones que perciben como más prósperas, dadas las diversas limitaciones que enfrentan en Costa Rica. Los impactos de estas migraciones secundarias son diversos, no solo para quienes se trasladan y deben adaptarse a nuevas culturas y empezar de cero nuevamente (por segunda o tercera vez), sino también para aquellos que permanecen en Costa Rica. Estos últimos ven disminuido su círculo de apoyo social, lo que podría influir en su propio interés futuro por migrar en busca de reconstruir sus vidas de manera sostenible y autosuficiente en un contexto más favorable.

Asimismo, las actitudes de los nacionales hacia los migrantes juegan un papel crucial en la formación del capital social de estos últimos. Según Dempster y Hargrave (2017), la recepción que los migrantes reciben en el país de acogida puede facilitar o dificultar su integración social y económica. Una acogida positiva puede promover la inclusión y la construcción de redes, mientras que las actitudes negativas pueden fomentar el aislamiento y la marginalización.

Los/as jóvenes nicaragüenses entrevistados/as a menudo enfrentan reacciones mixtas por parte de los costarricenses, desde acogida y solidaridad hasta xenofobia y discriminación (ver en el CUADRO 4.17 las percepciones de los jóvenes

[28] Movilidad Segura es una iniciativa del Gobierno de Estados Unidos, que es apoyado por ACNUR y OIM, que busca facilitar el traslado regular y seguro de migrantes y refugiados de nacionalidades nicaragüense y venezolana hacia los Estados Unidos. Esta iniciativa ofrece un mecanismo para que las personas elegibles puedan aplicar a través de un formulario en línea, sin costo alguno, y ser evaluadas para determinar su elegibilidad para la reubicación. El objetivo es proporcionar vías regulares para migrar, reduciendo la necesidad de emprender viajes peligrosos y ofreciendo una alternativa segura a la migración irregular. Las personas interesadas deben haber estado presentes en Costa Rica antes del 12 de junio de 2023 para ser elegibles. Este programa también contempla opciones de reunificación familiar y otras formas de migración. Las decisiones finales sobre el ingreso a los Estados Unidos son competencia exclusiva de las autoridades estadounidenses (ACNUR y OIM, 2024).

migrantes sobre la sociedad costarricense). 18 de 21 entrevistados ha experimentado o ha sido testigo de algún gesto o comentario xenofóbico y discriminatorio por parte de la población costarricense. Dentro de los comentarios xenofóbicos que se destacan en las entrevistas fueron el "no pareces, actuas o te expresas como nica" lo cual a la mayoría les afecta y lo encuentran ofensivo. Al indagar sobre las razones, se observa que la mayoría reconoce que las personas locales de Costa Rica consideran que un nicaragüense es "mal educado o vulgar". También, muchas personas asocian estos comentarios con la aporofobia o clasismo, ya que consideran que los nicaragüenses con menos oportunidades económicas, altos niveles de pobreza, o bajos niveles de educación no son bienvenidos en el país.

Estas 18 personas que han vivido (personalmente o a través de otras personas) xenofobia y discriminación tienen distintos relatos ejemplificando este tipo de reacciones. Desde discriminación en asuntos laborales hasta negación de servicios (por ejemplo, a una persona le negaron el servicio de internet), y discriminación en el sistema educativo y de salud solo por ser nicaragüenses. Por otro lado, alrededor de 4 personas describen comentarios más fuertes, machistas y ofensivos, por ejemplo "las mujeres nicaragüenses solo vienen a tener hijos a los hombres ticos" "ojalá los hombres nicaragüenses fueran tan buenos como los zapatos nicaragüenses" y una persona experimentó gritos por las calles diciendo "nicas váyanse de acá".

> *"Mucho te vas a encontrar siempre con tipos de comentarios como: ¿qué vienen a hacer aquí? Váyase para su país, que vienen a joder acá, que vienen a quitarnos el trabajo. Siempre vas a escuchar ese tipo de comentarios en Costa Rica. Te juro que yo los escuché muchas veces llegué hasta el punto de no sentir nada, como que ya no me importaba lo que decía."*
>
> Informante 21, hombre, 21 años

Además, se evidencia una interseccionalidad en la discriminación que enfrentan los migrantes, donde la xenofobia se entrelaza con el género y la identidad sexual. Una de las participantes destacó la complejidad adicional que enfrenta debido a actitudes machistas por parte de algunos costarricenses. Según relata, estas actitudes no solo reflejan rechazo por su origen extranjero, sino también por ser mujer, intensificando los desafíos en su día a día. Esta combinación de prejuicios xenofóbicos y machistas magnifica las dificultades de integración y aceptación en la sociedad de acogida. Además, una de las participantes comparte que ha experimentado afectaciones y comportamiento xenofóbicos por ser nicaragüense, y a la vez, por ser una mujer transgénero.

> *"Se pone un poco más duro cuando sos una mujer migrante y yo lo he vivido, pues, como mujer migrante en cuanto al exceso de trabajo, a que te tomen en serio y que te respeten porque algo que ha sido transversal es esto, en mi experiencia ha sido la sexualización y el machismo de ser una mujer nicaragüense, y que te ofrezcan oportunidades laborales o mira, te entrevisto*

pero acéptame, acéptame la invitación a cenar o acéptame tal cosa y porque las mujeres nicas son muy calientes, que me lo han dicho en mi cara."
Informante 16, mujer, 26 años.

Por el contrario, 3 de las personas entrevistadas que no han enfrentado actitudes negativas por parte de los costarricenses describen a la población local como tranquila, solidaria y servicial. 2 de estos informantes opinan que, como en cualquier país, existen personas buenas y malas, y que esta variabilidad explica esta percepción generalizada de que los costarricenses son xenofóbicos. Otras personas de la muestra atribuyen su falta de experiencias negativas al autoaislamiento dentro de la sociedad costarricense, motivado por el temor a enfrentar rechazo y discriminación.

"Porque también no me he abierto aquí mucho a relacionarme con mucha gente por miedo a sufrir xenofobia, por miedo a que me pase algo, porque es un país muy peligroso comparado con Nicaragua. Entonces con las pocas personas que me he relacionado tica[s] no he tenido problemas. Y me he sentido muy acogida."
Informante 18, mujer, 22 años.

CUADRO 4.17

Percepciones sobre la sociedad costarricense

	Porcentaje	Personas
Ha experimentado o ha sido testigo de algún gesto o comentario xenofóbico y discriminatorio	86%	18
No han enfrentado actitudes negativas por parte de los costarricenses y describen a la población local como tranquila, solidaria y servicial	14%	3
Total	**100%**	**21**

Fuente: FsL, 2024.

Adicionalmente, muchos migrantes optan por mantener su identidad cultural originaria como mecanismo de cohesión y resistencia. Este apego a las tradiciones, el lenguaje y las prácticas culturales propias fortalece su sentido de pertenencia, pero también actúa como una barrera contra la alienación en un entorno extranjero (Berry, 1997).

Según la información obtenida, la migración ha reforzado en muchos nicaragüenses (18 de 21 personas) el valor de su identidad cultural. A pesar de los desafíos para integrarse, muchos se sienten orgullosos de mantener sus tradiciones y su acento, lo que a veces les ayuda a conservar un sentido de pertenencia en un entorno extranjero. Además, adaptarse a las costumbres y tradiciones de Costa Rica representa un desafío considerable para muchos migrantes, quienes se enfrentan a notables diferencias en normas sociales, gastronomía y valores.

Adicionalmente, destacan el individualismo y la percepción de menor solidaridad en la sociedad costarricense, en contraste con la que experimentaron en Nicaragua. Esto también se relaciona al hecho de que 4 de los/as entrevistados/as expresaron diferencias culturales marcadas sobre la expresión de emociones; describen a los nicaragüenses como generalmente más efusivos y ruidosos, mientras que los costarricenses tienden a ser más reservados y silenciosos en situaciones sociales.

En este contexto, es evidente la existencia de un choque cultural, ya que numerosas conductas que son socialmente aceptables en Nicaragua no lo son en Costa Rica. Por ejemplo, en Nicaragua es común hablar en voz alta y tratar con familiaridad al conocer nuevas personas, utilizando el pronombre "vos" en lugar de "usted". Estas diferencias culturales pueden generar fricciones entre individuos de ambas naciones.

''Aquí también hay cultura, no sé quizás es que nosotros somos muy bullangueros [ruidosos]. Aquí todos caminan en su mundo. Aquí toda la población tica es independiente. Hablando de que, si a vos te asaltan y gritas, nadie va a salir. Si te asaltan en una parada de buses que es lo más común acá, nadie se va a meter. Allá si la gente se mete o sale, bueno, que uno grita ayuda, la gente sale, acá no es así. Entonces ese es ese choque también de la independencia, yo diría que hasta egoísta son los ticos. También me ha costado acostumbrarme por eso.''
Informante 8, mujer, 29 años.

Es por estas razones que la adaptación en Costa Rica es gradual y puede ser limitada por la falta de interés en abandonar sus propias costumbres. No obstante, algunos de los/as jóvenes comparten que el adoptar ciertas culturas, acentos, o tradiciones del país vecino es percibido por otros nicaragüenses como algo negativo, dificultando aún más su proceso de adaptación. También, se identifica que en algunos casos el duelo migratorio o la negación de iniciar una nueva vida en otro país impacta en esta disposición de adaptarse a las nuevas tradiciones o culturas extranjeras.

"Me cuesta decir: Mira, me siento parte de la sociedad tica. Incluso si tuviera la nacionalidad, creo que no me sentiría parte"
Informante 2, mujer, 31 años.

"Si yo en un inicio estaba muy enojada y fue un poco extraño porque creo que por muchos años pasé como anestesiada del duelo migratorio o que mi duelo migratorio empezó por ahí, empezó como enojada y yo, ay que horrible los ticos, qué horrible las calles, que horrible ruido, no soporto ese acento..."
Informante 16, femenino, 26 años.

Lo anterior también está relacionado con el hecho de que pocos de los/as informantes participan en grupos u organizaciones comunitarias locales debido a la falta de interés en involucrarse en estas actividades, tradiciones o cultura

costarricense (ver CUADRO 4.18). Igualmente, las barreras económicas, de tiempo o de información dificulta la inserción de jóvenes nicaragüenses a la sociedad tica. Los pocos jóvenes (8) que indicaron que se han involucrado en este tipo de actividades suelen hacerlo, en su mayoría, a través de actividades religiosas y culturales (actividades relacionadas a la música y el arte), y encuentran que estas son formas efectivas de construir nuevos lazos y facilitar su integración en la comunidad costarricense.

CUADRO 4.18

Participación en grupos u organizaciones comunitarias locales

	Porcentaje	Personas
Participan en grupos u organizaciones comunitarias locales *(culturales, deportivos, religiosos)*	38%	8
No participan en grupos u organizaciones comunitarias locales	62%	13
Total	**100%**	**21**

Fuente: FsL, 2024.

Concluyendo, los resultados muestran que la disrupción de relaciones sociales preexistentes lleva a una sensación de aislamiento y pérdida de apoyo comunitario, dificultando la adaptación en el nuevo entorno. La formación de nuevas redes, principalmente dentro de la comunidad nicaragüense en Costa Rica, sirve como amortiguador a estas pérdidas, aunque se presentan desafíos, dado que la fragmentación política puede mermar la cohesión interna de los/as jóvenes migrantes en el país de acogida. Además, la interacción con la población local y su recepción puede facilitar o dificultar significativamente la integración, lo que a su vez afecta la capacidad de los/as migrantes para adaptarse y ser autosuficientes. En este contexto, programas como Movilidad Segura también juegan un papel importante, modificando dinámicas de apoyo al incentivar migraciones secundarias. Así, la migración reconfigura el capital social, y también desafía la resiliencia y la capacidad de los migrantes para establecer medios de vida sostenibles y dignos en los países de acogida.

4.4.6. Impactos en la salud mental: Afectaciones socioemocionales

Los impactos socioemocionales experimentados por los/as migrantes puede ser directamente atribuidos a las dificultades en reconstruir sus medios de vida en un contexto de migración. Según Chambers y Conway (1992), la seguridad de los medios de vida no sólo comprende la capacidad económica, sino también la estabilidad emocional y social que permite a las personas gestionar el estrés y planificar su futuro. En este contexto, 20 de los 21 de los/as jóvenes migrantes nicaragüenses reportan un incremento en ansiedad (12 personas) y depresión (8 personas), complicaciones que Silove et al. (2017) identifican como exacerbadas por inseguridades, dificultades económicas y la ruptura de redes sociales post-migración.



CUADRO 4.19

Afectaciones sociecomocionales[a/]

Síntomas emocionales o psicológicos	Personas	Síntomas físicos	Personas
Ansiedad	12	Presión en el pecho	2
Depresión	8	Sudoraciones	1
Nostalgia y mal de patria	11	Hipertensión	1
Duelos	10	Taquicardias	1
Miedo y estrés	9	Glucosa alta	1
Soledad	8	Ataques epilépticos	1
Transtornos de sueño	2		
Ataques de pánico	2		
Pensamientos suicidas	2		
Cambios de ánimo	1		
Abuso de pastillas	1		

a/: Las afectaciones socioemocionales presentadas fueron las más frecuentemente mencionadas. Sin embargo, la distribución porcentual entre los jóvenes no alcanza el 100% debido a que muchos participantes mencionaron simultáneamente varias de estas afectaciones durante sus entrevistas.

Fuente: FsL, 2024.

En primer lugar, estos impactos socioemocionales son resultado del estrés postraumático que sufren las personas víctimas de persecución política desde 2018. Aunque se encuentren fuera de su país de origen, muchos siguen experimentando un estado de alerta constante y un miedo persistente. La mayoría de los entrevistados que ha reportado estos síntomas reconoce que las tensiones de la crisis política en Nicaragua, sumadas a las adversidades enfrentadas en el exilio, intensifican los problemas de salud mental. Varias personas indicaron que estas emociones y afectaciones se manifestaron por primera vez en el extranjero, donde carecen de una red de apoyo sólida como la que tenían en Nicaragua y enfrentan numerosas necesidades económicas.

"Y hay muchos días también en los que paso con mucha ansiedad, mucho insomnio... Hace dos días estuve fatal; pasé muy mala noche realmente, no pude dormir pensando en que me iba a pasar algo. Yo lo asocio a todo eso, que tiene que ver con este tema de la desprotección que siento estando fuera de mi país y no estando tan cerca de personas que me cuidan"
Informante 7, hombre, 29 años.

Junto con la ansiedad y depresión, los problemas comúnmente mencionados por los/as informantes fueron experimentar una persistente nostalgia o "mal de patria", anhelando sus familiares, amistades, rutinas y la vida que dejaron atrás en Nicaragua. Estos sentimientos empeoran cuando los/as jóvenes pasan duelos en el exilio al perder sus seres queridos. Por ejemplo, 5 entrevistados compartieron el profundo dolor emocional de no poder estar al lado de seres queridos, especialmente abuelos y abuelas fundamentales en su crianza, en sus últimos momentos de vida. Las restricciones migratorias y la situación política en Nicaragua les privaron de la oportunidad de despedirse adecuadamente, afectando significativamente su estado emocional.

Por otra parte, un entrevistado narró el continuo duelo por la pérdida de su juventud y lo que él considera sus mejores años, enfrentando constantes alertas y desafíos para sobrevivir lejos de su hogar. Adicionalmente, otra persona compartió que fue víctima de violencia doméstica a manos de su expareja en Costa Rica, esta situación fue difícil de sobrellevar en el exilio (en un entorno nuevo y sin toda su red de apoyo). Ella también comparte que, este mismo período estuvo marcado por un embarazo y la muerte de otro familiar cercano, sumiéndola en un estado prolongado de shock y depresión.

"Mi depresión empezó cuando falleció mi abuela. Estuve dos años deprimida, súper delgada y en estado de shock continuo. O sea, yo pasé el embarazo, tuve a mi bebé y [viviendo] siempre como en estado de shock, como que no sentía, no tengo palabras para explicarlo. Como cuando uno está siempre sedado; no te emociona nada ni te entristece nada. Y ya después yo dejé mi relación sentimental con el papa de mi niña [que fue violenta]. Fue un caso súper grande legalmente porque hubo hasta intento de asesinato y todo. Entonces esto me traumó aún más. Y llegué a un punto en que ni siquiera podía dormir. Yo dormía cuando salía el sol, cuando empezaba a amanecer. Y ya después ahí fue que

empecé a recibir terapia y eso me ha ayudado a ir dejando las piedritas en el camino."

Informante 18, mujer, 22 años.

Adicionalmente, a través de las entrevistas, se mencionaron otras afectaciones como sentimiento de soledad, trastornos del sueño, ataques de pánico, y cambios de ánimo. Aproximadamente, 7 personas comentan cómo su cuerpo ha sufrido estas afectaciones causadas por la migración experimentando problemas de salud física incluyendo taquicardias, sudoraciones, hipertensión, presión en el pecho, glucosa alta o prediabetes y ataques epilépticos. Estas condiciones son frecuentemente el resultado del estrés postraumático y la falta de acceso a recursos que faciliten una recuperación y adaptación de manera sostenible y saludable. Incluso, 2 de las personas entrevistadas comparten que su salud mental ha sido tan fuertemente afectada que los ha llevado a pensamientos suicidas y abuso de pastillas (ambas personas se encuentran en desempleo en la actualidad).

''Es un tema complejo para mí, porque, bueno, ... no todos lo saben o no todos lo manejan, pero me parece que vale la pena mencionarlo en este momento. En 2022, entre octubre y noviembre, y recién ahora en diciembre de 2023, tuve pensamientos suicidas. En mi vida no había pasado por episodios o crisis de esa envergadura.''

Informante 7, hombre, 29 años.

''Yo sinceramente, a pesar de trabajar en la parte emocional se podría decir con jóvenes antes del 2018 yo no sabía lo que era experimentar ciertas cosas, como la depresión, como la ansiedad, como ese tipo de pensamientos, tal vez suicidas o pensamientos de no validarse uno mismo.''

Informante 8, mujer, 29 años.

Ante esta situación, el apoyo psicoemocional en los países de acogida es fundamental para los migrantes que enfrentan circunstancias adversas. Este soporte no solo ayuda a aliviar el estrés y la ansiedad que pueden surgir del desplazamiento y la incertidumbre, sino que también fortalece sus medios de vida al mejorar su capacidad para trabajar, aprender y adaptarse a nuevos entornos.

Al momento de preguntarles sobre si habían recibido apoyo psicoemocional para saber gestionar estas afectaciones mencionadas anteriormente, la mayoría (17 personas) expresa que si lo ha hecho a través de terapias psicológicas y/o psiquiátricas (ver CUADRO 4.20). En este sentido, 6 personas han gestionado estas afectaciones a través del apoyo logístico y económico por parte de OSC nicaragüenses en el exilio, 4 personas lo hacen a través del apoyo de familiares, parejas, o amistades, y 7 lo hacen a través de seguros o servicios gratuitos (psicólogos voluntarios). 3 de las 4 personas que no han recibido ningún tipo de apoyo psicológico mencionaron que no han buscado o solicitado apoyo profesional, más que el apoyo de sus seres queridos. Y una persona expresó que solicitó apoyo al ACNUR para tener acceso a terapia psicológica, pero nunca obtuvo respuesta.

"No, en realidad no. Bueno, como no trabajaba tanto por decirlo así, había momentos que no tenía mucho dinero. Entonces yo siempre pensaba que bueno, como no tenía ni seguros, tampoco decía si yo voy a un hospital, lo primero que hacen es que tengo que pagar ... por una cita al psicólogo o algo por el estilo. Pedí ayuda a ACNUR en aquel entonces...Y pues ...nunca recibí una respuesta por parte de ACNUR."

Informante 21, hombre, 21 años.

CUADRO 4.20

Apoyo psicoemocional para saber gestionar afectaciones socioemocionales

Número de personas

Sí ha recibido apoyo psicológica o psiquiátrica	**17**
a través del apoyo logístico y económico por parte de OSC nicaragüenses en el exilio	*6*
a través del apoyo de familiares, parejas, o amistades	*4*
a través de seguros o servicios gratuitos (psicólogos voluntarios)	*7*
No ha recibido apoyo psicológica o psiquiátrica	**4**

Fuente: FsL, 2024.

En conclusión, los migrantes han reportado altos niveles de ansiedad y depresión, síntomas exacerbados por la incertidumbre económica y la pérdida de redes sociales, que son esenciales para una vida estable. La migración desencadena no solo cambios físicos, sino también una profunda alteración del entorno social y emocional de los individuos, afectando su bienestar psicológico y, por ende, su capacidad para construir medios de vida resilientes y efectivos en el extranjero. Estos trastornos emocionales no solo deterioran la capacidad individual de enfrentar desafíos cotidianos, sino que también deterioran las estrategias de afrontamiento que los individuos podrían utilizar para mejorar sus circunstancias. La interrupción de estas estrategias complica aún más la reconstrucción de sus vidas en un nuevo entorno, limitando su capacidad para acceder a oportunidades y recursos que podrían ayudarles a establecer medios de vida estables y productivos.

4.5. Impactos en expectativas y perspectivas a futuro

Los cambios en las expectativas y aspiraciones de los migrantes están profundamente entrelazados con la reconstrucción de sus medios de vida en los contextos de acogida. Según De Haas (2000), las migraciones no solo son movimientos físicos sino también transiciones psicológicas y socioeconómicas que alteran las trayectorias vitales de los individuos y sus familias. Estos cambios de expectativas son fundamentales para entender cómo los migrantes visualizan su

futuro y planifican su integración en nuevas sociedades o un posible retorno a su país de origen.

- Sobrevivencia



Inicialmente, todos los planes y expectativas de los/as migrantes se transformaron en un enfoque de supervivencia, especialmente marcado durante los primeros años tras la migración. Esta fase de supervivencia se ha prolongado para muchos, debido a diversas limitaciones y adversidades continuas que impiden una transición hacia una estabilidad más definida y segura. La supervivencia no solo implica la subsistencia económica, sino también la lucha por mantener la integridad física, psicológica y emocional en un entorno a menudo hostil y desconocido.

Considerando lo anterior, 7 personas consideran que la única expectativa que tienen en la actualidad es sobrevivir, ya que han olvidado o renunciado a sus sueños del pasado y buscan simplemente vivir el día a día a través de su esfuerzo diario en un país ajeno al suyo. Entre las principales razones que los lleva a estas perspectivas son las faltas de oportunidades y limitaciones con las que se enfrentan y también las afectaciones socioemocionales que muchas veces no les permite ver un mejor panorama sobre sus vidas.

Los estados de supervivencia entre los migrantes tienen un impacto profundo en sus medios de vida, afectando no solo su bienestar económico sino también su capacidad para integrarse y prosperar en sus nuevas comunidades. Jacobsen (2002) explica que, sin un entorno estable y recursos adecuados, los migrantes pueden quedar atrapados en ciclos de pobreza y exclusión que perpetúan su estado de vulnerabilidad. La continua lucha por la supervivencia puede desgastar significativamente su resiliencia y reducir sus oportunidades de lograr una autonomía económica y social en el largo plazo.

“Bueno, porque ya no son los mismos [planes para el futuro]. Aquí estoy, tratando de sobrevivir.”

Informante 8, mujer, 29 años.

- Sueños y resiliencia

A pesar de las duras realidades enfrentadas, otros de los/as jóvenes entrevistados/as (4 personas) continúan albergando sueños y estableciendo

planes para un futuro mejor, empleando la resiliencia como mecanismo para contrarrestar los desafíos de la migración. Esta resiliencia se manifiesta en la capacidad de mantener la esperanza y seguir luchando por objetivos a largo plazo a pesar de las barreras. Asimismo, se observa un cambio en términos de expectativas dado que algunos migraron siendo menores de edad o muy jóvenes, por lo que comentan que en la migración han tenido que madurar, crecer, y formar su personalidad como adultos lo que también ha influido en la manera en se permiten soñar y sobrellevar las adversidades que viven en el exilio.

A pesar de que los planes personales y profesionales que tenían antes de 2018 se han visto alterados por las adversidades de la migración, muchos/as jóvenes encuentran en la capacidad de seguir soñando la fortaleza para perseverar y mantener viva la esperanza de una transformación personal, institucional o social que pueda mitigar sus restricciones en el país de acogida. Para aquellos decididos a quedarse, esto implica alcanzar metas personales como iniciar emprendimientos, continuar sus estudios, ejercer profesionalmente o formar familias.

Sin embargo, otros migrantes observan que las crecientes restricciones y el endurecimiento de las políticas migratorias en Costa Rica les han cerrado muchas de estas vías. Este contexto los ha llevado a reconsiderar sus opciones de permanencia en este país de destino. En consecuencia, entre sus metas y expectativas figura la aplicación a programas de reubicación internacional o la posibilidad de emigrar nuevamente hacia países con mejores condiciones socioeconómicas y políticas. Estas alternativas representan no solo la búsqueda de un refugio más seguro y estable sino también la oportunidad de reconstruir sus vidas bajo términos más favorables y dignos.

"Ahora tengo metas personales más claras y veo a Costa Rica como un trampolín para ellas, porque también pienso volver a migrar eventualmente…Sin embargo, crecer [en el exilio] me ha enseñado a tener otras prioridades. Por ejemplo, hacer rentable mi proyecto artístico, pensar en querer adquirir propiedades, un carro, una casa, buscar dónde echar raíces. Por el momento, estoy echando raíces en Costa Rica, pero si me veo echando raíces en otro lugar.."

Informante 16, mujer, 26 años

Igualmente, una de las motivaciones más destacadas entre los migrantes, según se reveló en las entrevistas, es alcanzar la estabilidad económica necesaria para poder contribuir al bienestar de sus padres y otros familiares. Muchos expresaron el deseo de lograr una seguridad financiera que les permita enviar remesas o proporcionar apoyo directo a sus seres queridos en Nicaragua. Esta aspiración refleja un fuerte vínculo familiar y un sentido de responsabilidad, y también motiva a muchos a perseverar a pesar de las adversidades del exilio, con la esperanza de mejorar no solo sus propias vidas sino también las de sus familias.

- Posibilidad de retorno a Nicaragua

La posibilidad de retorno al país de origen es un factor crucial que influye en las experiencias y en la construcción de medios de vida de los migrantes en los países de acogida. Según Cassarino (2004), la preparación para el retorno y las expectativas de reintegración juegan un papel determinante en cómo los migrantes gestionan sus recursos, establecen redes sociales y planifican su futuro mientras están en el extranjero. La anticipación de un retorno posible puede motivar a los migrantes a acumular ahorros, adquirir nuevas habilidades o incluso limitar su integración social en el país de acogida, preservando así fuertes lazos con su comunidad de origen. Por el contrario, la percepción de un retorno improbable o indeseable puede llevar a una mayor integración y a la búsqueda de estabilidad a largo plazo en el país de acogida (Cassarino, 2004).

El deseo de retorno a Nicaragua es un sentimiento compartido por muchos migrantes, aunque consideran que solo sería viable con un cambio político y democrático significativo (ver CUADRO 4.21). De los entrevistados, 8 expresan que solo considerarían regresar si se produce un cambio de gobierno que garantice la democracia, con la esperanza de reintegrarse con sus familias y tradiciones. Sin embargo, otros 7 migrantes, a pesar de su deseo de volver, no lo harían por temor a represalias del gobierno o actores afines al régimen actual. Por otro lado, 6 de los participantes rechazan la idea de volver incluso ante un cambio político, ya que el proceso para establecerse en sus nuevos entornos ha sido arduo y no están dispuestos a enfrentar la incertidumbre de comenzar de nuevo desde cero o de involucrarse en posibles conflictos sociales y políticos en Nicaragua. Además, aquellos que ya han establecido su vida adulta en el país de acogida suelen mostrar menos interés en regresar a Nicaragua. Por ejemplo, una joven madre soltera expresa que no considera volver, ya que su hija ha nacido y crecido en Costa Rica. Cree que un retorno implicaría para su hija enfrentar los mismos desafíos de desconexión y pérdida que ella experimentó al dejar su país de origen. La migración ha sido tan compleja para ella que no está dispuesta a someter a su hija a ese proceso.

Estas divergencias reflejan una mezcla de esperanza y pragmatismo entre los migrantes, marcada profundamente por sus experiencias y la realidad política de Nicaragua.

> *"Pues yo siento que todos los exiliados políticos que estamos fuera desde abril del 2018 tenemos la esperanza y hemos considerado volver, pero no ahorita, quién sabe cuándo, es un sueño más."*
>
> Informante 19, mujer, 21 años.

CUADRO 4.21

Posibilidad de retorno a Nicaragua

	Porcentaje	Personas
Regresaría si se produce un cambio de gobierno que garantice la democracia	38%	8
A pesar del deseo de volver, no lo haría por temor a represalias del gobierno o actores afines al régimen actual	33%	7
No deseo volver aunque existan cambios políticos, no estaría dispuesto a enfrentar la incertidumbre de iniciar de cero	29%	6
Total	**100%**	**21**

Fuente: FsL, 2024.

4.6. Respuesta institucional: Estado y organizaciones

4.6.1. Papel del Estado

La efectividad de las políticas estatales y las respuestas institucionales en los países de acogida es fundamental para determinar la calidad de vida y la sostenibilidad de los medios de vida de los migrantes. Según Betts y Collier (2017), un marco institucional robusto y bien articulado puede facilitar significativamente la integración de los migrantes, proporcionando acceso a servicios esenciales como educación, empleo y salud, elementos clave para la construcción de una vida sostenible.

En este contexto, el Estado desempeña un papel crucial no solo en mitigar las barreras al acceso de recursos, sino también en crear oportunidades que promuevan la resiliencia económica y social de los migrantes. Asimismo, Castles y Miller (2009) argumentan que las políticas migratorias inclusivas y las prácticas de integración bien implementadas son esenciales para prevenir la marginalización y fomentar contribuciones positivas de los migrantes a la sociedad de acogida. Por lo tanto, una respuesta institucional adecuada y proactiva es indispensable para asegurar que los/as migrantes puedan reconstruir sus vidas de manera digna y sostenible en un nuevo entorno, pero también obtener beneficios transnacionales que son positivos tanto para el país de destino como su país de origen.

Respecto a las perspectivas que tienen los/as jóvenes entrevistados sobre el papel del Estado de Costa Rica sobre la vida de los/as migrantes, se observa que todos perciben un deterioro y endurecimiento de las acciones gubernamentales relacionados a los asuntos de migración. Los/as jóvenes nicaragüenses que no han obtenido sus resoluciones de solicitud de refugio y quienes han llegado al país después de estas acciones han sido los más afectados.

Como se ha mencionado anteriormente, desde la toma de posesión de Rodrigo Chaves como presidente de Costa Rica en 2022, se han implementado cambios significativos en la política migratoria que afectan a los solicitantes de refugio, particularmente nicaragüenses. Estas políticas más restrictivas han resultado en

una notable reducción de solicitudes de refugio, de aproximadamente 7,000-8,000 solicitudes mensuales a solo 3,352 en febrero de 2023 (Shiffman, 2023).

Además, la estrategia de represión del Gobierno de Nicaragua persiste, dirigida hacia líderes políticos de la oposición, a quienes persigue incluso cuando se encuentran en el extranjero, fenómeno conocido como represión transnacional (Confidencial, 2024). Ante esto, no hay una respuesta clara por parte de las autoridades costarricenses. Por ejemplo, se registró un atentado a una pareja nicaragüense en el centro de Costa Rica, que eran reconocidos por ser opositores al partido de gobierno nicaragüense y que ya habían experimentado atentados en contra de su vida, con altas sospechas que se trataba de represalias por parte de grupos afines al Gobierno de Ortega (Murillo, 2024). Sin embargo, no se observó una respuesta o protección eficiente por parte del Estado costarricense, aumentando las dudas y temor por parte de la población migrante (Murillo, 2024).

Asimismo, en febrero de 2024, el Gobierno costarricense extraditó a un opositor al régimen de Daniel Ortega, a Nicaragua. Esta persona estaba solicitando refugio por razones políticas en Costa Rica (su extradición fue posible porque su refugio no había sido aprobado), pero fue extraditado bajo un tratado de 130 años de antigüedad por acusaciones de delitos de asesinato y asalto en su contra. Este acto de extradición ha sido criticado por no realizar procedimientos adecuados para diferenciar las motivaciones del Gobierno de Nicaragua para castigar a esta persona, entre las razones políticas y las acusaciones penales (Gutiérrez, 2024).

Estas situaciones han elevado la preocupación entre los migrantes sobre la seguridad en Costa Rica y han generado miedo a otros solicitantes de refugio que buscan protección contra la persecución política de Nicaragua. La incertidumbre sobre la posibilidad de ser víctima de represalias incluso fuera de las fronteras nicaragüenses ha exacerbado las preocupaciones sobre la seguridad personal.

> "M*e siento muy inseguro, a pesar de que no estoy en Nicaragua hay un pensamiento muy compulsivo en que pienso de que en cualquier momento se pueden aparecer en mi casa y me pueden asesinar a mí, que pueden asesinar a mi novio. Y lo que está pasando en Costa Rica con el tema de seguridad tampoco me ayuda."*
>
> Informante 7, hombre, 29 años.

Por otro lado, el Gobierno de Costa Rica aprobó un decreto adicional que establece una categoría especial temporal para migrantes de Nicaragua, Cuba y Venezuela, que les permite trabajar por dos años en el caso que su solicitud de refugio fue denegada o no han tenido resolución en el tiempo correspondiente, siempre que se inscriban en la seguridad social y demuestren no tener antecedentes penales. Esta categoría aplica a aquellos que solicitaron refugio entre el 1 de enero de 2010 y el 20 de septiembre de 2022, y que no hayan regresado a sus países durante ese tiempo (La Prensa, 2023; Shiffman, 2023). Aunque este decreto podría mejorar la situación migratoria de muchos nicaragüenses con solicitudes denegadas, el costo

del trámite es de US$95 (Madriz, 2023), lo cual se considera alto para aquellas personas que tienen dificultades económicas o se encuentran en el desempleo.

Ante el panorama complicado que enfrentan los/as migrantes en Costa Rica, especialmente bajo la actual administración gubernamental, los/as jóvenes nicaragüenses comparten distintas percepciones sobre las acciones gubernamentales de este país de acogida. Algunos informantes perciben al Gobierno costarricense como ineficiente y excesivamente burocrático en la gestión de procesos migratorios (6 de 21 personas). Adicionalmente, algunos consideran que las autoridades no muestran un compromiso real para asistir a los migrantes, especialmente a los/as jóvenes nicaragüenses, y cuestionan su responsabilidad y voluntad para proteger a estas poblaciones vulnerables (7 de 21 personas).

Varios entrevistados consideran que, desde el cambio de gobierno, la situación ha empeorado, describiendo al presidente actual como alguien que promueve un discurso xenófobo y contribuye al deterioro de la integración y el bienestar de los migrantes (8 de 21 personas). Según los/as informantes, las recientes restricciones en la política migratoria no solo dificultan la vida de quienes ya se encuentran en el país, sino que parecen estar diseñadas para incitar a los/as migrantes a salir de Costa Rica o para reducir la llegada de nuevos migrantes desde Nicaragua (u otros países). Adicionalmente, se mencionaron que estos cambios de políticas, podría ser parte de una estrategia para captar más recursos de agencias de protección de migrantes internacionales como ACNUR, mientras se desincentiva la migración hacia Costa Rica.

> *"Cada vez peor, cada vez más restringido. Cada vez poniéndonos contra la frontera de Nicaragua prácticamente, que como quiere que todas las personas nicas salgamos, o sea, las medidas que han tomado han sido demasiado xenófoba, demasiado clasista y solo se ve pues en nosotros porque para otras nacionalidades así no tanto."*
> Informante 3, no binario, 23 años.

> *"Me parece preocupante. Me parece preocupante [el papel del Estado] porque su respuesta nos deja en indefensión, nos obliga a vivir en condiciones precarias y más bien precarizadas, en condiciones de inseguridad financiera, inseguridad política, inseguridad en general."*
> Informante 17, no binario, 25 años.

4.6.2. Organizaciones No Gubernamentales internacionales y exiliadas

La respuesta institucional a los impactos de la migración involucra no solo a las entidades gubernamentales sino también a una amplia red de organizaciones no gubernamentales, tanto internacionales como nacionales, y a organizaciones nicaragüenses en el exilio. Como se mencionó anteriormente, el principal apoyo que las personas entrevistadas han recibido de organizaciones exiliadas y

agencias de protección de migrantes ha sido la asesoría en trámites migratorios. Sin embargo, en algunos casos esta asesoría se ha limitado a los procesos iniciales.

Sin embargo, estas organizaciones han desempeñado un papel crucial en el aumento del capital social de los/as jóvenes. Al brindarles la oportunidad de participar en actividades y programas, estas instituciones no solo les ofrecen un espacio para el crecimiento personal y profesional, sino que también les permiten establecer conexiones significativas con otros individuos y comunidades.

> *"Yo acá en Costa Rica no conocía a nadie, luego me integré a actividades de organizaciones, lo que me ha permitido conocer a un montón de personas".*
> Informante 7, hombre, 29 años.

Los/as entrevistados también destacan la provisión de paquetes de alimentos, principalmente dirigidos a los migrantes que llegaron en 2018 y 2019. Algunos entrevistados mencionan haber recibido apoyo de ACNUR para adquirir seguros en la CCSS, uno de los requisitos necesarios para la regularización migratoria y, sobre todo, para acceder a atención médica. Este servicio es esencial pero difícil de acceder para los migrantes. Además, han brindado cursos técnicos y vocacionales.

A pesar de la importancia de este apoyo, generalmente está centrado en mitigar problemas emergentes y no necesariamente aborda las causas estructurales profundas de los desafíos que enfrentan los migrantes. Los problemas como la integración social, el acceso a empleo digno, servicios financieros y a servicios básicos adecuados, así como la discriminación y la xenofobia, requieren soluciones acompañadas de políticas estatales que sean más integradas y sostenibles. Las intervenciones de estas organizaciones, por muy valiosas que sean, no alterarán de manera significativa los factores estructurales del sistema que perpetúan la vulnerabilidad de los/as migrantes.

Además, 8 de las 21 personas entrevistadas señalan que no han tenido acceso a espacios (foros, reuniones o plataformas) donde puedan compartir abiertamente sus preferencias y necesidades. La OIM (2020b) destaca la importancia de crear asociaciones juveniles y fortalecer su capacidad con el fin de evitar el aislamiento de los/as jóvenes migrantes, facilitar su acceso al empleo o a oportunidades de desarrollo, así como asegurar su inclusión y participación en la sociedad. A su vez, identificar las preocupaciones que limitan la participación e integración de los/as jóvenes en sus nuevas comunidades permite implementar programas de bienestar específicos que ofrezcan el apoyo apropiado en cuanto afectaciones psicológicas, procedimientos administrativos o atención médica (OIM, 2020b).

5.Conclusiones y principales hallazgos

Después de una exhaustiva exploración se han identificado varios aspectos cruciales que delinean la complejidad de la experiencia migratoria de jóvenes nicaragüenses. En primer lugar, se evidencia que la migración hacia Costa Rica ha

sido una respuesta forzada para la mayoría de jóvenes nicaragüenses entrevistados/as, que se vieron obligados a abandonar su país debido a la crisis política y social en Nicaragua. A su vez, esto contribuyó a la migración irregular, la cual ha expuesto a los/as jóvenes a diversas dificultades y riesgos, desde la incertidumbre hasta experiencias traumáticas, afectando profundamente su bienestar emocional y psicológico.

En cuanto a sus medios de vida, la migración ha generado un cambio significativo en las condiciones socioeconómicas de los/as jóvenes migrantes. Pese a que la mayoría posee antecedentes económicos estables en Nicaragua, ahora luchan por satisfacer incluso sus necesidades básicas en Costa Rica, enfrentando precariedad laboral, altos costos en este país y la exclusión social. Esta situación limita su capacidad para adquirir capital físico adicional y dificulta su integración en la nueva sociedad.

Igualmente, se destaca las dificultades para acceder a créditos o préstamos en Costa Rica debido a su condición migratoria. Esta falta de acceso afecta su capacidad para enfrentar emergencias, poseer ahorros o invertir en proyectos futuros, además de restringir las posibilidades de adquirir bienes y posesiones como casas o vehículos, obstaculizando su estabilidad financiera a largo plazo.

Las personas entrevistadas, así como gran parte de quienes migraron post-2018, tienen algún nivel de educación formal y la aspiración de continuar su desarrollo profesional y académico en el extranjero. Sin embargo, estos jóvenes enfrentan barreras significativas para el desarrollo de este proyecto, debido a la regularización migratoria, los altos costos de la educación superior y los requisitos que resultan difíciles de cumplir (como presentar documentación apostillada o registros académicos) para quienes han sufrido represalias por su labor activista y/o migraron de manera forzada y sin planificación. Lo anterior limita sus oportunidades tanto laborales como su desarrollo profesional en Costa Rica.

Por otro lado, la migración también ha afectado el círculo social y redes de apoyo de los/as jóvenes, llevando a una sensación de aislamiento y pérdida de comunidad. Aunque la formación de nuevas redes dentro de la comunidad nicaragüense en Costa Rica ha brindado cierto apoyo, la fragmentación política causa que las personas no sientan que sus relaciones sociales sean tan sólidas como en Nicaragua. La integración de los/as jóvenes en la sociedad costarricense se ve limitada por actitudes xenofóbicas por parte de la población local, la falta de pertenencia, falta de interés, duelo migratorio, diferencias culturales, e incluso existe un temor al juicio por parte de los mismos nicaragüenses.

La migración ha tenido repercusiones en la salud emocional y psicológica de la mayoría de las personas entrevistadas, lo cual ha impactado en la salud física de algunas personas. Se observan altos niveles de ansiedad y depresión entre los migrantes, exacerbados por la incertidumbre económica y la pérdida de redes de apoyo. Incluso algunos han indicado llegar al punto de experimentar pensamientos suicidas y abuso de pastillas. Estos trastornos emocionales no solo afectan la

capacidad individual para enfrentar desafíos, sino que también obstaculizan la construcción de medios de vida resilientes y efectivos en el extranjero.

Ante este contexto, los planes y expectativas de los migrantes se han reducido a un enfoque de supervivencia. Muchos continúan luchando por encontrar estabilidad por las limitaciones persistentes. A pesar de las adversidades, algunos mantienen esperanzas y sueños de un futuro mejor, utilizando la resiliencia como un recurso para enfrentar los desafíos. Entre las motivaciones principales se encuentra el deseo de alcanzar estabilidad económica para apoyar a sus familias.

Por otro lado, aunque muchos desean regresar a Nicaragua, condicionan su retorno a un cambio político significativo que garantice la democracia y la seguridad. Sin embargo, algunos temen represalias por parte de simpatizantes del gobierno actual (aún en un nuevo contexto) y otros rechazan la idea de regresar debido a las dificultades enfrentadas y la incertidumbre asociada con comenzar de nuevo en su país de origen.

Finalmente, se destaca la importancia de la respuesta institucional a los impactos de la migración, que incluye tanto a entidades gubernamentales como a ONGs. En este sentido, los/as participantes perciben al Gobierno costarricense como ineficiente y excesivamente burocrático en la gestión de procesos migratorios, además consideran que las autoridades no muestran un compromiso real para asistir a los migrantes, especialmente a los/as jóvenes nicaragüenses, y cuestionan su responsabilidad y voluntad para proteger a poblaciones vulnerables. Adicionalmente, muchos entrevistados describen al presidente actual como alguien que promueve un discurso xenófobo y contribuye al deterioro de la integración y el bienestar de los migrantes, lo que ha generado que la situación actual esté empeorando para los migrantes.

Específicamente, los migrantes forzados, quienes suelen experimentar pérdidas más profundas, se ven significativamente afectados por un marco institucional y políticas migratorias que se han endurecido con el tiempo. Esto ha reducido notoriamente las oportunidades y espacios para que los migrantes alcancen la autosuficiencia y mejoren su calidad de vida. Por esta razón, algunas personas han considerado la opción de emigrar nuevamente hacia países con condiciones socioeconómicas y políticas más favorables, especialmente debido a las nuevas restricciones y a la percepción de inseguridad derivada de la represión transnacional en Costa Rica.

Es relevante señalar que algunos migrantes nicaragüenses en Costa Rica viven en un constante estado de temor debido a la percepción de inseguridad y la amenaza de la represión del Gobierno de Nicaragua que alcanza incluso a este país. Este temor tiene un impacto significativo en el bienestar psicosocial de los individuos afectados. Estas acciones represivas por parte del Gobierno de Nicaragua se han extendido incluso a líderes políticos de la oposición en el extranjero, lo cual ha generado preocupación entre los migrantes. La falta de respuesta efectiva por parte de las autoridades costarricenses ante casos de violencia y la extradición de

un opositor político a Nicaragua, han aumentado el miedo y la incertidumbre entre los solicitantes de refugio, destacando la necesidad de garantizar la seguridad y protección de los/as migrantes en Costa Rica.

Respecto a la respuesta de las ONGs, nacionales o internacionales, si bien estas organizaciones desempeñan un papel crucial en la provisión de apoyo esencial, generalmente se centra en mitigar problemas emergentes o de corto plazo y no necesariamente aborda las causas estructurales. Por lo tanto, se requieren soluciones más integrales y sostenibles para contribuir de manera significativa a estrategias de sustento y auto suficiencia de los/as jóvenes migrantes, como atender las necesidades y limitaciones existentes en su educación y formación.

En conclusión, este estudio subraya la necesidad de políticas y programas que aborden las necesidades específicas de los/as jóvenes migrantes nicaragüenses en Costa Rica, promoviendo la inclusión social y económica y combatiendo la xenofobia y la discriminación. Es fundamental garantizar el respeto de los derechos humanos de todos los/as migrantes. En específico, es necesario ayudar a los/as migrantes nicaragüenses a sentirse seguros en Costa Rica, a crecer integralmente en una cultura diferente, a elevar su autoestima, a sanar sus experiencias traumáticas, a continuar sus estudios, a lograr empleos dignos y acordes a sus capacidades, a cumplir sus metas de vida y a trabajar hacia una sociedad más inclusiva y acogedora en un país ajeno al suyo.

6. Recomendaciones

Este estudio revela que los/as jóvenes nicaragüenses entrevistados/as que han emigrado a Costa Rica enfrentan múltiples limitaciones económicas, sociales y emocionales que obstaculizan su desarrollo personal y la reconstrucción de sus medios de vida. Ante esta realidad, es crucial que el Gobierno costarricense adopte medidas para mitigar los impactos negativos que sufre la población migrante nicaragüense. Por lo tanto, se recomienda la implementación de políticas localizadas e inclusivas que faciliten el acceso a distintos tipos de activos y medios de vida para los/as jóvenes migrantes. Estas políticas no solo proporcionarían bienestar a los individuos involucrados, sino que también ofrecerían beneficios transnacionales, contribuyendo al desarrollo económico tanto de Costa Rica como de Nicaragua.

Adicionalmente, se presentan una serie de recomendaciones dirigidas a diversas entidades (nacionales, exiliadas o internacionales) o donantes que apoyan a migrantes y podrían trabajar en colaboración con el Gobierno de Costa Rica. La implementación de estas recomendaciones de manera integral y a través de la acción colectiva podría contribuir a mejorar los medios de vida de los/as jóvenes migrantes nicaragüenses, facilitando su integración y fortaleciendo sus estrategias de subsistencia.

- Financiar líneas de investigación que estudien las condiciones de los migrantes, enfocándose en grupos en situaciones de vulnerabilidad: Financiar proyectos de investigación que evalúen los impactos de la migración en diversos grupos sociales, especialmente enfocándose en grupos vulnerables como jóvenes, mujeres (incluyendo madres solteras), niños, campesinos, indígenas, entre otros. Diversas entidades colaboradoras, tanto del ámbito internacional como local, redes de apoyo comunitarios o actores claves pueden asociarse con universidades y centros de investigación para llevar a cabo estos estudios. Los datos obtenidos permitirán identificar áreas de intervención y orientarán la creación de acciones y propuestas de políticas más informadas y efectivas, adaptadas a las realidades complejas de los migrantes.
- Realizar y lanzar campañas de información amplias, entendibles, y accesibles sobre trámites migratorios: Diversas entidades colaboradoras, tanto del ámbito internacional como local, o actores claves pueden financiar, desarrollar y difundir materiales informativos claros y precisos que abarquen temas esenciales como el proceso de solicitud de refugio, la obtención de permisos de trabajo, regulación de estatus migratorio y cualquier cambio de política que puede afectar a migrantes. Las campañas deben aprovechar plataformas de redes sociales, televisión y radio locales para garantizar una amplia difusión. Además, se pueden realizar talleres y seminarios en colaboración con organizaciones comunitarias y puntos de servicio al migrante para proporcionar asistencia personalizada. Proporcionar acceso a información confiable y comprensible facilita que los migrantes tomen decisiones informadas, empodera a los individuos para gestionar mejor sus casos, y fortalece su capacidad para acceder a oportunidades formales de empleo y otros servicios esenciales, contribuyendo así a su estabilidad y medios de vida sostenibles.
- Promover la educación y la capacitación técnica para jóvenes migrantes: Diversas entidades colaboradoras, tanto del ámbito internacional como local, redes de apoyo comunitarios o actores claves podrían colaborar con instituciones educativas locales de primaria, secundaria, institutos técnicos y universidades para financiar y ofrecer becas y programas de reconocimiento de estudios previos. Además, establecer programas de mentoría y pasantías que vinculen a jóvenes migrantes con profesionales en sus campos de interés. Así como la creación de programas de apadrinamiento de estudios a personas exiliadas, en el que empresarios y miembros de la diáspora nicaragüenses en Estados Unidos, Europa o Costa Rica apadrinen monetariamente a un becario. Todo lo anterior tendría un impacto en el acceso al capital humano y mejoraría las habilidades laborales de los/as jóvenes, aumentando su empleabilidad y permitiéndoles contribuir de manera más efectiva a la economía local de Costa Rica.
- Desarrollar programas enfocados en mejorar el acceso al empleo para migrantes, con un énfasis en la certificación de habilidades y la eliminación de barreras administrativas: Diversas entidades

colaboradoras, tanto del ámbito internacional como local, o actores claves pueden trabajar con autoridades laborales locales (p.e. Ministerio de Trabajo) para establecer centros de certificación de habilidades donde los/as migrantes puedan validar y certificar sus competencias profesionales. Adicionalmente, implementar talleres de capacitación en habilidades laborales e idiomas, y negociar con empresas locales para fomentar la inclusión laboral de migrantes. Estos programas ayudarían a los migrantes a superar las barreras que limitan su acceso al mercado laboral, permitiéndoles ser más autosuficientes y mejorar sus estrategias de sustento. La integración laboral efectiva es crucial para la estabilidad económica de los migrantes y contribuye a sus actividades económicas y mejora el acceso a otro tipo de activos.

- Implementar programas de capacitación integral para migrantes, que incluyan servicios complementarios como transporte y alimentación, ofrecer acceso a cuido de hijos/as y horarios flexibles: Las organizaciones o actores que ya implementan o están considerando implementar estos programas de capacitación o cursos técnicos, deben diseñarlos tomando en cuenta que los/as participantes no tengan que elegir entre educación y necesidades básicas. Para ello, es crucial incluir transporte y comidas dentro del programa de capacitación, especialmente para aquellos que enfrentan limitaciones económicas. Además, es fundamental adaptar los horarios de los cursos para hacerlos accesibles a quienes trabajan (con énfasis en madres solteras), ofreciendo opciones nocturnas, en línea y durante los fines de semana. Estas mejoras facilitarían la participación en programas de capacitación, aumentando así la accesibilidad y la efectividad de la educación y formación profesional para migrantes.
- Implementar políticas robustas de vigilancia laboral para reducir la explotación y la prevalencia de empleos informales entre los migrantes: El gobierno, con el apoyo de distintas organizaciones y actores claves (por ejemplo, la OIT que tiene estándares internacionales de vigilancia laboral), debería fortalecer los mecanismos de inspección laboral para garantizar el cumplimiento de las leyes de trabajo y los estándares de seguridad. Esto podría incluir la creación de una unidad especial dentro de la inspección de trabajo dedicada a sectores con alta incidencia de empleo migrante. Adicionalmente, se podrían desarrollar campañas de concienciación dirigidas tanto a empleadores como a trabajadores migrantes sobre los derechos laborales y las vías legales para reportar abusos. Estas políticas ayudarían a disminuir la explotación laboral y reducirían el número de migrantes en el sector informal, asegurando que reciban una remuneración justa y condiciones de trabajo seguras. Además, promoverían la formalización del empleo a inmigrantes, facilitando su integración en la economía formal y permitiendo un mejor acceso a servicios sociales y protección legal.
- Aumentar el acceso a vivienda y recursos básicos (materiales educativos, computadoras, artículos personales, alimentación, acceso a

transporte, etc.) para migrantes: Financiar y desarrollar proyectos habitacionales para migrantes en colaboración con gobiernos locales y diversas entidades. Además, ofrecer subsidios o créditos para la compra de herramientas y equipos necesarios para el empleo o la educación. Estas acciones tendrían un impacto en el acceso a capital físico y mejoraría significativamente las condiciones socioeconómicas de los migrantes, proporcionándoles una base más estable para reconstruir sus vidas.

- Facilitar el acceso a servicios financieros para migrantes: Trabajar con instituciones financieras para desarrollar productos adecuados para migrantes, como cuentas bancarias sin necesidad de extensa documentación, tarjetas de crédito con tasas de interés bajas y/o préstamos con garantías ajustadas. Diversas entidades colaboradoras, tanto del ámbito internacional como local, redes de apoyo comunitarios o actores varios podrían apoyar la creación de fondos de garantía para reducir el riesgo para los bancos y ofrecer microcréditos dirigidos a migrantes. Esto tendría un impacto en el acceso a capital financiero y permitiría a los migrantes gestionar mejor sus recursos, enviar remesas y hacer inversiones que podrían mejorar sus condiciones de vida y las de sus familias en Nicaragua.
- Apoyar el emprendimiento y la creación de microempresas entre la comunidad migrante: Crear centros o ferias de emprendimientos y ofrecer capacitaciones en gestión empresarial para migrantes, financiadas por diversas entidades colaboradoras o actores claves. Para ello, se debe proporcionar microcréditos o subvenciones para iniciar negocios y reducir las restricciones de mercado que hay en la actualidad. Este apoyo tendría impacto en las estrategias de vida de los migrantes y fomentaría la autosuficiencia económica. Además, estimularía el desarrollo económico local de Costa Rica.
- Facilitar la integración cultural y social de los migrantes a través de la creación de redes de apoyo comunitario: Implementar programas comunitarios que fomenten el intercambio cultural y la solidaridad entre migrantes y locales, apoyados y en colaboración con organizaciones y actores claves. Esto podría incluir eventos comunitarios tales como torneos deportivos, festivales culturales, y encuentros interreligiosos, con participación abierta tanto para migrantes como para residentes locales. Esto tendría un impacto en el capital social y reduciría el aislamiento social de los migrantes, fortalecería su red de apoyo y fomentaría relaciones positivas dentro de la comunidad.
- Combatir la xenofobia y discriminación: Implementar campañas de sensibilización y educativas dirigidas a diferentes grupos meta para combatir la xenofobia y la discriminación. En primer lugar, estas campañas deben enfocarse en ciudadanos costarricenses, para disminuir la discriminación y aumentar la integración de los migrantes. Además, deben estar dirigidos a las autoridades de Costa Rica; para reducir los trámites

migratorios burocráticos, aumentar la protección a la integridad física de los migrantes nicaragüenses, eliminar políticas antiinmigrantes y reducir discursos xenófobos. Para ello, se pueden desarrollar programas educativos y campañas en medios de comunicación, financiados por diversas entidades colaboradoras que fomenten la empatía y el entendimiento hacia los migrantes. También, se pueden involucrar a figuras públicas locales y líderes comunitarios (como evangelistas de la tolerancia y apertura a migrantes) para que fomenten la cohesión social y apertura a migrantes nicaragüenses. De igual manera, se pueden diseñar campañas informativas que compartan estadísticas e indicadores mostrando el aporte e impacto positivo de la migración nicaragüense en la economía y sociedad costarricense, abarcando las distintas olas migratorias. Estas campañas impactarían positivamente en el capital social y la autoestima de los migrantes. Por ejemplo, podrían cambiar percepciones negativas, reducir la discriminación y mejorar la cohesión social entre los migrantes y la población local.

- Facilitar la creación de plataformas de diálogo entre inmigrantes, ONGs, y gobiernos locales: Establecer espacios de participación, como foros, donde los migrantes puedan compartir sus necesidades y preferencias con los responsables de políticas en espacios culturales, deportivos, juveniles, etc. Diversas entidades colaboradoras, tanto del ámbito internacional como local, redes de apoyo comunitarios o actores claves pueden apoyar estos espacios con recursos y facilitación. Estos espacios fomentarían un mayor entendimiento de las necesidades migrantes y promoverían políticas más inclusivas y efectivas.
- Establecer servicios de apoyo psicoemocional y psiquiátricos accesibles para migrantes: Diversas organizaciones y actores claves pueden financiar y colaborar con organizaciones locales y profesionales especializados para proporcionar servicios de salud mental, incluyendo terapia individual y grupal, de manera asequible o gratuitas para migrantes. Estas terapias pueden ser ofrecidas tanto en línea como en persona. Además, crear un sistema de alerta temprana (puede ser un hotline con una ONG especializada) para migrantes experimentando depresión u otras condiciones mentales en todos sus niveles y en especial a aquellos con pensamientos suicidas) así como capacitar a trabajadores comunitarios en primeros auxilios psicológicos. Es importante difundir información sobre los beneficios de estos servicios y la forma en como acceder a ellos a través de estos programas de ayuda. Estos programas mejorarían la resiliencia y la salud mental de los migrantes, ayudándoles a gestionar y superar los traumas, el miedo, la ansiedad, los ataques de pánico y la depresión que experimentan normalmente.
- Promover la seguridad para personas con persecución política y migrantes nicaragüenses: Asegurar la protección y la seguridad de migrantes con historial de persecución política y migrantes nicaragüenses

en general. El Gobierno costarricense junto a entidades colaboradoras, tanto del ámbito internacional como local, redes de apoyo comunitarios o actores varios pueden implementar programas de protección que incluyan medidas de seguridad personalizadas (puede incluir cuidos por parte de la Fuerza Pública de Costa Rica), asesoría legal para solicitantes de refugio y sistemas de alerta rápida para crisis. También, es importante priorizar aquellas personas solicitantes de refugio que hayan experimentado violencia y persecución política transnacional por parte de grupos afines al Gobierno de Nicaragua (sin el estatus de refugiado los/as migrantes no tienen suficiente protección de este tipo). Esto proporcionaría un entorno más seguro para los migrantes afectados y tendría un impacto en su bienestar personal y capacidades, permitiéndoles reconstruir sus vidas sin el temor constante a represalias o violencia.

- Crear espacios de cuidado infantil accesibles y asequibles para jóvenes padres y madres migrantes, facilitando la conciliación entre la crianza de los hijos y las oportunidades laborales: El gobierno, en colaboración con distintas entidades y actores claves, podrían financiar centros de cuidado infantil para padres y madres migrantes. Estos centros deberían ofrecer servicios de cuidado alineados con horarios laborales comunes y proporcionar programas de desarrollo infantil. La implementación de estos centros de cuidado infantil no solo permitiría a los padres y madres jóvenes migrantes tener la oportunidad de trabajar y estudiar, sino que también aseguraría un entorno seguro y enriquecedor para sus hijos. Esto reduciría el estrés económico y emocional sobre las familias migrantes (que muchas veces carecen de un sistema de apoyo para estos cuidados) y apoyaría el desarrollo integral de la próxima generación, al tiempo que facilitaría la integración social y económica de los migrantes en la comunidad de acogida.

8. Referencias bibliográficas

Acción contra el Hambre. (2020). Retos para la inserción laboral: En condiciones de empleo decente en personas inmigrantes y refugiadas de Venezuela en Perú. https://data.unhcr.org/en/documents/details/79135

Adams, R. H. Jr. (2003). International migration, remittances, and the brain drain: A study of 24 labor-exporting countries (Policy Research Working Paper No. 3069). The World Bank. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://documents1.worldbank.org/curated/en/406641468757221102/pdf/multi0page.pdf

Aduanas y Protección de Fronteras de EE.UU. (CBP, 2024a). Nationwide Encounters. https://www.cbp.gov/newsroom/stats/nationwide-encounters

Aduanas y Protección de Fronteras de EE.UU. (CBP, 2024b). CBP Releases December 2023 Monthly Update. https://www.cbp.gov/newsroom/national-media-release/cbp-releases-december-2023-monthly-update

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados . (s.f.). Inclusión financiera. Agencia de la ONU para los Refugiados. https://www.acnur.org/que-hacemos/construyendo-mejores-futuros/medios-de-vida-e-inclusion-economica/inclusion-financiera

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados. [ACNUR]. (2012). Programación sobre medios de vida sostenibles: Directrices operativas. Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2013/9087.pdf

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2020). Más de 100.000 personas forzadas a huir de Nicaragua tras dos años de crisis política y social. https://www.acnur.org/noticias/briefing-notes/mas-de-100000-personas-forzadas-huir-de-nicaragua-tras-dos-anos-de-crisis

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2021). Derechos de las refugiadas y solicitantes de refugio en Costa Rica. https://help.unhcr.org/costarica/wp-content/uploads/sites/2/2021/07/derechos-digital.pdf

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2022). Medios de vida e inclusión económica. https://webarchive.archive.unhcr.org/20220625210318/https://www.acnur.org/medios-de-vida.html

Amnistía Internacional. (2018). Sembrando el terror: de la letalidad a la persecución en Nicaragua. https://www.amnesty.org/en/documents/amr43/9213/2018/es/

Ashley, C., & Carney, D. (1999). Sustainable Livelihoods: Lessons from Early Experience. Department for International Development (DFID). https://www.eldis.org/document/A28067

Associated Press. (2023, 28 de diciembre). Ortega reactiva Ministerio del Interior sandinista para "fortalecer" seguridad. Voz de América. https://www.vozdeamerica.com/a/ortega-reactiva-ministerio-interior-sandinista-para-fortalecer-seguridad/7416280.html

Baca, J., Carrión, G., Centeno, K., & López-Espinoza, A. (2020). Dinámicas de la migración y desplazamiento forzado de nicaragüenses en el contexto de la crisis sociopolítica. Estado de la Nación. https://hdl.handle.net/20.500.12337/7958

Bakewell, O. (2021). Unsettling the boundaries between forced and voluntary migration. In Carmel, E., Lenner K., & Paul, R. (Eds.), Handbook on the Governance and Politics of Migration (pp. 124-136). Edward Elgar Publishing.

Banco Mundial. (2023, 18 de diciembre). Los flujos de remesas continúan creciendo en 2023, aunque a un ritmo más lento. https://www.bancomundial.org/es/news/press-release/2023/12/18/remittance-flows-grow-2023-slower-pace-migration-development-brief

Banco Interamericano de Desarrollo (BID), Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) y Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2023). ¿En qué situación están los migrantes en América Latina? https://publications.iadb.org/es/en-que-situacion-estan-los-migrantes-en-america-latina-y-el-caribe-mapeo-de-la-integracion

Beaton, K., Cerovic, S., Galdamez, M., Hadzi-Vaskov, M., Loyola, F., Koczan, Z., Lissovolik, B., Martijn, J., Ustyugova, Y., & Wong, J. (2017). Migration and Remittances in Latin America and the Caribbean: Engines of Growth and Macroeconomic Stabilizers? International Monetary Fund. https://www.imf.org/en/Publications/WP/Issues/2017/06/29/Migration-and-Remittances-in-Latin-America-and-the-Caribbean-Engines-of-Growth-and-44956

Benavides, W. (2024, 22 de enero). Régimen oficializa arrebato de nacionalidad nicaragüense a "traidores de la patria". Artículo 66. https://www.articulo66.com/2024/01/22/daniel-ortega-oficializacion-ley-arrebato-nacionalidad-nicaraguense-traidores-patria/

Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. Applied Psychology.

Berry, J. W., Kim, U., & Boski, P. (1988). Psychological acculturation of immigrants. In Y. Y. Kim & W. B. Gudykunst (Eds.), Cross-cultural adaptation: Current approaches (pp. 62–89). Sage Publications, Inc. https://psycnet.apa.org/record/1988-97487-003

Betts, A., & Collier, P. (2017). Refuge: Rethinking refugee policy in a changing world. Oxford University Press.

Blyde, J., Busso, M., & Ibáñez, A. (2020). El impacto de la migración en América Latina y el Caribe: un análisis de la evidencia reciente. BID. https://publications.iadb.org/en/publications/spanish/viewer/El-impacto-de-la-migracion-en-America-Latina-y-el-Caribe-Un-analisis-de-la-evidencia-reciente.pdf

Bolaños, D. y Villalobos, A. (2023, 14 de septiembre). Gobierno admite que Chaves exageró población migrante por “error involuntario”. https://radios.ucr.ac.cr/2023/09/doblecheck/chaves-exagero-poblacion-migrante/

Caja Costarricense de Seguro Social. (s.f.) ¿Cuál es el porcentaje de cotización para el seguro voluntario o trabajador independiente y cómo se determina el ingreso de referencia? https://www.ccss.sa.cr/preguntas-frecuentes?cat=94.

Cassarino, J.-P. (2004). Theorising return migration: A revisited conceptual approach to return migrants (RSCAS No. 2004/02). European University Institute, Robert Schuman Centre for Advanced Studies. https://hdl.handle.net/1814/2316

Castles, D., & Miller, M. (2009). The age of migration: International population movements in the modern world. Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Castles, S., & Miller, M. J. (2020). The Age of Migration: International Population Movements in the Modern World (6ta edición). Guilford Press.

Café con voz. (2024, 27 de enero). Aseguran que mensaje de Rodrigo Chaves promueve más xenofobia contra nicas. https://cafeconvoz.com/2024/01/27/rodrigo-chaves-nicaraguenses/

Chamber, R., & Conway, G. R. (1992). Sustainable rural livelihood: Practical concepts for the 21st century, discussion paper 296 Institute of Development Studies.

Chaves-González, D., & Mora, M. (2021). El estado de la política migratoria y de integración de Costa Rica. Migration Policy Institute. https://www.migrationpolicy.org/sites/default/files/publications/mpi-costa-rica-report-2021-spanish_final.pdf

Centro de Derechos Sociales de la Persona Migrante (CENDEROS), Servicio Jesuita para Migrantes Costa Rica, Colectivo Derechos Humanos Nicaragua Nunca+, y Centro por la Justicia y el Derecho Internacional (CEJIL). (2020). Pronunciamiento: Demandamos la garantía de los derechos humanos de la población nicaragüense migrante, refugiada y solicitante de refugio ante el COVID-19. https://colectivodhnicaragua.org/organizaciones-de-derechos-humanos-en-costa-rica-piden-eliminar-las-expresiones-xenofobicas-contra-nicaraguenses-en-particular-por-la-actual-crisis-que-se-vive-debido-a-la-pandemia-por-el-covid-19/

CID Gallup. (2024). Encuesta de Opinión Pública (OP) 107 [Base de datos].

Cleary, S., Snead, R., Dietz-Chavez, D., Rivera, I., & Edberg, M. (2018). Immigrant Trauma and Mental Health Outcomes Among Latino Youth. Journal of Immigrant and Minority Health, 20 (5), 1053-1059. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29139024/

Comisión Interamericana de Derechos Humanos [CIDH]. (2018). Nicaragua: CIDH denuncia agravamiento de la represión y el cierre de espacios democráticos en Nicaragua. https://www.refworld.org/es/coi/pressre/iachr/2018/es/128719

Comisión Internacional de Derechos Humanos [CIDH]. (2019). Migración forzada de personas nicaragüenses a Costa Rica. https://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/MigracionForzada-Nicaragua-CostaRica.pdf

Comisión Interamericana de Derechos Humanos [CIDH]. (2021). Nicaragua: concentración del poder y debilitamiento del Estado de Derecho. https://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/2021_Nicaragua-ES.pdf

CNN. (2023, 02 de octubre). El presidente de Costa Rica dice que la oleada de migrantes genera una "enorme presión" en el país. https://cnnespanol.cnn.com/2023/10/02/presidente-costa-rica-oleada-migrantes-presion-trax/#:~:text=El%20presidente%20afirm%C3%B3%20que%20es,a%20sus%20pa%C3%ADses%20de%20origen

Confidencial. (2024, 23 de abril). Advierten "uso indebido" de las alertas de la Interpol para perseguir a nicaragüenses exiliados. https://confidencial.digital/nacion/estados-unidos-senala-represion-transnacional-por-parte-del-regimen-orteguista/

Daskon, C., & Binns, T. (2010). Culture, tradition and sustainable rural livelihoods: exploring the culture–development interface in Kandy, Sri Lanka

Decreto Ejecutivo 37112. Reglamento de extranjería. (2012). http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_articulo.aspx?param1=NRA&nValor1=1&nValor2=72489&nValor3=99400&nValor5=139

Decreto No 43810 MGP. Reforma al Reglamento de Personas Refugiadas (2022). https://www.migracion.go.cr/Documentos%20compartidos/Circulares%20y%20Directrices/2022/DECRETO%2043810%20MGP%20REFORMA%20al%20Reglamento%20de%20Personas%20Refugiadas.pdf

Dele Peso a sus Pesos. (2023). ¿Pensando en mudarte a Costa Rica? Aquí te decimos cuánto se necesita para vivir ahí. https://delepesoasuspesos.com/finanzas-personales/17595-pensando-en-mudarte-a-costa-rica-aqui-te-decimos-cuanto-se-necesita-para-vivir-ahi

De Vriese, M. (2006). Refugee livelihoods: A review of the evidence. United Nations High Commissioner for Refugees. Evaluation and Policy Analysis Unit. https://www.unhcr.org/4423fe5d2.pdf

De Haan, L., & Zoomers, A. (2005). Exploring the frontier of livelihoods research. Development and change, 36(1), 27-47.

De Haas, H. (2000). The internal dynamics of migration processes: A theoretical inquiry. Journal of Ethnic and Migration Studies, 36(10), 1587-1617. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1730637

Démunger, s. (2015). Migration and families left behind. IZA World of Labor. https://wol.iza.org/articles/migration-and-families-left-behind/long#:~:text=Family%20members%20may%20have%20to,absence%20of%20the%20main%20caregiver.

Dempster, H., & Hargrave, K. (2017). Understanding public attitudes towards refugees and migrants. Overseas Development Institute (ODI).

Department of Homeland Security. (2023). DHS Continues to Prepare for End of Title 42; Announces New Border Enforcement Measures and Additional Safe and Orderly Processes. https://www.dhs.gov/news/2023/01/05/dhs-continues-prepare-end-title-42-announces-new-border-enforcement-measures-and

Dirección del Trabajo. (2024). Código del trabajo. https://www.dt.gob.cl/legislacion/1624/articles-95516_recurso_1.pdf

Dirección General de Migración y Extranjería. (s.f.). Refugio. https://migracion.go.cr/Paginas/Refugio.aspx

Dirección General de Migración y Extranjería [DGME]. (2024). Informes Estadísticos Anuales. https://www.migracion.go.cr/Paginas/Centro%20de%20Documentaci%C3%B3n/Estad%C3%ADsticas.aspx

Eggers, C., & Jiménez, M. (2023). El papel de las remesas en Centroamérica, México y República Dominicana en el alivio a la pobreza. Banco Interamericano de Desarrollo. https://blogs.iadb.org/migracion/es/el-papel-de-las-remesas-en-centroamerica-mexico-y-republica-dominicana-en-el-alivio-a-la-pobreza/

El-Shaarawi, N. (2015). Living an uncertain future: Temporality, uncertainty, and well-being among Iraqi refugees in Egypt. Social Analysis, 59(1), 38-56.

Ellis, F. (1998). "Household strategies and rural livelihood diversification". Journal of Development Studies, 35 (1), 1—38.

Engler, P., MacDonald, M., Piazza, R., & Sher, G. (2020). La migración hacia economías avanzadas puede estimular el crecimiento. Fondo Monetario Internacional. https://www.imf.org/es/Blogs/Articles/2020/06/19/blog-weo-chapter4-migration-to-advanced-economies-can-raise-growth

Estada, K. (2023a, 17 de febrero). Costa Rica amplía de 50 a 70 citas diarias para solicitantes de refugio. Confidencial. https://confidencial.digital/migrantes/noticias/costa-rica-amplia-de-50-a-70-citas-diarias-para-solicitantes-de-refugio/

Estrada, K. (2023b, 30 de junio). Discursos de odio y discriminación por xenofobia aumentan en Costa Rica. Confidencial. https://confidencial.digital/migrantes/discursos-de-odio-y-discriminacion-por-xenofobia-aumentan-en-costa-rica/

Estrada, K. (2024, 26 de enero). Presidente Rodrigo Chaves desata comentarios xenófobos en medio de la crisis de inseguridad en Costa Rica. Confidencial. https://confidencial.digital/migrantes/presidente-de-costa-rica-alimenta-xenofobia-en-crisis-de-inseguridad/

Expediente Público. (2022, 21 de noviembre). Presidente Rodrigo Chaves alienta la xenofobia y el discurso de odio contra migrantes en Costa Rica. https://www.expedientepublico.org/presidente-rodrigo-chaves-alienta-la-xenofobia-y-el-discurso-de-odiocontra-migrantes-en-costa-rica/

Ferris, E., & Winthrop, R. (2010). Education and Displacement: Assessing Conditions fror Refugees and Internally Displaced Persons affected by Conflict. Paris: UNESCO. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.brookings.edu/wp-content/uploads/2016/06/2011_02_idp_unesco_ferrise.pdf

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2023). 73% de participantes en encuesta de UNICEF manifiesta que en Costa Rica existe la xenofobia. https://www.unicef.org/costarica/comunicados-prensa/73-de-participantes-en-encuesta-de-unicef-manifiesta-que-en-costa-rica-existe-la

Fundación ANDI. (2022). Inclusión laboral de migrantes, una apuesta del sector privado. https://www.andi.com.co/Uploads/Paper%20Inclusi%C3%B3n%20Laboral%20a%20Poblaci%C3%B3n%20Migrante%20-%20Junio%2023.pdf

Goldman, N., Pebley, A., Creighton, M., Teruel, G., Rubalcava, L., & Chung, C. (2014). The Consequences of Migration to the United States for Short-term Changes in the Health of Mexican Immigrants. Demography, 51 (4), 1159-1173. 10.1007/s13524-014-0304-y

Gordon, J. (2024). Trabajo decente para personas desplazadas: Lecciones de las experiencias de personas trabajadoras refugiadas y migrantes venezolanas en Colombia y Brasil. Organización Internacional del Trabajo. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/publication/wcms_908857.pdf

Grupo de Expertos en Derechos Humanos sobre Nicaragua [GHREN]. (2024). Informe del Grupo de Expertos en Derechos Humanos sobre Nicaragua. https://www.ohchr.org/sites/default/files/documents/hrbod

es/hrcouncil/sessions-regular/session55/advance-versions/A_HRC_55_27_AdvanceUneditedVersion.docx

Grupo Interdisciplinario de Expertos Independiente [GIEI]. (2019). Informe sobre los hechos de violencia ocurridos entre el 18 de abril y el 30 de mayo de 2018. https://gieinicaragua.org/giei-content/uploads/2019/02/GIEI_INFORME_DIGITAL_07_02_2019_VF.pdf

Gutierrez, C. (2024, 27 de febrero). La extradición a Managua de opositores al régimen de Daniel Ortega preocupa al exilio nicaragüense en Costa Rica. INFOBAE. https://www.infobae.com/america/america-latina/2024/02/27/la-extradicion-a-nicaragua-de-opositores-al-regimen-de-daniel-ortega-preocupa-al-exilio-nicaraguense-en-costa-rica/

Global Migration Group. (2014). Migration and youth: Challenges and opportunities. United Nations Children's Fund. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000227720

GLOPP. (2008). A visual equivalent of CARE's livelihood framework. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://glopp.ch/B7/en/multimedia/B7_1_pdf3.pdf

Horst, C. (2006). Introduction: refugee livelihoods: continuity and transformations. Refugee Survey Quarterly, 25(2), 6-22.

Hynie, M. (2018). The social determinants of refugee mental health in the post-migration context: A critical review. The Canadian Journal of Psychiatry, 63(5), 297–303. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5912301/

InteLACMarket. (2023). PR3: Investigación mediante encuestas en línea. https://www.intelac.eu/wp-content/uploads/2024/02/PR3-Informe-Final-ESP.pdf

Jacobsen, K. (2002). Livelihoods in conflict: the pursuit of livelihoods by refugees and the impact on the human security of host communities. International migration, 40(5), 95-123.

Jacobsen, K., & Fratzke, S. (2016). Building livelihood opportunities for refugee populations: lessons from past practice. Washington, DC: Migration Policy Institute.

Jacobsen, K. (2014). Livelihoods and forced migration. The Oxford handbook of refugee and forced migration studies, 1. https://academic.oup.com/edited-volume/28193

Kollmair, M., & Gamper, St. (2002). The Sustainable Livelihoods Approach. Julio 2002. Recuperado de https://www.humanitarianlibrary.org/sites/default/files/2014/02/SLA_Gamper_Kollmair.pdf

Koczan, Z., Pinat, M., & Rozhkov, D. (2021). The Impact of International Migration on Inclusive Growth: A Review. International Monetary Fund. https://www.elibrary.imf.org/view/journals/001/2021/088/article-A001-en.xml#A001fn02

Krantz, L. (2001). The Sustainable Livelihood Approach to Poverty Reduction. An Introduction. Executive Summary. pp. 6-21. Swedish International Development Cooperation Agency. Division for Policy and SocioEconomic Analysis.

Khatiwada, S., Deng, W., Paudel, B., Khatiwada, J. R., Zhang, J., & Wan, J. (2018). A gender analysis of changing livelihood activities in the rural areas of Central Nepal. Sustainability, 10(11), 4034. https://www.researchgate.net/publication/328753827_A_Gender_Analysis_of_Changing_Livelihood_Activities_in_the_Rural_Areas_of_Central_Nepal

La Prensa. (2023, 28 de febrero). Costa Rica otorgará categoría especial a migrantes de Nicaragua, Cuba y Venezuela. https://www.laprensani.com/2023/02/28/nacionales/3112593-costa-rica-otorgara-categoria-especial-a-migrantes-de-nicaragua-cuba-y-venezuela

Latinobarómetro. (2023). Documentos de resultados – Costa Rica. https://www.latinobarometro.org/latContents.jsp#collapse6

Levitt, P., & Jaworsky, B. N. (2007). Transnational Migration Studies: Past Developments and Future Trends. Annual Review of Sociology, 33, 129-156. https://doi.org/10.1146/annurev.soc.33.040406.131816

Lindenberg, M. (2002). Measuring Household Livelihood Security at the Family and Community Level in the Developing World. World Development. Great Britain. 30(2):301–318.

Luna, Y. (2021, 01 de abril). Orteguismo lleva diez leyes represivas y amenaza con más. Confidencial. https://confidencial.digital/principal/orteguismo-lleva-diez-leyes-represivas-y-amenaza-con-mas/

Madriz, A. (2023, 01 de marzo). Costa Rica habilita categoría especial para solicitantes de refugio de Venezuela, Nicaragua y Cuba. https://www.larepublica.net/noticia/habilitan-categoria-especial-para-solicitantes-de-refugio-de-venezuela-nicaragua-y-cuba

Malpass, D. (2022, 02 de diciembre). Remittances Are a Critical Economic Stabilizer. BARRON'S. https://www.barrons.com/articles/remittances-are-a-critical-economic-stabilizer-51669930844?tesla=y

Massey, D. S., Arango, J., Hugo, G., Kouaouci, A., Pellegrino, A., & Taylor, J. E. (1993). Theories of International Migration: A Review and Appraisal. Population and Development Review, 19(3), 431-466.

May, C., Brown, G., Cooper, N., & Brill, L. (2009). The Sustainable Livelihoods Handbook: An Asset Based Approach to Poverty. Manchester: Church Action on Poverty and Oxfam GB. https://policy-practice.oxfam.org/resources/the-sustainable-livelihoods-handbook-an-asset-based-approach-to-poverty-125989/

Médicos Sin Fronteras. (2016). Neglected Trauma - Asylum seekers in Italy: an analysis of mental health distress and access to healthcare. https://reliefweb.int/report/italy/neglected-trauma-asylum-seekers-italy-analysis-mental-health-distress-and-access

Ministerio de Trabajo y Seguridad Social de Costa Rica. (2024). Lista de salarios mínimos 2024 – sector privado. https://www.mtss.go.cr/temas-laborales/salarios/Documentos-Salarios/lista_salarios_2024.pdf

Mora, A., & Guzmán, M. (2018). Aspectos de la migración nicaragüense hacia Costa Rica. Banco Interamericano de Desarrollo. http://dx.doi.org/10.18235/0001402

Murillo, A. (2024, 09 de marzo). Opositores nicaragüenses perseguidos en el exilio: Costa Rica deja de ser un refugio tranquilo. El País. https://elpais.com/america/2024-03-10/opositores-nicaraguenses-perseguidos-en-el-exilio-costa-rica-deja-de-ser-un-refugio-tranquilo.html

Nassar, C., & Benavides, C. (2019). El refugio nicaragüense en Costa Rica, 2018-2019: Desafíos de su integración. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO). https://www.flacso.ac.cr/images/cuadernos/ccs_165.pdf

Nicaragua Investiga. (2023, 30 de enero). Costa Rica complica a solicitantes de refugio el acceso al permiso de trabajo. https://nicaraguainvestiga.com/nacion/106888-solicitar-permiso-trabajo-costa-rica-refugio/

Numbeo. (2024). Costa de vida en Costa Rica. https://www.numbeo.com/cost-of-living/country_result.jsp?country=Costa+Rica

Oficina de Reconocimiento y Equiparación de Grados y Títulos [ORE]. (2023). Instrucciones generales. https://ore.conare.ac.cr/xhtml/paginas/info/instrucciones.xhtml

Oficina de Reconocimiento y Equiparación [ORE]. (s.f.). Tarifas. https://ore.conare.ac.cr/xhtml/paginas/info/tarifas.xhtml

Organización de las Naciones Unidas. (2021). Informe sobre Discursos de Odio y Discriminación en Redes Sociales Costa Rica 2021. https://costarica.un.org/sites/default/files/2023-06/202107%20Infografi%CC%81a%20Discursos%20de%20Odio%20y%20Discriminacio%CC%81n%20en%20Redes%20Sociales.pdf

Organización de las Naciones Unidas. (2022). Informe COES sobre discursos de odio y discriminación 2022. https://costarica.un.org/sites/default/files/2022-06/Informe%20Discursos%20de%20Odio%20y%20Discriminacio%CC%81n%20en%20Redes%20Sociales%20vf%202022.pdf

Organización de las Naciones Unidas. (2023). Informe sobre discursos de odio y discriminación 2023. https://costarica.un.org/sites/default/files/2023-06/An%C3%A1lisis%20de%20Discursos%20de%20Odio%20y%20Discriminaci%C3%B3n%20en%20las%20Redes%20Sociales%20-%202023%20.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [FAO]. (2006). Linking livelihoods and gender análisis for achieving gender transformative change. https://www.fao.org/documents/card/en/c/eee6f2f0-98f3-590c-babf-f18ffd060f36/

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2014). Migration and youth: challenges and opportunities. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000227720

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2019). Migración, desplazamiento y educación: Construyendo puentes, no muros. https://cerlalc.org/wp-content/uploads/2019/10/17-Migraci%C3%B3n-desplazamiento-y-educaci%C3%B3n.pdf

Organización Internacional del Trabajo [OIT]. (s.f.). La migración a consecuencia de las crisis. https://www.ilo.org/global/topics/labour-migration/policy-areas/crisis/lang--es/index.htm

Organización Internacional para las Migraciones [OIM]. (2012). Compendium of Projects in Sustainable Livelihoods. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.iom.int/sites/g/files/tmzbdl486/files/jahia/webdav/site/myjahiasite/shared/shared/mainsite/events/docs/Compendium_Sustainable_Livelihoods_February2012.pdf

Organización Internacional para las Migraciones [OIM]. (2013). Perfil Migratorio de Nicaragua 2012. https://publications.iom.int/system/files/pdf/perfil_migratorio_de_nicaragua.pdf

Organización Internacional para las Migraciones [OIM]. (2019). Estudio Preliminar de Flujos Migratorios Mixtos de Nicaragüenses: abril 2018 – junio 2019. https://programamesocaribe.iom.int/sites/default/files/estudio_preliminar_de_flujos_migratorios_nicaraguenses_0.pdf

Organización Internacional para las Migraciones. (2020a). Covid-19 and the transformation of migration and mobility globally - Quarantined! Xenophobia and migrant workers during the COVID-19 pandemic. https://publications.iom.int/es/node/2451

Organización Internacional para las Migraciones. (2020b). Juventud y migración: Involucrar a los jóvenes como asociados fundamentales en la gobernanza de la migración. https://publications.iom.int/system/files/pdf/idm-29-es.pdf

Organización Internacional para las Migraciones [OIM] y Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2024). Movilidad Segura. Información general sobre el programa 'Movilidad Segura'. https://movilidadsegura.org/

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico [OECD]. (2019). Ready to Help? Improving Resilience of Integration Systems for Refugees and other Vulnerable Migrants. https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/ready-to-help_9789264311312-en

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos [OECD]. (2023). Indicators of immigrant integration. https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/indicators-of-immigrant-integration-2023_1d5020a6-en

Orozco, A. (2013). Migración y estrés aculturativo: una perspectiva teórica sobre aspectos psicológicos y sociales presentes en los migrantes latinos en Estados Unidos. Norteamérica, 8 (1), 7-44. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1870355013717658#sec0090

Orozco, M. (2022). Los migrantes nicaragüenses en Costa Rica: Vulnerabilidad e implicaciones de su integración. Inter-American Dialogue. https://www.thedialogue.org/wp-content/uploads/2022/06/Migracion-nicaraguense-hacia-Costa-Rica.pdf

Pomareda, F. (2023, 25 de enero). Mas lejos de Ortega y mejor paga: las razones de los nicaraguenses para migrar de Costa Rica a EE.UU. Semanario Universidad. https://semanariouniversidad.com/pais/mas-lejos-de-ortega-y-mejor-paga-las-razones-de-los-nicaraguenses-para-migrar-de-costa-rica-a-ee-uu/

Portes, A. (1998). Social Capital: Its Origins and Applications in Modern Sociology. Annual Review of Sociology, 24(1), 1–24. https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev.soc.24.1.1

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2017). Application of the Sustainable Livelihoods Framework in Development Projects. Regional Centre for Latin America and the Caribbean. https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/migration/latinamerica/UNDP_RBLAC_Livelihoods-Guidance-Note_EN-210July2017.pdf

Rakotonarivo, A. (2019). ¿También los inmigrantes tienen éxito en el mercado laboral? Organización Internacional del Trabajo. https://ilostat.ilo.org/es/are-migrants-also-successful-in-the-labour-market

Red Internacional de Derechos Humanos (RIDH) y Comisión Permanente de Derechos Humanos-Nicaragua (CPDH). (2018). Crisis de derechos humanos en Nicaragua: la supresión del Estado de Derecho. https://www.upr-info.org/sites/default/files/documents/2019-04/js9_upr33_nic_s_main.pdf

Regidor, C. (2023a, 27 de diciembre). Más de 115 000 nicaragüenses emigraron por la crisis en 2023. Confidencial. https://confidencial.digital/migrantes/mas-de-115-000-nicaraguenses-emigraron-por-la-crisis-en-2023/

Regidor, C. (2023b, 30 de octubre). 1250 nicas y venezolanos en Costa Rica esperan ser reubicados en EE. UU. https://confidencial.digital/migrantes/1250-nicas-y-venezolanos-en-costa-rica-esperan-ser-reubicados-en-ee-uu/

Resolución No DJUR-02-06-12-2022-JM. Se modifican las medidas administrativas temporales de atención externo. (2022). https://www.migracion.go.cr/Documentos%20compartidos/Circulares%20y%20Directrices/2022/RESOLUCION%20D.JUR-206-12-2022%20JM%20Sobre%20atenci%c3%b3n%20de%20tr%c3%a1mites%20de%20refugio.pdf

Resolución No DJUR-0204-12-2022-ABM. Procedimiento para el Otorgamiento de Permisos Laborales a las Personas Solicitantes de Refugio (2022). https://www.migracion.go.cr/Documentos%20compartidos/Refugio/Re

oluci%c3%b3n%20D.JUR-0204-12-2022-ABM%20Permisos%20laborales%20a%20las%20personas%20solicitantes%20de%20%20refugiado.pdf

Ripley, C. (2023). Crisis provoca emigración récord desde Nicaragua, superando los niveles de la Guerra Fría. Migration Policy Institute. https://www.migrationpolicy.org/article/emigracion-desde-nicaragua

Rodríguez, M. (2000). La migración interregional de América Latina: problemas y desafíos. Centro de Estudios de Migraciones Internacionales. https://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cemi-uh/20120821040525/miginter.pdf

Rueda, V. (2018). “Que se rinda tu madre”. Los nuevos/viejos símbolos y tácticas de la movilización social en Nicaragua. En Aguilar, A., De Gori, E. & Villacorta, C. (Coord.), Nicaragua en crisis: entre la revolución y la sublevación. (pp. 91-118). https://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/gt/20190813034645/Nicaragua_en_crisis.pdf

Sanderson, D. (1999). HLS in Urban Settlements. London: Care UK. Urban Briefing Note. https://www.academia.edu/32882844/Household_livelihood_security_in_urban_settlements_CARE_International_UK

Sánchez, M., & Hernández, A. (2022). En busca de una ilusión: El comportamiento de la migración nicaragüense en el período 2018 – 2021. Centro de Estudios Transdisciplinarios de Centroamérica. https://www.cetcam.org/wp-content/uploads/2022/07/Nicaraguenses-en-busca-de-una-ilusion-1.pdf

Sele, A., & Bolter, J. (2020). Bienvenidas asimétricas: Respuestas de América Latina y Caribe a la migración venezolana y nicaragüense. Migration Policy Institute. https://www.migrationpolicy.org/sites/default/files/publications/Venezuela-Nicaragua-Migration2020-ES-Final.pdf

Sen, A. (1992). Inequality Reexamined. Harvard University Press.

Sen, A. (1999). Development as freedom. Oxford: Oxford University Press.

Sen, A. (2014). Development as freedom (1999). The globalization and development reader: Perspectives on development and global change, 525.

Sánchez, V. (2020, 20 de mayo). NICARAGUA.- Abril-julio de 2018: crónica del aplastamiento de una insurrección desarmada. https://revistadecentroamerica.org/index.php/nicaragua/50-nicaragua-abril-julio-de-2018-cronica-del-aplastamiento-de-una-insurreccion-desarmada

Segovia, O., & Olivera, M. P. (2021). Guía de Planificación: Mujeres migrantes y medios de vida. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. https://www.undp.org/es/latin-america/publicaciones/guia-de-planificacion-mujeres-migrantes-y-medios-de-vida

Shiffman, G. (2023, 08 de febrero). Rodrigo Chaves endurece la política de acogida y regularización de migrantes nicas en Costa Rica. Divergentes. https://www.divergentes.com/rodrigo-chaves-endurece-la-politica-de-acogida-y-regularizacion-de-migrantes-nicas-en-costa-rica/

Silove, D., Ventevogel, P., & Rees, S. (2017). The contemporary refugee crisis: an overview of mental health challenges. World Psychiatry, 16(2), 130-139.

Scoones, I. (1998) Sustainable Rural Livelihoods: A Framework for Analysis, IDS Working Paper 72, Brighton: IDS.

Solís, L., & Hernández, J. (2022). Las migraciones en Costa Rica: desarrollo de políticas migratorias recientes para su atención. PNUD. https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2022-11/PNUDLAC-working-paper-36-Costa%20Rica-ES.pdf

Theisen-Womersley, G. (2021). Trauma and Migration. Trauma and Resilience Among Displaced Populations pp 29–65. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-67712-1_2

Universidad Nacional de Costa Rica [UNA]. (2023). ¿Cuáles son los requisitos para la equiparación de cursos aprobados en otras instituciones de educación superior? https://www.preguntasfrecuentes.una.ac.cr/?epkb_post_type_1=cuales-son-los-requisitos-para-la-equiparacion-de-cursos-aprobados-en-otras-instituciones-de-educacion-superior

Universidad de Costa Rica [UCR], s.f.). Preguntas Frecuentes. https://ori.ucr.ac.cr/preguntas-frecuentes/reconocimiento-titulos

Vásquez, M. (2018, 21 de septiembre). Más órdenes de arresto contra manifestantes por tranques de Matagalpa y Juigalpa. La Prensa. https://www.laprensani.com/2018/09/21/nacionales/2474741-mas-ordenes-de-arresto-contra-manifestantes-por-tranques-de-matagalpa-y-juigalpa

Vicenza, M. (2016). Integrating refugees into host country labor markets: Challenges and Policy Options. Migration Policy Institute. https://www.migrationpolicy.org/sites/default/files/publications/TCM-Asylum-Desiderio-FINAL.pdf

9. Anexos

9.1. Elementos teóricos

9.1.1. Relevancia de la teoría de medios de vida en estudios de migración

Esta vinculación teórica permite examinar cómo los migrantes utilizan o acceden a diversos activos para enfrentar y adaptarse a nuevos contextos, cómo acceden a oportunidades y enfrentan restricciones en los países de destino, y cómo estas estrategias afectan su integración y bienestar a largo plazo.

Jacobsen y Fratzke (2016) abordaron los objetivos de usar la teoría de medios de vida en el contexto de la migración forzada, impulsados principalmente por ACNUR. Las principales razones para utilizar este marco teórico son promover la autosuficiencia entre los/as refugiados/as, influir en su retorno una vez que se resuelvan los conflictos o problemas en el país de origen, fomentar el desarrollo socioeconómico de la economía local en el país anfitrión y fortalecer los recursos del país anfitrión para continuar recibiendo refugiados (ACNUR, 2012).

Por lo tanto, el marco conceptual de los medios de vida para refugiados ha ganado relevancia en la formulación de políticas para la migración forzada. El punto de partida del enfoque de medios de vida vinculado con la migración forzada surgió en los años 90, como respuesta a la diversidad de refugiados en todo el mundo. El alto volumen de solicitantes de asilo y refugiados requirió una atención más localizada para proporcionar soluciones efectivas a sus necesidades y limitaciones en los países de destino. En ese caso, las ventajas de los programas basados en medios de vida mejoraron la integración y adaptación de los/as migrantes, lo que benefició el desarrollo y crecimiento económico de los países de acogida y de origen (Bakewell, 2021; Horst, 2006).

También, la teoría se utilizó para mejorar las funciones internacionales e institucionales del ACNUR y obtener resultados exitosos entre los refugiados. La asistencia humanitaria para refugiados debe promover la sostenibilidad, resiliencia y autosuficiencia a través de las actividades económicas de los migrantes (ACNUR, 2012, 2022). Sin embargo, para hacer esto posible, es necesario identificar los medios de vida que solían desempeñar en sus países de origen para reconocer sus habilidades, experiencias y fortalezas. Además, es crucial analizar los medios de vida que los/as refugiados/as quieren (re)construir en una realidad nueva e incierta, para conocer sus perspectivas y expectativas.

Lo anterior está alineado con el concepto de capacidades enfocado en los estudios de desarrollo. Este concepto holístico explica que el bienestar personal está compuesto por las capacidades que un individuo elige o elegiría ser y hacer de maneras deseadas (Sen, 1999; 2014). En consecuencia, a través de las conexiones entre el concepto de capacidades y la teoría de medios de vida, se puede considerar que el acceso y la disponibilidad de los activos, actividades económicas y capacidades de los refugiados pueden determinar su bienestar personal en el país de destino (Horst, 2006).

Recuadro 1. Impactos de la migración en los medios de vida

Los impactos de la migración son multidimensionales, afectando no solo la capacidad económica de los individuos y familias para sustentarse, sino también su bienestar social, emocional y físico. Jacobsen (2014) enumera los efectos de la migración en los medios de vida desde varias perspectivas:

- Pérdida de activos físicos y recursos: Los migrantes a menudo deben abandonar sus hogares, tierras, trabajos y negocios. Esta pérdida de activos físicos y económicos es la primera barrera significativa que enfrentan al intentar establecer nuevos medios de vida en los lugares de destino.
- Restricciones legales en su estatus migratorio: El estatus migratorio limita las oportunidades y accesos a recursos necesarios para reconstruir medios de vida sostenibles. La falta de documentación regular restringe el acceso a empleos formales, servicios de salud, educación y otros servicios esenciales.
- Explotación laboral: Los trabajos informales, muchas veces con explotación laboral, son la única opción disponible para muchos migrantes, debido a su estatus irregular o la falta de oportunidades en sectores formales. Estos empleos, caracterizados por bajos salarios y condiciones laborales peligrosas, impiden la acumulación de recursos para mejorar la situación de vida.
- Acceso restringido a oportunidades económicas: Las políticas y regulaciones de los países anfitriones pueden limitar severamente el acceso de los migrantes al mercado laboral. Las restricciones para trabajar o iniciar negocios, combinadas con la falta de reconocimiento de credenciales educativas y profesionales, obstaculizan la capacidad de los migrantes para obtener ingresos.
- Exclusión social y discriminación: Los migrantes a menudo enfrentan discriminación y xenofobia, lo que puede restringir su acceso a servicios esenciales como la educación, la salud y la vivienda. Esta exclusión social afecta su bienestar, y también limita su capacidad para integrarse y contribuir a las economías de los países anfitriones.
- Impactos psicosociales y en la salud: La migración está frecuentemente acompañada de trauma y estrés, lo que puede tener consecuencias duraderas en la salud mental y física de los desplazados. Estos problemas de

salud pueden ser barreras adicionales para el empleo y otras actividades de medios de vida.

- Desafíos de integración: La falta de redes sociales y el apoyo comunitario en los países anfitriones pueden dificultar la adaptación de los migrantes a sus nuevos entornos. La construcción de nuevas redes y la integración en las comunidades locales son pasos esenciales para establecer medios de vida sostenibles.
- Dependencia de la asistencia humanitaria: En ausencia de medios de vida viables y autosuficientes, muchos migrantes se vuelven dependientes de la asistencia humanitaria para cubrir sus necesidades básicas, lo cual no es sostenible a largo plazo y puede crear ciclos de dependencia y vulnerabilidad.
- Impacto en las comunidades de origen y destino: La migración puede tener efectos económicos tanto en las comunidades de origen, a menudo a través de la pérdida de trabajadores jóvenes y capacitados, como en las comunidades de destino, donde la integración de los migrantes en el mercado laboral y la sociedad puede ser desafiante.

A pesar de los diversos impactos que la migración puede tener en los medios de vida, estos efectos pueden variar ampliamente dependiendo de factores como el tipo de migrante (económico, forzado, temporal, etc.), las condiciones económicas específicas y los grupos sociales a los que pertenecen los individuos. Las categorizaciones sociales de los migrantes pueden agravar o mejorar su situación y estado de vulnerabilidad, puesto que aspectos como la edad, género, etnia, y clases sociales pueden influir significativamente en las oportunidades o desafíos que enfrentan dentro de los países de destino. La diversidad entre los/as migrantes significa que no todos enfrentan los mismos riesgos o tienen las mismas experiencias al tratar de reconstruir sus vidas.

Horst (2006) argumenta que esta es una de las principales debilidades de los sistemas institucionales y de agencias de protección internacionales, como el ACNUR, ya que, a pesar de que los migrantes puedan compartir circunstancias similares, cada uno tiene historias y estrategias de vida únicas.

Considerando lo anteriormente planteado, la siguiente sección describe diversos hallazgos de autores sobre los impactos más comunes (tanto los positivos como negativos) de la migración encontrados en la literatura y en distintos contextos.

9.1.2. Impactos de la migración en los migrantes

- Impactos económicos

Uno de los principales efectos de la migración se manifiesta a través de la generación de ingresos adicionales mediante las remesas, lo cual contribuye al

consumo y la inversión de los hogares receptores (Démurger, 2015). Según el Banco Mundial (2023), las remesas alcanzaron los US$156 millones en América Latina y el Caribe (ALC) en 2023, lo que se traduce en un crecimiento de 8.0 por ciento. En países de ALC[29] se ha identificado que las remesas juegan un papel crucial en la reducción de la pobreza y la desigualdad en las familias receptoras, ya que este ingreso adicional se destina principalmente a hogares de bajos ingresos, representando la principal fuente de ingresos y siendo esencial para la atención de necesidades básicas (Beaton et al., 2017; Eggers y Jiménez, 2023). Además, las remesas contribuyen a fortalecer la resiliencia de los hogares receptores frente a crisis o desastres (Malpass, 2022).

De acuerdo con Koczan, Pinat y Rozhkov (2021), la migración hacia economías más desarrolladas conlleva a un aumento considerable en los ingresos para muchos/as migrantes. Asimismo, señalan que este incremento es más notable en migrantes jóvenes, dado que disponen de más tiempo para aprovechar el ingreso adicional. Esto último podría estar condicionado por diversos aspectos, como políticas migratorias, el nivel educativo y las habilidades demandadas en los países de destino, que son determinantes importantes en las ganancias obtenidas a través de la migración. Además, sugieren que para mejorar las oportunidades de empleo y aprovechar el potencial de la migración, es necesario que los gobiernos proporcionen autorizaciones oportunas como permisos de trabajo o procesos rápidos de reconocimiento de certificados, títulos y licencias.

Sin embargo, Koczan et al. (2021) también consideran que, este proceso enfrenta desafíos como la discriminación y la dificultad para integrarse en el país receptor. Muchos/as migrantes están dispuestos a soportar estos obstáculos con el fin de alcanzar mayores ingresos. Además, se menciona que la decisión de regresar al país de origen es común entre los migrantes, influenciada por factores como expectativas insatisfechas o, en otros casos, forma parte de una estrategia inicial de acumular ahorros y capital para luego retornar a su país de origen.

Respecto a la calidad de vida en el país de destino, Engler et al. (2020) señalan que la llegada de migrantes a economías avanzadas impulsa el crecimiento del PIB y la productividad a corto y mediano plazo al aportar una variedad de habilidades que complementan las de los trabajadores locales. Sin embargo, este impacto positivo no se observa en las economías de mercado emergentes y en desarrollo, especialmente en el caso de la migración de refugiados, lo que resalta los desafíos de integración laboral que enfrentan estos grupos (Engler et al., 2020). Este fenómeno limitaría el efecto positivo de la migración en los ingresos de los migrantes y en las familias en sus países de origen.

Una de las claves para integrar a los migrantes en la economía de un país es ofrecer empleos de acuerdo con sus habilidades y oportunidades de movilidad laboral ascendente. Sin embargo, muchos enfrentan obstáculos para encontrar trabajos que reflejen sus cualificaciones, lo que dificulta su integración y afecta

[29] América Central, México y República Dominicana.

negativamente a ellos y al resto de los migrantes recién llegados (BID, OECD y PNUD, 2023). En este sentido, pese a que los migrantes dentro de ALC tienen más probabilidades de estar empleados, también tienen mayores probabilidades de trabajar bajo contratos temporales, en el sector informal y en jornadas más extensas en comparación con los nativos (BID, OECD y PNUD, 2023).

La OCDE (2023) analiza las condiciones de los migrantes en sus países miembros. Según los resultados, los migrantes tienen más probabilidades que los nativos de vivir por debajo del umbral de pobreza. Además, enfrentan un mayor riesgo de pobreza y exclusión social, viven en viviendas hacinadas y tienen dificultades para acceder a la atención médica. En particular, el BID, OECD y PNUD (2023) enfatizan que, en 10 de los países de ALC[30], los niveles de pobreza relativa[31] entre extranjeros y nativos son similares. Sin embargo, en los países de la OCDE se observa una brecha entre estos grupos, siendo los extranjeros los más desfavorecidos.

- Impactos sociales

Un desafío clave en la migración es la separación de familias, especialmente traumática para los niños que se quedan en el país de origen. Esto puede generar efectos diversos, como el acceso a recursos financieros mediante remesas, pero también una disminución en la calidad del tiempo y apoyo emocional de los padres (Blyde, Busso y Ibáñez, 2020). Además, pueden surgir consecuencias adicionales, como el trabajo infantil o el abandono escolar para emigrar con los padres (Blyde, Busso y Ibáñez, 2020).

A esto se añade la pérdida o cambios en las redes de apoyo y círculo de personas cercanas de los/as migrantes. Particularmente, los/as jóvenes migrantes pueden perder sus vínculos sociales y carecer de apoyo familiar, lo que los hace más vulnerables a la exclusión, la inseguridad y la discriminación (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2014).

Igualmente, la percepción sobre los migrantes en los países receptores desempeña un papel crucial en el impacto de la migración. En aquellos donde prevalece una percepción estereotipada negativa sobre los extranjeros, se pueden observar diversas formas de xenofobia que obstaculizan la integración de los migrantes y hacen que el proceso de asentamiento sea más traumático (Rodríguez, 2000). Por ejemplo, los resultados de la encuesta de Latinobarómetro (2023) a nivel nacional en Costa Rica indican que el 65.0 por ciento de la población considera que la llegada de migrantes al país les perjudica. Además, el 57.0 por ciento muestra desacuerdo con la afirmación de que los/as migrantes son buenos para la economía. Otras opiniones más preocupantes señalan que el 54.5 por ciento está de acuerdo o muy de acuerdo con la idea de que los migrantes llegan

[30] Chile, Perú, Paraguay, Uruguay, Panamá, Colombia, República Dominicana, Ecuador, Argentina, Trinidad y Tobago.
[31] Proporción de personas que viven por debajo de la línea de pobreza (60% de la mediana del ingreso disponible equivalente de cada país) (BID, OECD y PNUD, 2023).

al país para competir por los puestos de trabajo, mientras que el 60.4 por ciento cree que los migrantes son responsables de un aumento en la tasa de criminalidad.

- Impactos en la salud física y mental

Además de enfrentarse a desafíos relacionados al mercado laboral, la pérdida de redes de apoyo y percepción de los locales, la mayoría de migrantes latinos experimentan estrés aculturativo[32], lo cual afecta su proceso de adaptación (Orozco, 2013). Este tipo de estrés surge debido a las diferencias culturales entre los países de origen y de acogida, y puede manifestarse de diversas formas, como conflictos de identidad, aislamiento social, dificultades para relacionarse con los demás, entre otros (Orozco, 2013).

Investigaciones como la de Goldman et al. (2014) indican que los migrantes tienen mayores probabilidades de experimentar cambios en su estado salud, tanto positivos como negativos, con una tendencia notable hacia el deterioro. Específicamente, identifican que los migrantes mexicanos en Estados Unidos pueden enfrentar un rápido deterioro en su salud física y mental, influenciado por diversos factores como el acceso inadecuado a la atención médica, el proceso de cruzar la frontera, así como los costos y estrés de encontrar empleo y alojamiento.

La literatura también ha señalado que los migrantes pueden sufrir mayores dificultades de salud mental en comparación con la población general de los países de acogida. De hecho, se han registrado niveles elevados de estrés postraumático, ansiedad y depresión, así como otros problemas de salud mental como trastornos psicosomáticos, trastornos de duelo y crisis existenciales en este grupo de migrantes (Theisen-Womersley, 2021). En especial, las personas refugiadas y solicitantes de refugio están expuestas al riesgo de sufrir problemas de salud mental no solo como resultado de experiencias traumáticas previas, sino también debido a los factores sociales relacionados con la migración como la capacidad de encontrar empleo y/o vivienda, cuyo impacto puede intensificarse con el paso del tiempo (Hynie, 2018).

Un estudio con una muestra de 200 solicitantes de asilo en Italia reveló que estos solicitantes enfrentan una serie de dificultades, que van desde el sentimiento de incertidumbre y miedo al futuro, preocupación por la familia, miedo a que la solicitud sea rechazada, hasta la sensación de ser abandonado, incapacidad para integrarse y sentirse integrado, tiempo de espera prolongados, sensación de soledad y aburrimiento (Médicos sin Fronteras, 2016).

Cleary et al. (2018) examinaron cómo el trauma durante la migración afecta la salud mental de los/as jóvenes migrantes latinos en los EE. UU., encontrando que el trauma experimentado en diferentes etapas de la migración se relaciona con

[32] El estrés aculturativo es un fenómeno que se refiere al conjunto de tensiones que resultan del proceso de adaptación a una nueva cultura, que normalmente es experimentado por migrantes. Este estrés surge de la necesidad de enfrentar cambios significativos en el entorno social y cultural, y de reconciliar las diferencias entre la cultura de origen y la nueva cultura (Berry, Kim y Boski, 1988).

diversos problemas de salud mental. El trauma previo a la migración puede influir en la decisión de migrar y en los riesgos enfrentados, y la falta de recursos para evaluación y tratamiento agrava los problemas de salud mental.

9.1.3. Limitantes para la autosuficiencia y desarrollo de medios de vidas de migrantes en países destinos

La Organización Internacional del Trabajo (OIT, s.f.) sostiene que los desplazamientos afectan las oportunidades laborales y los medios de sustento de las personas. Factores como las condiciones socioeconómicas del país receptor, las leyes y políticas sobre refugiados y empleos, junto con aspectos logísticos, dificultan el acceso a trabajo digno. En los países de acogida, los migrantes y refugiados a menudo enfrentan carencias de empleos decentes, concentrándose en trabajos no calificados en el sector informal y sub regulado, con condiciones laborales precarias. Además, las crisis en los países receptores pueden aumentar la discriminación hacia estos grupos, lo que resulta en despidos injustificados o expulsiones, independientemente de su estatus legal (OIT, s.f.).

Adicionalmente, los migrantes pueden encontrarse con limitaciones como altos costos y largos procesos para acceder a documentación migratoria, dificultades para obtener homologación de formación profesional, conductas discriminatorias y xenófobas, y desinformación sobre instituciones protectoras y reguladoras (Acción contra el Hambre, 2020). En el caso de personas que migraron de manera forzada, pueden enfrentar largos periodos de espera para obtener los documentos necesarios para integrarse al mercado laboral en el país de acogida (Vicenza, 2016).

La formación también puede ser una barrera para la población migrante (Fundación ANDI, 2022). Por un lado, algunas personas pueden aplicar a empleos para los que están sobrecalificadas debido a la escasez de oportunidades laborales. Por otro lado, otras pueden necesitar nivelar sus competencias y, en ocasiones, tienen curvas de aprendizaje más lentas que los locales. Además, cuando se presentan oportunidades de formación gratuita, algunas personas pueden rechazarlas porque sus necesidades económicas son tan urgentes que no tienen tiempo para estudiar y luego buscar un empleo digno.

Basado en la experiencia de los/as migrantes venezolanos/as en Brasil y Colombia, Gordon (2024) identifica que contar con un permiso de trabajo que permita el acceso al mercado laboral y derechos laborales equitativos beneficia a los/as migrantes en comparación con aquellos con permisos restringidos o en situación irregular. Sin embargo, aún enfrentan largas jornadas laborales, bajos salarios y precariedad laboral, especialmente por la dificultad para validar credenciales, falta de redes de apoyo y discriminación. Adicionalmente, la informalidad estructural en los países receptores limita el efecto de las políticas para mejorar las condiciones laborales, así como la falta de reconocimiento de la experiencia y el nivel educativo de los/as migrantes, lo que los lleva a ocupar puestos por debajo de su capacidad.

Existen migrantes que no pueden acceder al mercado laboral formal, incluso con autorización de trabajo. Sele y Bolter (2020) señalan que esto se relaciona con que los empleadores pueden no reconocer nuevos documentos e incluso algunas leyes limitan o desincentivan el empleo de extranjeros. Un ejemplo de esto es el caso de Chile, en donde las empresas con una plantilla de más de 25 empleados/as deben garantizar que al menos el 85 por ciento de su personal esté compuesto por ciudadanos chilenos, extranjeros que hayan obtenido la residencia chilena durante al menos cinco años, o extranjeros cuyos cónyuges o hijos sean ciudadanos chilenos (Dirección del Trabajo, 2024).

InteLACMarket[33] (2023) mediante una encuesta a 435 migrantes latinoamericanos ubicados en países europeos[34], revela que las principales dificultades que experimentan para acceder a empleos son: homologación de estudios (21.8%), estereotipos (18.1%), regularización del estatus residencial (17.1%), oferta laboral (14.3%), idioma (10.7%) y la falta de anuncios laborales adecuados (12%).

Particularmente, las personas refugiadas o solicitantes de refugio enfrentan limitaciones debido al contexto de su desplazamiento. Esto se debe a que su decisión de migrar rara vez está influenciada por objetivos profesionales o familiares y carecen de planificación (Vicenza, 2016). La incertidumbre sobre su destino final dificulta la preparación, incluido el aprendizaje de idiomas, y limita las oportunidades laborales una vez que llegan (Vicenza, 2016). Dependiendo del país de acogida, el dominio del idioma afecta significativamente el empleo de los/as refugiados/as (OCDE, 2019).

[33] Proyecto de Integración, asesoramiento y mejora de la cualificación de los migrantes y refugiados de América Latina y el Caribe en el mercado laboral, el cual es cofinanciado por la Unión Europea.
[34] Específicamente en España, Austria, Bélgica e Italia.



Fundación Sin Límites

SERIE DE ESTUDIOS SOCIALES