



Informe de Seguridad Alimentaria en Puerto Rico 2026

Septiembre 2026

espaciosabiertos.org



INFORME DE SEGURIDAD ALIMENTARIA DE PUERTO RICO 2026

Este informe fue realizado por la analista de política pública de Espacios Abiertos (EA), Wilmarí de Jesús Álvarez. El informe contó con la colaboración del equipo de EA, particularmente la analista de política pública Crystal Díaz Rojas, la Subdirectora de Investigación Angélica V. Marrero Sánchez, la analista de datos Nitza Agosto Betancourt y el Gerente de Operaciones Joshua Villafañe. La recolección de datos fue realizada por la firma The Marketing Center. Agradecemos muy especialmente a Nutriendo PR y a Fundación Triple-S por el respaldo a nuestro trabajo de análisis e investigación. Espacios Abiertos aspira a una sociedad más abierta y democrática que resulte a su vez en un Puerto Rico más justo y equitativo. A esos fines, Espacios Abiertos procura que el gobierno y sus instrumentalidades rindan cuentas a la ciudadanía sobre su gestión, con énfasis en la transparencia en el uso de los fondos públicos.

TABLA DE CONTENIDO

I. RESUMEN EJECUTIVO.....	4
I. PROPÓSITO DEL ESTUDIO.....	5
II. TRASFONDO.....	7
III. MÉTODOS.....	11
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	14
A. Características de la población encuestada.....	14
Sexo y edad.....	17
Educación alcanzada.....	17
Ingreso anual.....	17
Áreas geográficas.....	17
Tamaño del hogar.....	18
Estatus de empleo.....	18
Estado marital.....	18
Colorismo.....	18
Vivienda.....	19
Participación en programas de ayuda gubernamental.....	19
B. Factores estructurales que afectan la seguridad alimentaria.....	19
Salud autopercebida por los encuestados.....	20
Acceso a alimentos saludables.....	20
Apoyo comunitario y la percepción de su impacto a la salud.....	21
Economía en el hogar y gasto en los alimentos.....	22
C. Prevalencia de inseguridad alimentaria en Puerto Rico.....	23
Nivel de seguridad alimentaria en la isla.....	30
Nivel de seguridad alimentaria según el sexo.....	31
Nivel de seguridad alimentaria según el ingreso anual.....	31
Nivel de seguridad alimentaria por grupo de edad.....	32
Nivel de seguridad alimentaria por área geográfica.....	32
Nivel de seguridad alimentaria según la educación alcanzada.....	33
Nivel de seguridad alimentaria según el tamaño del hogar.....	33
Nivel de seguridad alimentaria según el estatus de empleo.....	34
Nivel de seguridad alimentaria según el estado marital.....	34
Nivel de seguridad alimentaria según el tono de piel autopercebido.....	35
Nivel de seguridad alimentaria según la vivienda reportada.....	35
Nivel de seguridad alimentaria según la percepción del estado de salud.....	36
VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	37
REFERENCIAS.....	42
ANEJO I: CUESTIONARIO.....	44

I. RESUMEN EJECUTIVO

La seguridad alimentaria constituye uno de los principales indicadores del bienestar social y económico de una población. En Puerto Rico, una década después de la publicación del primer estudio representativo sobre este tema realizado por el Instituto de Estadísticas de Puerto Rico (IEPR), Espacios Abiertos presenta una nueva medición con el propósito de actualizar la información disponible, identificar los factores asociados a la inseguridad alimentaria y ofrecer evidencia que fortalezca el diseño de políticas públicas e intervenciones comunitarias. Aunque los resultados de este informe no pueden compararse de manera directa con el estudio publicado en 2019 debido a diferencias metodológicas, la estimación actual constituye un referente importante para comprender la evolución de la seguridad alimentaria en un contexto marcado por la crisis fiscal, los huracanes Irma y María, la secuencia sísmica, la pandemia de COVID-19 y el aumento sostenido en el costo de los alimentos.

El estudio se realizó mediante una encuesta representativa de la población adulta residente en Puerto Rico. Se entrevistaron 1,416 personas en las siete regiones de salud del país, según definidas por el Departamento de Salud de Puerto Rico, utilizando como base metodológica el módulo de seis preguntas del Informe de Seguridad Alimentaria de Puerto Rico del IEPR. Este diseño permite clasificar a la población según su nivel de seguridad alimentaria (alta, baja o muy baja) y establecer un referente con investigaciones previas. Este informe considera que tener un nivel de seguridad alimentaria baja o muy baja representa algún grado de inseguridad alimentaria.

Principales hallazgos

El 40.8% de la población adulta en Puerto Rico presenta algún grado de inseguridad alimentaria (cuatro de cada diez adultos), de los cuales el 30.5% corresponde a seguridad alimentaria baja y el 10.3% a seguridad alimentaria muy baja.

Más de la mitad de los hogares (53.6%) reportó ingresos anuales inferiores a \$25,000 (el umbral de pobreza para una familia de tres), y un 61.0% indicó tener dificultades para cubrir sus gastos mensuales. Además, cerca de tres de cada cuatro personas señalaron que la inflación y el aumento en el costo de los alimentos han reducido su capacidad de compra.

El 51.9% de la población experimenta algún grado de dificultad para acceder a alimentos saludables. Entre quienes reportaron dificultades, el alto costo de los alimentos nutritivos fue identificado como la principal barrera para mantener una alimentación saludable.

Las experiencias más frecuentes de inseguridad alimentaria estuvieron relacionadas con la preocupación por la disponibilidad de alimentos y la imposibilidad de mantener una alimentación balanceada. El 46.7% indicó que los alimentos en su hogar no duraron lo suficiente antes de poder comprar más y el 43.4% reportó no haber podido consumir comidas balanceadas por falta de dinero.

Cerca de una de cada cinco personas (19.7%) tuvo que reducir la cantidad de alimentos consumidos o dejar de comer alguna comida por razones económicas y 4.5% reportó haber pasado un día completo sin comer por falta de dinero durante el último año.

Aproximadamente siete de cada diez personas (73.6%) que enfrentaron limitaciones económicas para alimentarse indicaron que estas situaciones ocurrieron durante más de dos meses del año, lo que evidencia que no se trata de episodios aislados, sino de condiciones persistentes.

Cerca de seis de cada diez personas (59.0%) participantes del Programa de Asistencia Nutricional experimentaron algún nivel de inseguridad alimentaria

La inseguridad alimentaria mantiene una estrecha relación con las condiciones económicas de los hogares y continúa representando un desafío importante para la salud, el bienestar y la calidad de vida de la población puertorriqueña.

Recomendaciones

Desarrollar un marco integrado para la seguridad alimentaria nutricional, fortaleciendo la generación y monitoreo de datos, institucionalizando la medición periódica de la inseguridad alimentaria y promoviendo la coordinación entre sectores de la sociedad para apoyar la formulación de políticas públicas basadas en evidencia.

Fortalecer un sistema alimentario resiliente e integrado, impulsando la resiliencia de la cadena de suministro, la producción y distribución local de alimentos, la modernización del Programa de Asistencia Nutricional (PAN) y el desarrollo de sistemas de información que mejoren la capacidad de respuesta ante emergencias y el acceso a alimentos saludables.

Invertir esfuerzos en la coordinación de política pública sobre seguridad alimentaria nutricional, priorizando intervenciones para las poblaciones más vulnerables, adoptando el derecho a la alimentación como principio rector y estableciendo una estrategia interagencial y multisectorial con metas e indicadores compartidos.

I. PROPÓSITO DEL ESTUDIO

El Instituto de Estadísticas de Puerto Rico (IEPR) publicó en 2019 el primer estudio que buscaba medir la seguridad alimentaria de los puertorriqueños, titulado “Seguridad Alimentaria en Puerto Rico”¹. Este estudio, que presentó datos correspondientes a 2015, arrojó que el 33.2% de la población de 18 años o más en Puerto Rico presentó

¹Santiago-Torres, M., Román-Meléndez, E.M., Rodríguez-Ayuso, I. R., Ríos- Vázquez, Z. (2019). Seguridad alimentaria en Puerto Rico. Instituto de Estadísticas de Puerto Rico. Obtenido de: estadisticas.pr.gov

inseguridad alimentaria. Además, identificó que las personas con un ingreso menor de \$25,000 al año tienen 3.3 veces más probabilidad de pertenecer al grupo con inseguridad alimentaria que las personas con un ingreso de \$25,000 o más al año. Desde entonces el archipiélago ha enfrentado una serie de fenómenos naturales y procesos institucionales que han cambiado la realidad y composición de sus habitantes.

Durante estos 10 años, se han llevado a cabo otros esfuerzos para hacer visible los cambios en la seguridad alimentaria en la isla. Organizaciones como Taller Salud² y el Instituto del Desarrollo de la Juventud³ han publicado estudios con poblaciones de interés para entender mejor las necesidades de los y las puertorriqueñas.

Desde Espacios Abiertos reconocemos la importancia de medir, evaluar y analizar la seguridad alimentaria. Estos datos son fundamentales para comprender la magnitud del problema, identificar a las poblaciones más afectadas y sustentar la asignación y solicitud de recursos dirigidos a fortalecer las respuestas frente a la inseguridad alimentaria. Por esta razón decidimos en 2025 y con motivo de los 10 años del pasado informe medir una vez más la seguridad alimentaria a nivel isla. La recolección de datos estuvo a cargo de The Marketing Center. Este estudio se pudo llevar a cabo gracias a la colaboración de Nutriendo PR y Fundación Triple-S. El presente proyecto toma como base el informe Seguridad Alimentaria en Puerto Rico de 2019, con el objetivo de evaluar los cambios, avances y desafíos en materia de seguridad alimentaria una década después. Esta actualización permitirá generar datos sobre la prevalencia de inseguridad alimentaria en Puerto Rico, los factores que la determinan y las poblaciones más afectadas.

Este informe aborda las necesidades básicas en términos de salud pública, desarrollo económico y políticas sociales. El mismo pretende ser una herramienta dirigida a aquellos responsables de política pública, investigadores y organizaciones comunitarias. Esperamos que los resultados aquí expuestos sirvan para el fortalecimiento de la capacidad del país para diseñar estrategias efectivas de intervención y mitigación de la inseguridad alimentaria de quienes viven en las islas de Puerto Rico.

²Taller Salud. (2025). *Alimentación y dignidad: Análisis comunitario de la inseguridad alimentaria en Puerto Rico*. Taller Salud. https://www.tallersalud.com/files/ugd/e82399_40fbc9a7f58b4c4eae0df1978360be51.pdf

³Blakely Vallecillo, V. (2025). *(In)seguridad alimentaria: Una mirada a los datos*. Instituto del Desarrollo de la Juventud. Recuperado de: https://cdn.prod.website-files.com/673540caa1e3cb96e03eb4b5/6845ab9cd1b5823eb2a16326_2025_food_insecurity_brief.pdf

II. TRASFONDO

La Cumbre Mundial sobre Alimentación, llevada a cabo en 1996, establece que la seguridad alimentaria existe cuando todas las personas tienen, en todo momento, acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos que satisfacen sus necesidades energéticas diarias y sus preferencias alimentarias para llevar una vida activa y sana (FAO, 2011). Esta definición plantea 4 dimensiones importantes, (1) la disponibilidad física de alimentos, (2) el acceso económico y físico a los alimentos, (3) la utilización de alimentos y (4) la estabilidad en los 3 componentes anteriores. Para que se cumpla la condición de seguridad alimentaria deben cumplirse las 4 dimensiones.

El Departamento de Agricultura Federal (USDA, 2026) por su parte, establece que la seguridad alimentaria de un hogar significa que todos sus miembros tienen acceso, en todo momento, a suficientes alimentos para llevar una vida activa y saludable. Esto incluye, como mínimo, la disponibilidad inmediata de alimentos seguros y nutricionalmente adecuados, así como la capacidad garantizada de adquirir alimentos aceptables de maneras socialmente aceptadas, es decir, sin recurrir a suministros de emergencia, rebuscar alimentos, robar u otras estrategias de supervivencia (USDA, 2026).

El gobierno federal mide la seguridad o inseguridad alimentaria a través de un continuo que va desde una alta seguridad alimentaria hasta una muy baja seguridad alimentaria. (USDA, 2026). Este continuo se divide en cuatro categorías. La alta seguridad alimentaria describe hogares que no presentan problemas ni ansiedad para acceder consistentemente a alimentos adecuados. La seguridad alimentaria marginal incluye hogares que, en ocasiones, experimentan preocupación o dificultades para acceder a alimentos adecuados, aunque sin reducir significativamente la calidad, variedad o cantidad de los alimentos consumidos. La baja seguridad alimentaria se refiere a hogares que reducen la calidad, la variedad y la deseabilidad de su dieta, aunque la cantidad de alimentos consumidos y los patrones normales de alimentación no se alteran de manera sustancial. Finalmente, la muy baja seguridad alimentaria ocurre cuando, en ciertos momentos del año, los patrones de alimentación de uno o más miembros del hogar se ven interrumpidos y la ingesta de alimentos disminuye debido a la falta de dinero u otros recursos para obtener alimentos (USDA, 2026).

Para determinar en qué punto del continuo se encuentra un hogar, el Departamento de Agricultura Federal utiliza preguntas sobre experiencias y comportamientos relacionados con dificultades para satisfacer las necesidades alimentarias, tales como la preocupación de que la comida se termine antes de poder comprar más, la imposibilidad de costear comidas balanceadas, reducir el tamaño de las comidas, omitir comidas o incluso pasar

un día entero sin comer por falta de dinero. Los hogares que reportan tres o más condiciones asociadas con inseguridad alimentaria son clasificados como “con inseguridad alimentaria”. En los casos de muy baja seguridad alimentaria, además de estas condiciones, los adultos reportan haber comido menos de lo que consideraban necesario o haber reducido u omitido comidas durante varios meses del año debido a limitaciones económicas (USDA, 2026).

El informe Seguridad Alimentaria en Puerto Rico del IEPR adaptó la metodología del Departamento de Agricultura Federal y estableció tres niveles para medir la seguridad alimentaria en Puerto Rico: alta, baja, o muy baja. El informe definió inseguridad alimentaria como seguridad alimentaria baja o muy baja e identificó que el 33.2% de la población de 18 años o más presentó inseguridad alimentaria (Santiago-Torres, et al., 2019). Entre los hallazgos más destacados de este informe se encuentran:

- El 9.0% de la población de 18 años o más en Puerto Rico se encontraba en la categoría de “muy baja seguridad alimentaria”.
- El 21.7% de las personas indicaron que, en los últimos 12 meses, hubo ocasiones en las cuales tuvieron que servirse menos cantidad de alimentos o dejar de comer una de sus comidas diarias por falta de dinero. Aproximadamente una cuarta parte de estos (25.8%) lo hizo casi todos los meses.
- La región de Arecibo presentó el mayor porcentaje de inseguridad alimentaria en Puerto Rico (40.6%).
- Las regiones con menor inseguridad alimentaria fueron el Área Metro (31.8%) y Ponce (31.4%).
- El 44.3% de las personas con inseguridad alimentaria percibieron su salud como regular o pobre.
- El porcentaje fue mayor en las mujeres en comparación con los hombres (47.6% y 38.7%, respectivamente).
- Se identificó que las personas con un ingreso menor de \$25,000 al año tienen 3.3 veces mayor probabilidad, de pertenecer al grupo con inseguridad alimentaria, que las personas con un ingreso de \$25,000 o más al año.

Entre las recomendaciones identificadas por el informe del IEPR se encuentran:

- Medir con mayor frecuencia el porcentaje de hogares con inseguridad alimentaria.
- Incrementar la producción agrícola local a través de política pública adecuada.
- Desarrollar políticas que protejan el derecho constitucional del puertorriqueño a su alimentación.
- Proteger la cadena de suministro y distribución de alimentos en PR.

De estas recomendaciones, solo hubo avances en la protección de la cadena de suministro, donde ahora se considera un servicio esencial en emergencias. La Ley Núm. 176 de 19 de diciembre de 2025 enmienda la Ley de Política Pública Energética de Puerto Rico (Ley 17-2019) y la Ley de Transformación y ALIVIO Energético (Ley 57-2014) para reconocer formalmente al sector de alimentos como un servicio esencial y crítico durante estados de emergencia. Esto implica que, durante una emergencia, instalaciones como supermercados, deberán recibir prioridad en el restablecimiento de servicios esenciales como la electricidad y el agua, junto con hospitales, refugios, centros de telecomunicaciones y otras infraestructuras indispensables.

En la década transcurrida desde la publicación del informe del IEPR, Puerto Rico ha enfrentado una sucesión de eventos socionaturales y crisis económicas que han transformado las condiciones bajo las cuales la población accede a los alimentos. El paso de los huracanes Irma y María en 2017, la serie de terremotos en 2019, la pandemia de COVID-19 y otros fenómenos hacen evidente la vulnerabilidad del sistema alimentario de la isla y la importancia de evaluar la seguridad alimentaria desde una perspectiva dinámica, que considere tanto las condiciones cotidianas como la capacidad de respuesta ante situaciones de emergencia (Taller Salud, 2025; Blakely-Vallecillo, 2025; Comas & Sagebien, 2009) .

El Departamento de Salud de Puerto Rico estimó que en 2024 el 52% de las personas adultas tenían al menos una enfermedad crónica. Reporta, además, que personas con ingresos menores a \$15,000 (63.8%), adultos de 65 años o más (78.3%), mujeres (56.6%), personas con un nivel educativo menor o igual a escuela superior (59.%%) y veteranos (64.2%) eran algunos grupos con mayor prevalencia de tener al menos una enfermedad crónica. El Plan de Acción sobre la Prevención de Enfermedades Crónicas para Puerto Rico 2026-2030 identifica entre los factores de riesgo de estas enfermedades los hábitos alimenticios poco saludables. Dado que algunas de las condiciones crónicas pueden prevenirse al modificar comportamientos relacionados, los esfuerzos deben concentrarse en promover estilos de vida saludables (Departamento de Salud, 2025).

Las islas, como Puerto Rico, presentan características estructurales que las hacen particularmente vulnerables tanto a los fenómenos meteorológicos extremos como a la inseguridad alimentaria. Su limitada extensión territorial, el tamaño de sus economías, el aislamiento geográfico, los legados coloniales y la elevada dependencia de las importaciones de alimentos reducen su capacidad para responder y recuperarse de las interrupciones en el suministro. Estas condiciones aumentan la exposición a riesgos externos y limitan el margen de acción para garantizar un acceso continuo y estable a los alimentos, especialmente durante periodos de crisis.

En condiciones normales, Puerto Rico mantiene una disponibilidad relativamente adecuada de alimentos gracias a una compleja red de importaciones y distribución comercial. Sin embargo, la principal vulnerabilidad del sistema alimentario no radica en la disponibilidad de alimentos, sino en la estabilidad del acceso. La dimensión de estabilidad de la seguridad alimentaria se refiere a la capacidad de las personas y los hogares para mantener un acceso constante a alimentos suficientes y adecuados a lo largo del tiempo, incluso frente a perturbaciones económicas, sociales o ambientales. En un territorio altamente dependiente de las importaciones, cualquier interrupción en las cadenas de suministro, la infraestructura de transporte o la actividad económica puede traducirse rápidamente en dificultades para acceder a los alimentos.

A estas vulnerabilidades estructurales se suma el deterioro de la capacidad adquisitiva de una parte importante de la población como consecuencia de la prolongada crisis económica que atraviesa el país (Caraballo-Cueto, 2025). Las medidas de austeridad implementadas en el contexto del proceso de reestructuración fiscal han limitado la capacidad del Estado para fortalecer redes de protección social e invertir en sectores estratégicos, mientras que muchas familias continúan enfrentando ingresos insuficientes para cubrir sus necesidades básicas y un elevado costo de vida⁴. Cuando estos factores coinciden con eventos extremos, como huracanes o terremotos, los riesgos para la seguridad alimentaria se intensifican.

Las imágenes de estanterías vacías durante la pandemia de COVID-19 y tras el paso de los huracanes ilustran con claridad esta realidad. Los cierres de carreteras, las inundaciones, los daños a la infraestructura crítica y las interrupciones en las cadenas globales de suministro afectaron tanto la llegada de alimentos importados como la limitada producción agrícola local. Estos eventos evidenciaron que la seguridad alimentaria en Puerto Rico depende no solo de la existencia de alimentos en el mercado, sino también de la resiliencia de los sistemas de transporte, distribución y protección social, así como de la capacidad económica de los hogares para adquirirlos cuando más los necesitan.

4 En su informe de enero a marzo de 2026 el IEPR reporta que los artículos de supermercado de la zona estadística metropolitana de San Juan-Bayamón-Caguas son 9.6% más caros que el promedio de las restantes áreas urbanas participantes del Índice de Costo de Vida (COLI, por sus siglas en inglés). El IEPR se encarga de la recopilación de precios de bienes y servicios dentro de las categorías de artículos de supermercado, vivienda, transportación, servicios públicos y misceláneos. Los datos son enviados al *Council for Community and Economic Research* (C2ER), quienes calculan los precios promedios y los índices para cada una de las categorías, lo cual permite comparar con el costo equivalente en los Estados Unidos. Finalmente, se calcula el COLI, el cual el C2ER lleva preparando desde 1968 para sobre 300 áreas urbanas en los Estados Unidos y al cual Puerto Rico se unió en el segundo trimestre de 2014. La publicación de los precios para los usuarios se hace a través de una calculadora de costo de vida, la cual permite comparar el costo de vida en Puerto Rico versus el de otra ciudad en los Estados Unidos y viceversa. El Índice de Costo de Vida de Puerto Rico incluye precios promedios tres veces al año para 56 categorías de productos.

III. MÉTODOS

El Informe de Seguridad Alimentaria en Puerto Rico 2026 es un esfuerzo por actualizar el índice de seguridad alimentaria de Puerto Rico y estimar la prevalencia de la seguridad e inseguridad alimentaria en Puerto Rico en 2026. Este informe toma como base el trabajo realizado por el IEPR con el objetivo de evaluar los cambios, avances y desafíos en la materia de seguridad alimentaria una década después. Esta actualización permitió generar datos representativos y contextualizados sobre la prevalencia de inseguridad alimentaria en Puerto Rico, los factores que la determinan y las poblaciones más afectadas. Buscamos proveer recomendaciones basadas en evidencia para mejorar la respuesta de las instituciones públicas y privadas ante esta situación.

A efectos de cumplir con este objetivo, Espacios Abiertos diseñó una encuesta cuantitativa descriptiva-transversal representativa de la población de Puerto Rico mayor de 18 años de edad. El diseño muestral utilizado fue estratificado por región geográfica, utilizando como estratos las siete regiones de salud definidas por el Departamento de Salud de Puerto Rico. Este diseño procuró asegurar una representación adecuada de cada región dentro de la muestra y permitir el análisis de los resultados tanto a nivel regional como para el conjunto de Puerto Rico. Se estableció una cantidad de entrevistas por región considerando su distribución poblacional y la necesidad de contar con observaciones suficientes para realizar análisis desagregados. Se realizaron 1,416 entrevistas hogar a hogar distribuidas de manera representativa en siete regiones a través de toda la isla. Las entrevistas fueron realizadas entre el 2 de febrero de 2026 y el 22 de marzo de 2026. A continuación podrá encontrar la distribución de entrevistas según lo recopilado por la firma The Marketing Center (TMC).

Figura 1. Distribución de encuestas realizadas por región de estudio.

Región	Municipios que componen la región [1]	Unidades de vivienda [2]	Total de entrevistas realizadas
Arecibo	Quebradillas, Camuy, Lares, Hatillo, Arecibo, Utuado, Barceloneta, Florida, Ciales, Manatí,, Vega Baja, Morovis	173,963	202
Bayamón	Vega Alta, Corozal, Orocovis, Dorado, Toa Baja, Toa Alta, Naranjito, Barranquitas, Cataño, Bayamón, Comerío	248,414	202
Caguas	Aibonito, Cayey, Cidra, Aguas Buenas, Caguas, Gurabo, Juncos, Las Piedras, San Lorenzo, Maunabo, Yabucoa, Humacao, Naguabo	230,727	202

Fajardo	Río Grande, Luquillo, Fajardo, Ceiba, Culebra, Vieques	65,614	102
Mayagüez	Aguadilla, Aguada, Añasco, Isabela, Moca, Mayagüez, Rincón, San Sebastian, Las Marías, Hormigueros, San Germán, Sabana Grande, Cabo Rojo, Lajas	244,714	203
Metro	Guaynabo, San Juan, Trujillo Alto, Carolina, Loíza, Canóvanas	366,707	303
Ponce	Guánica, Yauco, Guayanilla, Adjuntas, Peñuelas, Jayuya, Ponce, Villalba, Juana Díaz, Santa Isabel, Salinas, Guayama, Arroyo, Patillas	225,458	202

Notas: [1] La distribución de municipios está basada en las regiones establecidas por el Departamento de Salud de Puerto Rico bajo la Coalición de Servicios de Salud de Puerto Rico. Recuperado: <https://www.salud.pr.gov/CMS/134>. [2] Las unidades de vivienda por región se codificó agregando los estimados de las viviendas en Puerto Rico según el Negociado del Censo de los Estados Unidos.

La ponderación estadística contempló una calibración lineal en las variables de edad y género, generando proporciones comparables a las estadísticas poblacionales del negociado del Censo de los Estados Unidos. Como base de los estimados se utilizó el Censo de 2020 y las proyecciones de 2024. A continuación el resultado de dicha calibración:

Figura 2. Resultado de la calibración lineal por sexo y género

	Muestra no ponderada	Muestra ponderada
	%	%
Género		
Masculino	34.4	47.3
Femenino	65.6	52.7

Edad		
18-24 años	3.2	8.6
25-34 años	13.6	11.5
35-44 años	17.4	15
45-54 años	20.8	17.4
55-64 años	19.9	16.7
65 años o más	25.1	30.8

Espacios Abiertos diseñó el cuestionario para esta investigación utilizando como base las preguntas contenidas en el módulo utilizado por el IEPR en el informe de 2019. A estas se le añadieron preguntas sobre la situación económica del hogar, el gasto percibido del hogar, la relación percibida entre la soledad, el transporte, el estado de salud propio y la seguridad alimentaria. En el anejo 1 de este informe podrá encontrar el cuestionario utilizado para la recolección de datos.

Desde 2022, Espacios Abiertos ha hecho un esfuerzo consciente de integrar variables raciales en sus análisis. Para este cuestionario conscientes de las limitaciones que existen actualmente para medir este aspecto, Espacios Abiertos incluyó en la recolección de datos una pregunta sobre tonalidad de piel. La pregunta utiliza una escala del 1 al 6 para identificar el tono de piel autopercebido por el participante, usando de referencia el estudio de “Color y desigualdad: Estudio exploratorio sobre el uso de las escalas de color de piel para conocer la vulnerabilidad y percepción del discrimen entre latinos y latinas” de las profesoras Godreau Santiago, Morales Suárez, Franco Ortiz y Suárez Rivera.

El nivel de seguridad alimentaria se determina mediante la suma de los valores asignados a las respuestas de las seis preguntas base. Un puntaje de 0 a 1 se clasifica como seguridad alimentaria alta, un puntaje de 2 a 4 corresponde a seguridad alimentaria baja, mientras que un puntaje de 5 a 6 indica un nivel de seguridad alimentaria muy baja. Los niveles de seguridad alimentaria baja o muy baja son considerados como inseguridad alimentaria. Para el cálculo de seguridad alimentaria se recodificaron las respuestas a las 6 preguntas base según utilizadas en el módulo de seguridad alimentaria de 2019:

Figura 3. Preguntas sobre seguridad alimentaria realizadas a los participantes.

Preguntas (En los últimos 12 meses...)	Respuesta original	Respuesta recodificada	Valor
Los alimentos en mi hogar no duraron lo suficiente y no hubo dinero para comprar más alimentos.	Muchas veces	Sí	1
	Algunas veces	Sí	1
	Nunca	No	0
No pude consumir comidas balanceadas por falta de dinero.	Muchas veces	Sí	1
	Algunas veces	Sí	1
	Nunca	No	0
Hubo ocasiones en que tuvo que servirse menos cantidad de alimentos o dejar de comer una de sus comidas diarias por falta de dinero.	Sí	Sí	1
	No	No	0
Consumió menos cantidad de alimentos que lo usual por falta de dinero.	Sí	Sí	1
	No	No	0
No comió alguna comida por falta de dinero	Sí	Sí	1
	No	No	0
No comió por todo un día por falta de dinero.	Sí	Sí	1
	No	No	0

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación se presentan los resultados del estudio de Seguridad Alimentaria en Puerto Rico para 2026. Los mismos están distribuidos en 3 secciones principales para facilitar la lectura y análisis del informe. Estas son: (1) las características de la población encuestada, (2) los factores estructurales que afectan la seguridad alimentaria y (3) la prevalencia de inseguridad alimentaria en Puerto Rico.

A. Características de la población encuestada

Diversos estudios realizados en Puerto Rico han documentado los desafíos que enfrenta el sistema alimentario desde una perspectiva económica, resaltando el impacto de choques externos, la vulnerabilidad de las cadenas de suministro y la necesidad de fortalecer los mecanismos de protección social para garantizar el acceso a los alimentos

(Bezares et al., 2025; Hernández, 2022). Estos esfuerzos han contribuido a comprender las condiciones que influyen en la seguridad alimentaria del país y a identificar áreas prioritarias para la formulación de políticas públicas. Sobre esa base, este estudio busca complementar ese conocimiento al centrar su atención en las experiencias, necesidades y percepciones de las familias puertorriqueñas. Escuchar cómo los hogares enfrentan las dificultades para acceder a alimentos, las estrategias que desarrollan y los retos que identifican permite fortalecer la conexión entre la realidad cotidiana de las personas y el funcionamiento del sistema alimentario, aportando evidencia que contribuya al diseño de respuestas más pertinentes, integrales y centradas en quienes experimentan la inseguridad alimentaria.

Figura 4. Características de la población encuestada.

Variable	Hombres (%)	Mujeres (%)	Ambos Sexos (%)
Población adulta	47.3	52.7	100.0
Edad			
18-24 años	10.8	6.5	8.6
25- 34 años	11.7	11.4	11.5
35- 44 años	16.4	13.8	15.0
45- 54 años	17.0	17.7	17.4
55- 64 años	16.2	17.1	16.7
65 años o más	27.9	33.4	30.8
Nivel educativo alcanzado			
No graduado de escuela superior	15.9	13.1	14.4
Graduado de escuela superior	25.0	22.4	23.6
Asistió a la universidad o escuela técnica	25.1	15.9	20.3
Graduado de universidad o escuela técnica	33.9	48.7	41.7
Ingreso anual			
Hasta \$14,999	23.9	31.7	28.0
\$15K - \$24,999	23.9	27.0	25.6
\$25K - \$34,999	21.2	14.3	17.6
\$35K - \$39,999	9.9	6.2	8.0
\$40K - \$49,999	9.2	8.1	8.6
\$50K +	11.4	12.2	11.9
Área geográfica			
Ponce	12.0	16.2	14.2
Metro	20.5	22.1	21.3
Caguas	20.5	11.6	15.8
Bayamón	11.8	15.5	13.8

Arecibo	13.7	13.9	13.8
Fajardo	8.4	6.5	7.4
Mayagüez	13.1	14.2	13.7

Tamaño del hogar

Una	27.6	27.3	27.5
Dos	35.2	37.8	36.6
Tres o cuatro	34.3	30.9	32.6
Cinco o más	2.8	3.9	3.4

Estatus de empleo

Empleado asalariado o trabajador independiente	61.2	48.8	54.7
Desempleado	3.1	4.5	3.8
Trabaja en labores del hogar	0.2	15.0	8.0
Estudiante	3.6	1.8	2.7
Jubilado	30.2	27.5	28.8
No puede trabajar	1.7	2.4	2.1

Estado marital

Casado	40.1	32.7	36.2
Divorciado	9.4	16.6	13.2
Viudo	4.7	13.5	9.3
Separado	5.0	5.7	5.4
Nunca casado	24.8	17.7	21.1
Vive en pareja sin estar casado	16.1	13.7	14.8

Colorismo

Claro 1	21.5	17.7	19.5
2	23.3	33.7	28.8
3	25.9	23.6	24.7
4	16.4	15.5	15.9
5	7.5	6.4	6.9
Oscuro 6	5.5	3.1	4.2

Vivienda

Propietario	65.7	67.8	66.8
Alquilada	20.5	20.6	20.5
Otro arreglo	13.8	11.7	12.7

Asistencia de ayudas gubernamentales

Sí	56.8	61.6	59.3
No	43.2	38.4	40.7

Nota: Totales pueden no sumar a 100% debido a redondeo.

Sexo y edad

La muestra estuvo compuesta por 52.7% de mujeres y 47.3% de hombres, distribución que refleja la estructura demográfica de la población luego de la ponderación realizada por sexo y edad. En cuanto a la edad, el grupo de 65 años o más representó la mayor proporción de la muestra (30.8%), seguido por las personas de 45 a 54 años (17.4%), de 55 a 64 años (16.7%), de 35 a 44 años (15.0%), de 25 a 34 años (11.5%) y de 18 a 24 años (8.6%).

Educación alcanzada

Referente al nivel educativo alcanzado, la mayor proporción de las personas entrevistadas (41.7%) reportó haberse graduado de la universidad o de una escuela técnica. Le siguieron quienes se graduaron de escuela superior (23.6 %), las personas que asistieron a la universidad o a una escuela técnica sin completar sus estudios (20.3%) y, finalmente, aquellas que no se graduaron de escuela superior (14.4%). La población encuestada presenta niveles educativos relativamente altos, ya que más de cuatro de cada diez participantes cuentan con un grado universitario o técnico y cerca de dos terceras partes (62.0%) cursaron algún tipo de educación postsecundaria.

Ingreso anual

Respecto al ingreso anual familiar, el 28.0% de los hogares reportó ingresos de hasta \$14,999, mientras que el 25.6% indicó ingresos entre \$15,000 y \$24,999. En conjunto, más de la mitad de la muestra (53.6%) informó ingresos inferiores a \$25,000 anuales⁵. Los hogares con ingresos entre \$25,000 y \$34,999 representaron el 17.6%, aquellos con ingresos entre \$35,000 y \$39,999 el 8.0%, entre \$40,000 y \$49,999 el 8.6%, y el 11.9% reportó ingresos iguales o superiores a \$50,000.

Áreas geográficas

En cuanto al área geográfica de residencia, la mayor proporción de las personas entrevistadas provino de la región Metro, que representó el 21.3% de la muestra. Le siguieron las regiones de Caguas (15.8%), Ponce (14.2%), Bayamón (13.8%), Arecibo (13.8%) y Mayagüez (13.7%), las cuales presentaron una participación relativamente similar. La menor representación correspondió a la región de Fajardo, con 7.4% de las personas encuestadas.

5 El negociado del Censo de los Estados Unidos publica anualmente los umbrales de pobreza dado el tamaño y cantidad de niños menores de 18 años en el hogar. Para el año 2025 estos identificaban que el umbral de pobreza para una familia de 3 personas (dos adultos y un menor) es \$25,183. El mismo negociado del censo informa que, para 2024, 40.5% de la población se encontraba bajo el umbral de pobreza (U.S. Census Bureau, 2026). Puede acceder a los umbrales de pobreza vía: <https://www.census.gov/data/tables/time-series/demo/income-poverty/historical-poverty-thresholds.html>

Tamaño del hogar

En relación con el tamaño del hogar, predominan los hogares de dos personas (36.6%), seguidos por aquellos de tres o cuatro integrantes (32.6%). Los hogares unipersonales representan el 27.5%, mientras que solo el 3.4% de los hogares está compuesto por cinco personas o más.

Estatus de empleo

En cuanto al estatus de empleo, poco más de la mitad de las personas entrevistadas (54.7%) indicó estar empleada como asalariada o ser trabajadora independiente. El segundo grupo más numeroso correspondió a las personas jubiladas (28.8%), seguido por quienes realizan labores del hogar (8.0%). En menor proporción se identificaron las personas desempleadas (3.8%), los estudiantes (2.7%) y aquellas que no pueden trabajar (2.1%). La muestra está compuesta principalmente por personas insertadas en el mercado laboral y por una proporción importante de adultos retirados, lo que responde a la estructura demográfica de Puerto Rico, caracterizada por una población envejecida.

Estado marital

En cuanto al estado marital, la mayor proporción de las personas entrevistadas (36.2%) indicó estar casada, seguida por quienes nunca se han casado (21.1%) y por las personas que viven en pareja sin estar casadas (14.8%). Asimismo, el 13.2% reportó estar divorciado, el 9.3% viudo y el 5.4% separado.

Colorismo

La autopercepción del color de piel muestra que las categorías intermedias concentran la mayor proporción de respuestas. En el total de la muestra, el 28.8% se identificó con la categoría 2, seguida por la categoría 3 con 24.7% y la categoría 1 (claro) con 19.5%. Las categorías 4, 5 y 6 (oscuro) representaron el 15.9%, 6.9% y 4.2%, respectivamente. Al desagregar los resultados por sexo, se observan diferencias moderadas en la distribución de las respuestas. Las mujeres reportaron con mayor frecuencia las categorías más claras de la escala, mientras que los hombres presentaron una distribución relativamente más uniforme en las categorías intermedias y oscuras. En términos generales, los datos reflejan la diversidad en la autopercepción del color de piel entre la población entrevistada y constituyen una variable descriptiva que permitirá explorar posibles diferencias en los análisis posteriores del estudio.

Vivienda

En cuanto al tipo de vivienda, la mayoría de las personas entrevistadas (66.8%) indicó residir en una vivienda propia, mientras que el 20.5% reportó vivir en una vivienda alquilada. El restante 12.7% señaló tener otro tipo de arreglo residencial, como vivir con familiares u otras modalidades de alojamiento.

Participación en programas de ayuda gubernamental

En cuanto a la participación en programas de asistencia gubernamental, el 59.3% de las personas entrevistadas indicó recibir algún tipo de ayuda, mientras que el 40.7% señaló no ser beneficiaria de estos programas.

Adicionalmente, el 45.1% señaló que durante los últimos treinta días utilizó beneficios del PAN o del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Infantes y Niños (WIC, por sus siglas en inglés) para adquirir alimentos destinados a su hogar, en comparación con un 54.9% que no utilizó estos beneficios durante ese periodo. En cuanto a la participación en los Mercados Familiares, el 42.0% indicó haber participado en este programa, mientras que el 58.0% reportó no hacerlo.

B. Factores estructurales que afectan la seguridad alimentaria

La seguridad alimentaria nutricional es un fenómeno multidimensional que trasciende la disponibilidad y el consumo de alimentos. Si bien la medición tradicional del Departamento de Agricultura federal permite identificar los niveles de seguridad e inseguridad alimentaria a partir de las experiencias de los hogares, comprender sus causas y consecuencias requiere examinar los factores estructurales que condicionan la capacidad de las personas para acceder y mantener una alimentación adecuada. En este contexto, la seguridad alimentaria está estrechamente vinculada con las condiciones económicas de los hogares, el estado de salud, el entorno comunitario y las características del sistema alimentario. Por ello, además de estimar la prevalencia de la inseguridad alimentaria en Puerto Rico, este estudio incorpora indicadores relacionados con la salud autopercebida, el acceso físico y económico a los alimentos, las redes de apoyo comunitario y la situación económica del hogar. Estos factores permiten contextualizar la experiencia de la inseguridad alimentaria, identificar las condiciones que aumentan la vulnerabilidad de los hogares y aportar evidencia para el diseño de políticas públicas que no sólo respondan a la falta de alimentos, sino también a los determinantes sociales, económicos y comunitarios que la producen y perpetúan. Este enfoque reconoce que garantizar la seguridad alimentaria requiere fortalecer tanto las capacidades de los hogares como la resiliencia del sistema alimentario en su conjunto.

Salud autopercebida por los encuestados

La mayoría de las personas entrevistadas percibe su estado de salud de forma favorable. En términos generales, el 58.1% calificó su salud como excelente (12.2%) o buena (45.9%), mientras que el 36.3% la describió como regular y el 5.6% como pobre. Esto significa que, aunque una mayoría considera que goza de buena salud, poco más de cuatro de cada diez personas evalúan su estado de salud como regular o pobre, lo que señala importantes retos en materia de bienestar físico entre la población.

Al desagregar los resultados por sexo, se observan diferencias en la percepción del estado de salud. Entre los hombres, el 15.1% describió su salud como excelente y el 49.1% como buena, para un total de 64.2% que considera tener un estado de salud positivo. En contraste, entre las mujeres, el 9.6% calificó su salud como excelente y el 43.1% como buena, de modo que solo el 52.7% percibe su salud de forma favorable. Asimismo, las mujeres presentan una mayor proporción de respuestas en las categorías de salud regular (40.0%) y salud pobre (7.3%), en comparación con los hombres, entre quienes estos porcentajes alcanzan 32.1% y 3.7%, respectivamente.

La percepción sobre el propio peso también señala diferencias importantes entre hombres y mujeres. En términos generales, la mitad de la población (50.3%) considera que tiene un peso adecuado, mientras que un 42.8% percibe que presenta algún grado de sobrepeso. Únicamente el 6.9% entiende que tiene un peso por debajo de lo adecuado. Al analizar estos resultados por sexo, vemos que los hombres presentan una percepción más favorable de su peso corporal. El 55.7% considera que tiene un peso adecuado, frente al 45.5% de las mujeres. En contraste, el 47.1% de las mujeres percibe que presenta algún grado de sobrepeso, en comparación con el 37.9% de los hombres.

En conjunto, estos resultados evidencian diferencias de género tanto en la percepción del estado de salud como en la percepción del peso corporal. Los hombres tienden a evaluar de forma más positiva ambos indicadores, mientras que las mujeres reportan con mayor frecuencia estados de salud regulares o pobres y una mayor percepción de sobrepeso. Estas diferencias pueden responder a múltiples factores, entre ellos desigualdades socioeconómicas, una mayor carga de enfermedades crónicas, responsabilidades de cuidado, diferencias en la utilización de los servicios de salud y factores sociales y culturales relacionados con la imagen corporal, aspectos ampliamente documentados en la literatura (Pinheiro et al., 2026; Sood et al., 2019). En este contexto, tanto la percepción del estado de salud como la del peso constituyen indicadores relevantes para comprender las condiciones de bienestar de la población y analizar su relación con la seguridad alimentaria, ya que ambas dimensiones están estrechamente vinculadas con la calidad de la alimentación y con las condiciones materiales de vida de los hogares.

Acceso a alimentos saludables

Acceder y consumir regularmente alimentos nutritivos continúa representando un reto para una parte importante de la población. El 30.4% de las personas entrevistadas indicó que le resulta un poco difícil obtener y consumir alimentos que apoyen la salud y el bienestar de su familia, mientras que el 13.3% señaló que esta tarea le resulta difícil y el 8.2% la calificó como muy difícil. En conjunto, más de la mitad de la muestra (51.9%) experimentó algún grado de dificultad para acceder a alimentos saludables. En contraste, el 25.5% indicó que esta situación no le resulta muy difícil y el 22.6% manifestó no enfrentar ninguna dificultad.

Entre quienes reportaron algún nivel de dificultad, el 91.7% identificó el alto costo de los alimentos nutritivos como la principal barrera para mantener una alimentación saludable. Además, el 30.2% indicó que a ellos o a sus familias no siempre les gusta el sabor de los alimentos saludables, mientras que una proporción igual señaló que no dispone de

tiempo suficiente para cocinar este tipo de alimentos. Por otra parte, el 21.3% expresó que algunos alimentos tradicionales de su cultura son difíciles de preparar de manera saludable y un porcentaje similar indicó que en los establecimientos donde realiza sus compras no existen suficientes opciones saludables. Asimismo, el 19.5% manifestó no contar con tiempo suficiente para comprar alimentos saludables y el 13.2% reconoció no saber cuáles alimentos pueden considerarse saludables.

Los resultados también muestran que las personas que experimentan dificultades para acceder a alimentos saludables tienden a concentrarse entre los hogares con menores ingresos y entre la población de 55 años o más, lo que evidencia que las barreras económicas y demográficas desempeñan un papel importante en el acceso a una alimentación adecuada.

Apoyo comunitario y la percepción de su impacto a la salud

Para la mayoría de la población entrevistada, la falta de transporte, de recursos de apoyo en la comunidad o la familia, así como el aislamiento social, no son percibidas como un obstáculo importante para acceder a alimentos saludables, suficientes y de calidad o a servicios nutricionales. El 60.7% de las personas entrevistadas indicó que estos factores no afectan en nada su acceso a alimentos y servicios nutricionales. No obstante, un 14.0% consideró que influyen poco, un 11.7% señaló que afectan algo, un 8.2% indicó que tienen bastante impacto y un 5.4% expresó que afectan mucho su capacidad para acceder a estos recursos. En conjunto, cerca de cuatro de cada diez participantes (39.3%) reconocieron que estas condiciones tienen algún grado de influencia sobre su acceso a una alimentación saludable.

Al examinar el impacto que la falta de acceso a alimentos saludables y a servicios nutricionales tiene sobre la salud física, los datos muestran un patrón similar. Casi la mitad de la población (47.8%) considera que esta situación no ha afectado en nada su salud. Sin embargo, el 20.2% indicó que la ha afectado poco, el 15.4% señaló que la ha afectado algo, el 10.6% reportó un impacto considerable y el 6.0% manifestó que la falta de acceso ha afectado mucho su salud física. En conjunto, 52.2% de las personas entrevistadas reconoció que las limitaciones en el acceso a alimentos saludables y servicios nutricionales han tenido algún efecto sobre su bienestar físico.

Estos resultados sugieren que, aunque las barreras relacionadas con el transporte, el apoyo comunitario y el aislamiento social no constituyen el principal obstáculo para la mayoría de la población, sí representan un desafío para un segmento considerable de los hogares. Además, el hecho de que más de la mitad de las personas perciban algún impacto sobre su salud física sugiere que las limitaciones en el acceso a alimentos saludables trascienden la esfera económica y pueden tener consecuencias directas sobre el bienestar y la calidad de vida de la población. Esto refuerza la necesidad de abordar la seguridad alimentaria desde una perspectiva integral que considere no solo la asequibilidad de los alimentos, sino también las condiciones sociales y comunitarias que facilitan o limitan el acceso a una alimentación adecuada.

Economía en el hogar y gasto en los alimentos

Una proporción importante de la población percibe un deterioro en su situación económica y enfrenta dificultades para cubrir sus necesidades cotidianas. El 60.5% de las personas entrevistadas estuvo de acuerdo en que la situación económica de su familia ha empeorado en comparación con la de hace dos años, mientras que el 16.1% mantuvo una posición neutral y el 23.4% expresó estar en desacuerdo con esa afirmación. A pesar de esta percepción, el 69.9% considera que su situación económica mejorará durante el próximo año, frente a un 18.3% que se mostró neutral y un 11.8% que no comparte esa expectativa.

Las dificultades económicas también se reflejan en la capacidad de los hogares para cubrir sus gastos. El 61.0% de los participantes indicó que se le hace difícil cubrir todos los gastos con los ingresos que recibe. Asimismo, la inflación aparece como uno de los principales factores que afectan la economía familiar. Tres de cada cuatro personas señalaron que el aumento en los precios de productos y servicios (74.5%) y, en particular, el incremento en el costo de los alimentos (74.4%), han reducido su capacidad de compra. Estos resultados describen un escenario en el que la pérdida de poder adquisitivo condiciona las decisiones de consumo de los hogares y aumenta la presión sobre sus presupuestos.

Esta realidad también se observa en el gasto destinado a la alimentación. Durante los treinta días previos a la encuesta, el 47.0% de los participantes indicó que su gasto en alimentos fue el habitual, mientras que un 46.7% reportó haber gastado más de lo normal. Solo el 4.7% señaló haber gastado menos de lo acostumbrado. Además, la compra de alimentos representa una proporción importante del ingreso mensual de los hogares. El 43.0% indicó destinar entre 10% y 24% de sus ingresos a este renglón y el 32.1% entre 25% y 39%. A su vez, el 12.9% reportó dedicar entre 40% y 59% de sus ingresos, mientras que un 6.6% afirmó invertir más del 60% de su ingreso mensual en alimentos. En conjunto, más de la mitad de la población (51.6%) destina al menos una cuarta parte de sus ingresos a la compra de alimentos, lo que evidencia la carga económica que representa este gasto para muchas familias.

Las familias puertorriqueñas destinan, en promedio, \$388 mensuales a la compra de alimentos para preparar y consumir en el hogar. El intervalo de gasto más frecuente corresponde a \$201 a \$300 mensuales (26.2%), seguido por quienes gastan entre \$301 y \$400 (21.8%). En contraste, el gasto en comidas preparadas fuera del hogar es considerablemente menor. En promedio, los hogares destinan \$155 mensuales a este concepto y el grupo más numeroso (30.5%) reportó gastar entre \$51 y \$100 al mes. Estos patrones son consistentes con el hecho de que el 85.8% de los participantes indicó que prepara y consume alimentos en su hogar, confirmando que el hogar continúa siendo el principal espacio de alimentación para la mayoría de la población.

En cuanto a los lugares donde las personas adquieren sus alimentos, los supermercados constituyen, por amplio margen, el principal punto de compra, al ser mencionados por el 99.1% de los participantes. Les siguen los clubes de membresía, como Costco o Sam's Club (43.2%), los colmados o tiendas de comunidad (34.3%) y los Mercados Familiares

(21.4%). En menor medida, las personas reportaron comprar alimentos en tiendas de conveniencia (16.2%), cosechas de vecinos (16.1%), plazas de mercado (13.8%), farmacias (12.8%), guagueros (9.8%) y mediante cosechas propias (8.8%), mientras que las ferias agrícolas, los bancos de alimentos y los centros comunitarios fueron mencionados con muy poca frecuencia.

En conjunto, estos hallazgos apuntan a que el deterioro de la situación económica, la inflación y el aumento sostenido en el precio de los alimentos han incrementado la presión sobre los presupuestos familiares. La alimentación constituye uno de los principales componentes del gasto de los hogares, tanto por la proporción del ingreso que absorbe como por el aumento reciente en su costo. Al mismo tiempo, la fuerte dependencia de los supermercados y otros comercios tradicionales para el abastecimiento de alimentos pone de manifiesto la importancia de fortalecer el acceso económico a una alimentación adecuada y de promover estrategias que reduzcan la vulnerabilidad de los hogares frente al incremento en el costo de vida.

C. *Prevalencia de inseguridad alimentaria en Puerto Rico*

Para estimar la prevalencia de la inseguridad alimentaria en Puerto Rico se utilizó el módulo de seis preguntas empleado en el estudio publicado por el IEPR en 2019. Cada respuesta fue recodificada en valores dicotómicos, asignando un valor de uno a las respuestas que reflejan experiencias de inseguridad alimentaria y un valor de cero a aquellas que no las evidencian. Posteriormente, se sumaron los valores obtenidos para construir un índice de seguridad alimentaria, mediante el cual los hogares fueron clasificados en tres niveles: seguridad alimentaria alta (0–1 respuestas afirmativas), seguridad alimentaria baja (2–4 respuestas afirmativas) y seguridad alimentaria muy baja (5–6 respuestas afirmativas). Este procedimiento permite identificar no solo la presencia de inseguridad alimentaria, sino también su nivel de severidad, y facilita la comparación de los resultados con estudios previos realizados en Puerto Rico y con investigaciones basadas en esta misma metodología.

Figura 5. Respuesta a preguntas base sobre la seguridad alimentaria.

Pregunta	Hombres %	Mujeres %	Ambos Sexos %
Pregunta 1. En los últimos 12 meses, los alimentos que se compraron en mi hogar no duraron lo suficiente y no hubo dinero para comprar más alimentos. ¿Diría usted que esto ocurrió muchas veces, algunas veces, o nunca?			
Muchas veces	8.1	8.0	8.1
Algunas veces	35.9	41.0	38.6
Nunca	55.9	51.0	53.3

Pregunta 2. En los últimos 12 meses, no pude consumir comidas balanceadas por falta de dinero. ¿Diría usted que esto ocurrió muchas veces, algunas veces, o nunca?			
Muchas veces	5.3	6.2	5.9
Algunas veces	36.4	38.5	37.5
Nunca	58.2	55.3	56.7
Pregunta 3. En los últimos 12 meses, ¿hubo ocasiones en las cuales tuvo que servirse menos cantidad de alimentos o dejar de comer una de sus comidas diarias por falta de dinero?			
Si	19.3	20.1	19.7
No	80.7	79.9	80.3
Pregunta 4. En los últimos 12 meses, ¿consumió menos alimentos de los que sentía necesitaba consumir porque no había suficiente dinero para comprarlos?			
Si	22.7	23.0	22.8
No	77.3	77.0	77.2
Pregunta 5. En los últimos 12 meses, ¿hubo ocasiones en las que tuvo hambre y no consumió alimentos porque no había suficiente dinero para comprarlos?			
Si	13.5	12.4	12.9
No	86.5	87.6	87.1
Pregunta 6. En los últimos 12 meses, ¿hubo ocasiones en las que no consumió alimentos durante todo un día (24 horas) porque no había suficiente dinero para comprarlos?			
Si	6.2	2.9	4.5
No	93.8	97.1	95.5
Pregunta 7. Si consumió menos cantidad de alimentos o dejó de comer una de sus comidas por falta de dinero, ¿Ocurrió esto casi todos los meses, algunos meses pero no todos, o en solo 1 o 2 meses?			
Casi todos los meses	22.9	16.3	19.3
Algunos meses	56.4	52.5	54.3
Solo 1 o 2 meses	20.7	31.2	26.4
Pregunta 7. Si consumió menos cantidad de alimentos o dejó de comer una de sus comidas por falta de tiempo, ¿Ocurrió esto casi todos los meses, algunos meses pero no todos, o en solo 1 o 2 meses?			
Casi todos los meses	18.1	9.5	13.4
Algunos meses	58.1	55.6	56.8
Solo 1 o 2 meses	23.8	34.9	29.8

Nota: Totales pueden no sumar a 100% debido a redondeo.

Las respuestas a las seis preguntas que componen el módulo de seguridad alimentaria evidencian distintos niveles de dificultad para acceder a alimentos por razones económicas durante los doce meses previos a la encuesta. Las experiencias más frecuentes estuvieron relacionadas con la calidad, cantidad y la disponibilidad de los alimentos. El 46.7% de los participantes indicó que, muchas o algunas veces, los alimentos en su hogar no duraron lo suficiente y no tuvieron dinero para comprar más, mientras que el 43.4% señaló que no pudo consumir comidas balanceadas por falta de recursos económicos. En ambos casos, poco más de la mitad de la población (53.3% y 56.7%, respectivamente) indicó no haber experimentado estas situaciones.

Las experiencias asociadas con una reducción en la cantidad de alimentos consumidos fueron menos frecuentes, aunque continúan afectando a una proporción considerable de la población. El 22.8% reportó haber consumido menos alimentos de lo habitual por falta de dinero y el 19.7% indicó que redujo el tamaño de sus comidas o dejó de consumir alguna comida diaria debido a limitaciones económicas. Asimismo, el 12.9% manifestó haber dejado de comer alguna comida por falta de dinero y el 4.5% señaló que, al menos en una ocasión durante el último año, pasó un día completo sin comer porque no contaba con los recursos necesarios para adquirir alimentos.

Estos resultados señalan que las manifestaciones menos severas de la inseguridad alimentaria, relacionadas con la preocupación por la disponibilidad de alimentos y la imposibilidad de mantener una alimentación balanceada, son más frecuentes que aquellas asociadas con la reducción extrema del consumo. No obstante, el hecho de que aproximadamente una de cada cinco personas haya reducido la cantidad de alimentos consumidos y que cerca de una de cada veinte haya experimentado la forma más severa de inseguridad alimentaria —pasar un día completo sin comer por falta de dinero,— evidencia que las limitaciones económicas continúan afectando el acceso a una alimentación adecuada para una parte importante de la población puertorriqueña.

Al desagregar las experiencias de inseguridad alimentaria por sexo, los resultados muestran diferencias relativamente pequeñas entre hombres y mujeres. En ambas poblaciones, las situaciones más frecuentes continúan siendo aquellas relacionadas con la insuficiencia de alimentos en el hogar y la imposibilidad de mantener una alimentación balanceada por falta de recursos económicos.

En cuanto a la disponibilidad de alimentos, el 44.0% de los hombres indicó que muchas o algunas veces los alimentos en su hogar no duraron lo suficiente y no hubo dinero para comprar más (8.1% muchas veces y 35.9% algunas veces), mientras que entre las mujeres esta proporción aumenta ligeramente a 49.0% (8.0% y 41.0%, respectivamente). De forma similar, el 41.7% de los hombres reportó no haber podido consumir comidas balanceadas por falta de dinero, frente al 44.7% de las mujeres, lo que sugiere una mayor frecuencia de estas experiencias entre la población femenina.

Las diferencias entre hombres y mujeres son mucho menores cuando se analizan las experiencias asociadas con una reducción en la cantidad de alimentos consumidos. El 19.3% de los hombres y el 20.1% de las mujeres indicaron haber reducido el tamaño de sus comidas o dejado de consumir alguna comida diaria por falta de dinero. Asimismo, el

22.7% de los hombres y el 23.0% de las mujeres señalaron haber consumido menos alimentos de lo habitual debido a limitaciones económicas. En contraste, la proporción de personas que reportó haber dejado de comer alguna comida fue ligeramente mayor entre los hombres (13.5%) que entre las mujeres (12.4%).

La experiencia más severa de inseguridad alimentaria —pasar un día completo sin comer por falta de dinero,— fue reportada por una proporción reducida de la población en ambos grupos, aunque con una incidencia ligeramente mayor entre los hombres. Mientras el 6.2% de los hombres indicó haber experimentado esta situación durante los últimos doce meses, entre las mujeres la proporción fue de 2.9%.

En términos generales, los resultados muestran que las mujeres reportan con mayor frecuencia las manifestaciones menos severas de la inseguridad alimentaria, relacionadas con la preocupación por la disponibilidad de alimentos y la calidad de la dieta. Por su parte, las diferencias en las formas más severas de privación alimentaria son relativamente pequeñas y, en algunos casos, ligeramente más frecuentes entre los hombres.

Entre las personas que experimentaron limitaciones en su alimentación durante los últimos doce meses, estas situaciones tendieron a repetirse a lo largo del año y no constituyeron eventos aislados. Entre quienes indicaron haber consumido menos cantidad de alimentos o haber dejado de comer alguna de sus comidas por falta de dinero, el 19.3% reportó haber enfrentado esta situación casi todos los meses, el 54.3% señaló que ocurrió algunos meses y el 26.4% indicó haberla experimentado únicamente durante uno o dos meses del año. Esto significa que el 73.6% de quienes enfrentaron esta situación la experimentó durante más de dos meses del año.

Un patrón similar se observa entre las personas que indicaron haber consumido menos cantidad de alimentos o haber dejado de comer alguna de sus comidas por falta de tiempo. En este grupo, el 13.4% manifestó que esta situación ocurrió casi todos los meses, el 56.8% indicó que ocurrió algunos meses y el 29.8% señaló haberla experimentado únicamente durante uno o dos meses. En conjunto, el 70.2% reportó que esta experiencia se repitió durante más de dos meses del año.

En ambos casos, aproximadamente siete de cada diez personas que reportaron haber reducido la cantidad de alimentos consumidos o haber omitido alguna comida enfrentaron estas dificultades durante más de dos meses del año, lo que sugiere que estas experiencias responden a condiciones persistentes y no a episodios ocasionales. La recurrencia observada pone de manifiesto que, para una parte importante de la población, las restricciones económicas y las limitaciones de tiempo constituyen barreras continuas para mantener una alimentación adecuada, con posibles consecuencias acumulativas sobre la calidad de la dieta, el estado nutricional y la salud.

Figura 6. Prevalencia de la inseguridad alimentaria en Puerto Rico.

Variables	Hombres		Mujeres		Ambos Sexos	
	Estimado Ponderado	%	Estimado Ponderado	%	Estimado Ponderado Recién	% Prevalencia
Población adulta con inseguridad alimentaria	512,992	39.6	602,208	41.8	1,115,200	40.8
Edad						
18-24 años	59,729	54.1	50,676	45.9	110,405	47.4
25- 34 años	66,733	44.0	84,934	56.0	151,667	48.2
35- 44 años	64,791	45.1	78,870	54.9	143,661	34.8
45- 54 años	87,146	44.4	109,129	55.6	196,275	41.1
55- 64 años	73,186	41.8	101,900	58.2	175,086	38.5
65 años o más	160,843	47.6	177,063	52.4	337,906	40.1
Nivel educativo alcanzado						
No graduado de escuela superior	114,631	54.1	97,257	45.9	211,888	54.7
Graduado de escuela superior	165,942	46.5	190,922	53.5	356,864	54.7
Asistió a la universidad o escuela técnica	136,768	58.4	97,424	41.6	234,192	42.1

Graduado de universidad o escuela técnica	95,550	30.6	216,706	69.4	312,256	27.7
---	--------	------	---------	------	---------	------

Ingreso anual

Hasta \$14,999	206,089	42.0	284,599	58.0	490,688	63.9
\$15K - \$24,999	160,410	46.4	185,302	53.6	345,712	50.2
\$25K - \$34,999	76,034	48.7	80,094	51.3	156,128	32.7
\$35K - \$49,999	59,689	59.5	40,629	40.5	100,318	22.3
\$50K +	9,033	40.5	13,271	59.5	22,304	5.1

Área geográfica

Ponce	103,624	40.4	152,872	59.6	256,496	67.1
Metro	113,104	46.1	132,240	53.9	245,344	42.7
Caguas	101,015	64.7	55,113	35.3	156,128	35.3
Bayamón	62,920	43.4	82,056	56.6	144,976	40.0
Arecibo	50,664	41.3	72,008	58.7	122,672	31.9
Fajardo	37,560	42.1	51,656	57.9	89,216	45.3
Aguadilla / Mayagüez	39,790	44.6	49,426	55.4	89,216	24.1

Tamaño del hogar

Una	198,622	54.3	167,164	45.7	365,786	48.9
Dos	142,437	37.9	233,385	62.1	375,822	37.6
Tres o cuatro	157,457	47.7	172,642	52.3	330,099	37.0
Cinco o más	14,092	32.4	29,401	67.6	43,493	47.9

Estatus de

empleo						
Empleado asalariado o trabajador independiente	275,941	50.5	270,477	49.5	546,418	36.8
Desempleado	26,620	34.1	51,444	65.9	78,064	75.3
Trabaja en labores del hogar	0	0.0	111,520	100.0	111,520	52.2
Estudiante	30,979	69.4	13,659	30.6	44,638	52.8
Jubilado	165,607	55.0	135,497	45.0	301,104	37.7
No puede trabajar	16,193	48.4	17,263	51.6	33,456	64.6
Estado marital						
Casado	148,165	51.1	141,787	48.9	289,952	29.3
Divorciado	57,712	34.5	109,568	65.5	167,280	45.1
Viudo	30,780	27.6	80,740	72.4	111,520	45.2
Separado	46,214	51.8	43,002	48.2	89,216	61.1
Nunca casado	152,782	54.8	126,018	45.2	278,800	49.0
Vive en pareja sin estar casado	76,726	43.0	101,706	57.0	178,432	43.4
Colorismo						
Claro 1 - 2	190,890	39.9	287,531	60.1	478,421	36.2
3 - 4	243,450	50.3	240,547	49.7	483,997	43.5
5 - 6						
Oscuro	77,613	50.8	75,016	49.1	152,782	50.9
Vivienda						
Propietario	289,091	45.8	342,112	54.2	631,203	34.6

Alquilada	112,771	43.4	147,071	56.6	259,842	46.4
Otro arreglo	110,508	49.3	113,647	50.7	224,155	64.3
Asistencia de ayudas gubernam entales						
Si	391,712	46.4	452,494	53.6	844,206	59.0
No	121,134	44.7	149,860	55.3	270,994	25.8

Nota: Totales pueden no sumar a 100% debido a redondeo.

Nivel de seguridad alimentaria en la isla

A partir de las respuestas al módulo de seis preguntas sobre seguridad alimentaria se clasificó a los participantes en tres niveles de seguridad alimentaria: alta, baja y muy baja. Además, se definió como inseguridad alimentaria resultados en los niveles bajo y muy bajo. Los resultados muestran que el 59.2% de la población presenta un nivel alto de seguridad alimentaria, mientras que el 30.5% fue clasificado con seguridad alimentaria baja y el 10.3% con seguridad alimentaria muy baja. En conjunto, esto significa que el 40.8% de la población experimenta algún grado de inseguridad alimentaria, lo que equivale aproximadamente a cuatro de cada diez personas. Este hallazgo confirma que las limitaciones para acceder de manera constante a alimentos suficientes y nutritivos continúan afectando a una proporción considerable de la población puertorriqueña.

Como referencia histórica, el estudio publicado por el Instituto de Estadísticas de Puerto Rico en 2019 estimó que el 33.2% de la población, equivalente a aproximadamente tres de cada diez personas, experimentaba inseguridad alimentaria. En la presente investigación esa proporción aumentó a 40.8%, lo que representa aproximadamente cuatro de cada diez personas. No obstante, esta comparación debe interpretarse con cautela, ya que ambos estudios presentan diferencias metodológicas, incluyendo aspectos relacionados con el diseño muestral, el contexto en que fueron levantados los datos y algunas características del proceso de recopilación de información. Por ello, los resultados no son estrictamente comparables y no deben interpretarse como una medición exacta del cambio en la prevalencia de la inseguridad alimentaria.

Aun con estas limitaciones, la comparación ofrece un punto de referencia útil para contextualizar la evolución del fenómeno durante la última década. Considerando que entre ambas mediciones Puerto Rico enfrentó una prolongada crisis fiscal, medidas de austeridad, el impacto de los huracanes Irma y María, la secuencia sísmica del sur, la pandemia de COVID-19 y un periodo sostenido de inflación en el precio de los alimentos, el aumento observado en la proporción de personas que experimentan inseguridad alimentaria es consistente con el deterioro de las condiciones económicas y sociales

documentado durante ese periodo. En ese sentido, aunque las diferencias metodológicas impiden establecer comparaciones directas, ambos estudios constituyen una referencia valiosa para comprender la magnitud del problema y la evolución de la seguridad alimentaria en Puerto Rico a lo largo del tiempo.

Nivel de seguridad alimentaria según el sexo

Al analizar los resultados por sexo, las diferencias son relativamente pequeñas. Entre los hombres, el 60.4% presenta un nivel alto de seguridad alimentaria, el 28.7% un nivel bajo y el 10.9% un nivel muy bajo. Entre las mujeres, el 58.2% fue clasificado con seguridad alimentaria alta, mientras que el 32.0% presenta seguridad alimentaria baja y el 9.8% seguridad alimentaria muy baja. En consecuencia, la prevalencia de inseguridad alimentaria (baja o muy baja) alcanza el 39.6% entre los hombres y el 41.8% entre las mujeres, lo que evidencia que la inseguridad alimentaria afecta de forma similar a ambos sexos, aunque con una ligera mayor incidencia entre las mujeres.

Nivel de seguridad alimentaria según el ingreso anual

Los resultados muestran una relación inversa entre el ingreso anual del hogar y la prevalencia de la inseguridad alimentaria. A medida que aumenta el nivel de ingresos, disminuye de forma consistente la proporción de personas que experimentan algún grado de inseguridad alimentaria. Entre quienes reportan ingresos anuales de hasta \$14,999, el 63.9% presenta inseguridad alimentaria. Esta proporción se reduce a 50.2% entre las personas con ingresos de \$15,000 a \$24,999, a 32.7% entre quienes reciben entre \$25,000 y \$34,999, y a 22.3% entre aquellas con ingresos de \$35,000 a \$49,999. En el grupo con ingresos anuales de \$50,000 o más, la prevalencia alcanza únicamente el 5.1%.

Este patrón evidencia que el ingreso constituye uno de los principales factores asociados con la seguridad alimentaria. Los hogares con menores recursos económicos enfrentan mayores dificultades para acceder de manera estable a alimentos suficientes y nutritivos, mientras que el aumento en el ingreso reduce la probabilidad de experimentar inseguridad alimentaria. En un contexto donde la isla registra los niveles de pobreza (40.5%) y desigualdad (GINI .5428) más altos entre las jurisdicciones de Estados Unidos (ante un promedio nacional del nivel de pobreza de 12.5% y un GINI de .4832), y donde una proporción importante de los hogares destina gran parte de sus ingresos a la compra de alimentos, las familias con menores recursos enfrentan una mayor vulnerabilidad ante el aumento en el costo de vida y, particularmente, en el precio de los alimentos (U.S. Census Bureau, 2024). La elevada dependencia de las importaciones para el abastecimiento alimentario también expone a los hogares a fluctuaciones en los precios y a interrupciones en las cadenas de suministro, reduciendo aún más su capacidad para mantener una alimentación suficiente y nutritiva (Hernández et al., 2017; Comas & Sagebien, 2009). Estos resultados son consistentes con la literatura internacional, que identifica la capacidad económica de los hogares como uno de los determinantes más importantes del acceso a una alimentación adecuada y de la vulnerabilidad frente a la inseguridad alimentaria (Naciones Unidas, 2023; FAO, 2011).

Nivel de seguridad alimentaria por grupo de edad

La mayor prevalencia se observa entre las personas de 25 a 34 años, donde el 48.2% presenta algún nivel de inseguridad alimentaria. Le siguen las personas de 18 a 24 años (47.4%) y de 45 a 54 años (41.1%). Entre los adultos de 65 años o más la prevalencia alcanza 40.1%, mientras que entre quienes tienen 55 a 64 años es de 38.5%. La menor prevalencia se registra entre la población de 35 a 44 años, con 34.8%.

Los resultados obtenidos identifican que la inseguridad alimentaria es persistente a través de los distintos grupos de edad, si bien es relativamente más pronunciada entre la población más joven. La población más joven es más propensa a tener ingresos limitados, lo cual está correlacionado con mayor inseguridad alimentaria. Asimismo, es importante destacar la prevalencia de inseguridad alimentaria entre adultos mayores de 65 años, los cuales tienden a depender de ingresos fijos, como pensiones o beneficios de retiro, en un contexto de aumento sostenido en el costo de vida y de los alimentos. Además, muchas personas mayores enfrentan gastos crecientes relacionados con la atención médica y medicamentos, lo que reduce la proporción de sus ingresos disponible para la compra de alimentos. Estos hallazgos evidencian la importancia de considerar tanto a la población adulta joven como la población mayor como grupos prioritarios en las estrategias dirigidas a reducir la inseguridad alimentaria y fortalecer la seguridad económica de los hogares.

Nivel de seguridad alimentaria por área geográfica

El análisis por región del Departamento de Salud revela diferencias geográficas en la prevalencia de la inseguridad alimentaria en Puerto Rico. La región de Ponce presenta la situación más crítica, con una prevalencia de 67.1%, lo que significa que aproximadamente dos de cada tres personas experimentan algún nivel de inseguridad alimentaria. Este porcentaje supera ampliamente el promedio de la isla (40.8%) y se encuentra 26.3 puntos porcentuales por encima de la prevalencia general observada en el estudio.

Después de Ponce, las mayores prevalencias se registran en las regiones de Fajardo (45.3%) y Metro (42.7%), ambas por encima del promedio de Puerto Rico. La región de Bayamón presenta una prevalencia de 40.0%, muy cercana al promedio, mientras que Caguas (35.3%) y Arecibo (31.9%) registran niveles inferiores al promedio. La menor prevalencia de inseguridad alimentaria se observa en la región de Aguadilla/Mayagüez, donde el 24.0% de la población fue clasificada con inseguridad alimentaria, una proporción que representa poco más de la mitad de la prevalencia observada para el conjunto de la isla.

Estos resultados evidencian una importante heterogeneidad territorial en la distribución de la inseguridad alimentaria y sugieren que este fenómeno no afecta de manera uniforme a la población puertorriqueña. Las diferencias observadas entre regiones pudiesen responder a la interacción de múltiples factores, entre ellos las condiciones socioeconómicas, la estructura del mercado laboral, los niveles de pobreza, el acceso a comercios y servicios, la disponibilidad de programas de apoyo alimentario y las

características demográficas propias de cada región. En particular, la elevada prevalencia observada en la región de Ponce señala la necesidad de profundizar en los determinantes locales que podrían estar contribuyendo a una mayor vulnerabilidad alimentaria y de diseñar intervenciones focalizadas que respondan a las necesidades específicas de cada región, en lugar de asumir una realidad homogénea para toda la isla.

Nivel de seguridad alimentaria según la educación alcanzada

La mayor prevalencia se observa entre las personas que no se graduaron de escuela superior y las que solo cuentan con escuela superior, donde el 54.7% de cada grupo presenta algún nivel de inseguridad alimentaria. Le siguen las personas que asistieron a la universidad o a una escuela técnica sin completar sus estudios (42.1%) y, finalmente, graduados de universidad o escuela técnica (27.7%).

Nivel de seguridad alimentaria según el tamaño del hogar

La prevalencia de la inseguridad alimentaria varía según el tamaño del hogar. Esta alcanza su nivel más alto entre los hogares compuestos por una persona, donde el 48.9% presenta algún grado de inseguridad alimentaria. Le siguen los hogares de cinco personas o más (47.9%) y aquellos integrados por personas (37.6%) y tres o cuatro personas (37.0). En conjunto, estos resultados sugieren que la inseguridad alimentaria afecta a todos los tipos de hogares, pero con mayor frecuencia a los hogares conformados por una persona o a los hogares grandes conformados por cinco o más personas. En el contexto de Puerto Rico, este patrón podría estar relacionado con el envejecimiento poblacional, el aumento de los hogares unipersonales y la mayor presencia de adultos mayores que viven solos y dependen de ingresos fijos, así como hogares multigeneracionales.

Nivel de seguridad alimentaria según el estatus de empleo

Los resultados muestran diferencias importantes en la prevalencia de la inseguridad alimentaria según el estatus de empleo de las personas entrevistadas. La mayor prevalencia se observa entre las personas desempleadas (75.3%) el 7% de las personas que experimentan inseguridad alimentaria. En segundo lugar la población que no puede trabajar con 64.6%. Le siguen los estudiantes (52.8%) y las personas que trabajan en labores del hogar (52.2%), las personas jubiladas (37.7%), y los empleados asalariados o trabajadores independientes (36.8%). Estos resultados muestran que las poblaciones más vulnerables a la inseguridad alimentaria se encuentran fuera del mercado laboral. No obstante, el grupo trabajador también experimenta niveles altos de inseguridad alimentaria (casi 4 de cada 10 personas).

Nivel de seguridad alimentaria según el estado marital

Al analizar los niveles de inseguridad alimentaria según el estado marital se observan diferencias importantes en los niveles de seguridad alimentaria según el estado civil de las personas entrevistadas. La mayor proporción de seguridad alimentaria alta se observa entre las personas casadas, de las cuales el 70.7% presenta un nivel alto de seguridad alimentaria, mientras que el 24.6% fue clasificado con seguridad alimentaria baja y apenas el 4.7% con seguridad alimentaria muy baja. En conjunto, el 29.3% de las personas casadas experimenta algún grado de inseguridad alimentaria, la prevalencia más baja entre todos los grupos analizados.

En el otro extremo se encuentran las personas separadas, quienes presentan los niveles más elevados de inseguridad alimentaria. Solo el 38.9% de este grupo fue clasificado con seguridad alimentaria alta, mientras que el 42.5% presenta seguridad alimentaria baja y el 18.6% seguridad alimentaria muy baja. Como resultado, el 61.1% de las personas separadas experimenta algún nivel de inseguridad alimentaria, la prevalencia más alta observada en el estudio para esta variable.

Las personas divorciadas y viudas presentan patrones similares. Entre las personas divorciadas, el 54.9% registra seguridad alimentaria alta, el 35.6% seguridad alimentaria baja y el 9.5% seguridad alimentaria muy baja, lo que representa una prevalencia de inseguridad alimentaria de 45.1%. Por su parte, entre las personas viudas, el 54.8% presenta seguridad alimentaria alta, mientras que el 33.2% y el 12.0% fueron clasificadas con seguridad alimentaria baja y muy baja, respectivamente, para una prevalencia total de 45.2%.

Entre quienes nunca se han casado, el 51.1% presenta seguridad alimentaria alta, el 33.6% seguridad alimentaria baja y el 15.4% seguridad alimentaria muy baja, por lo que 49.0% experimenta algún grado de inseguridad alimentaria. En el caso de las personas que viven en pareja sin estar casadas, el 56.7% presenta seguridad alimentaria alta, el 29.7% seguridad alimentaria baja y el 13.7% seguridad alimentaria muy baja, para una prevalencia total de 43.4%.

Las personas casadas presentan los niveles más altos de seguridad alimentaria, mientras que aquellas que han experimentado una ruptura de pareja, particularmente las personas separadas, registran las mayores prevalencias de inseguridad alimentaria. Estas diferencias podrían estar relacionadas con la disponibilidad de ingresos, la estabilidad económica del hogar, las economías de escala derivadas de la convivencia y la existencia de redes de apoyo familiar.

Nivel de seguridad alimentaria según el tono de piel autopercebido

A medida que aumenta la oscuridad del tono de piel reportado, disminuye la proporción de personas con seguridad alimentaria alta y aumenta la prevalencia de inseguridad alimentaria, particularmente en su nivel de mayor severidad. Entre quienes se identificaron con un tono de piel claro (categorías 1 y 2), el 63.8% presenta un nivel alto

de seguridad alimentaria, mientras que el 27.2% fue clasificado con seguridad alimentaria baja y el 9.0% con seguridad alimentaria muy baja. En conjunto, el 36.2% de este grupo experimenta algún grado de inseguridad alimentaria.

En el grupo que se identificó con un tono de piel intermedio (categorías 3 y 4), la proporción de personas con seguridad alimentaria alta disminuye a 56.5%, mientras que la seguridad alimentaria baja aumenta a 33.3% y la muy baja a 10.2%. Como resultado, el 43.5% de las personas en este grupo presenta algún nivel de inseguridad alimentaria.

La mayor prevalencia se observa entre quienes se identifican con un tono de piel más oscuro (categorías 5 y 6). En este grupo, menos de la mitad (49.1%) presenta seguridad alimentaria alta, mientras que el 34.1% experimenta seguridad alimentaria baja y el 16.8% seguridad alimentaria muy baja. En conjunto, el 50.9% de las personas con tonos de piel más oscuros experimenta algún grado de inseguridad alimentaria, una proporción 14.7 puntos porcentuales superior a la observada entre quienes se identifican con tonos de piel claros.

Nivel de seguridad alimentaria según la vivienda reportada

Los resultados muestran diferencias en la prevalencia de la inseguridad alimentaria según el tipo de tenencia de la vivienda. La mayor prevalencia se observa entre las personas que residen en algún tipo de arreglo que no es propio ni alquilado, donde el 64.3% presenta algún grado de inseguridad alimentaria. Le siguen quienes viven en una vivienda alquilada, con una prevalencia de 46.4%, y las personas que residen en vivienda propia, con 34.6%. En conjunto, estos resultados reflejan que la mayor parte de las personas que experimentan inseguridad alimentaria reside en algún tipo de arreglo que no es vivienda propia o alquilada. Comprender el papel de la vivienda en la seguridad alimentaria requiere considerar simultáneamente otros factores, como el ingreso, la edad, el tamaño del hogar y la estabilidad económica de las familias.

Nivel de seguridad alimentaria según la participación en el Programa de Asistencia Nutricional (PAN)

En el estudio PAN 2025: Una radiografía del Programa de Asistencia Nutricional en Puerto Rico publicado por Espacios Abiertos se observó que más de 1.2 millones de personas en la isla dependen del PAN. Entre ellas poblaciones altamente vulnerables como adultos mayores (35%) y menores de 18 años (21%). Ante el alcance del programa y las características de la población que atiende, examinar los niveles de seguridad alimentaria entre sus participantes resulta fundamental para comprender en qué medida persisten las dificultades de acceso a una alimentación adecuada aun entre los hogares que reciben este apoyo.

Los resultados de este estudio muestran que entre las personas que indicaron que en los últimos 12 meses su hogar recibió beneficios del Programa de Asistencia Nutricional (PAN), el 41.0% presentó seguridad alimentaria alta, mientras que el 42.1% experimentó seguridad alimentaria baja y el 16.9% seguridad alimentaria muy baja. En conjunto, esto significa que casi seis de cada diez personas (59.0%) en hogares participantes del PAN experimentaron algún nivel de inseguridad alimentaria, a pesar de contar con este apoyo para la compra de alimentos.

Nivel de seguridad alimentaria según la percepción del estado de salud

Al analizar el nivel de seguridad alimentaria según la percepción del estado de salud de los participantes observamos una relación inversa entre ambos indicadores. Entre las personas que califican su estado de salud como excelente, el 81.9% presenta un nivel alto de seguridad alimentaria, mientras que el 15.5% se clasifica con seguridad alimentaria baja y apenas el 2.5% con seguridad alimentaria muy baja. De forma similar, entre quienes consideran que su salud es buena, dos terceras partes (66.3%) presentan seguridad alimentaria alta, en comparación con un 26.2% que experimenta seguridad alimentaria baja y un 7.5% que presenta seguridad alimentaria muy baja.

Sin embargo, este patrón cambia entre quienes perciben su salud de forma menos favorable. Entre las personas que califican su salud como regular, la proporción con seguridad alimentaria alta disminuye a 47.8%, mientras que el 37.7% presenta seguridad alimentaria baja y el 14.5% seguridad alimentaria muy baja. La situación es aún más marcada entre quienes describen su estado de salud como pobre, ya que únicamente el 25.4% presenta seguridad alimentaria alta, mientras que tres de cada cuatro personas (74.6%) experimentan algún nivel de inseguridad alimentaria. Dentro de este grupo, el 51.2% fue clasificado con seguridad alimentaria baja y el 23.4% con seguridad alimentaria muy baja, la proporción más alta de inseguridad alimentaria observada entre todas las categorías de salud.

A medida que empeora la valoración que las personas hacen de su propia salud, aumenta de manera consistente la prevalencia de inseguridad alimentaria. Si bien este análisis no permite establecer relaciones de causalidad, sí pone de manifiesto la estrecha asociación entre ambas dimensiones. La evidencia sugiere que las limitaciones para acceder de manera constante a alimentos suficientes y nutritivos pueden contribuir al deterioro de la salud, al mismo tiempo que las personas con peores condiciones de salud pueden enfrentar mayores dificultades económicas y funcionales para mantener una alimentación adecuada.

Por su parte, las personas que consideran tener un peso adecuado presentan la mayor proporción de seguridad alimentaria alta (66.2%), mientras que el 24.4% fue clasificado con seguridad alimentaria baja y el 9.5% con seguridad alimentaria muy baja. En conjunto, el 33.8% de este grupo experimenta algún nivel de inseguridad alimentaria, la prevalencia más baja entre las categorías analizadas.

En contraste, quienes perciben que tienen un peso por debajo de lo adecuado presentan los niveles más altos de inseguridad alimentaria. Solo la mitad (50.2%) fue clasificada con seguridad alimentaria alta, mientras que el 29.9% presenta seguridad alimentaria baja y el 19.9% seguridad alimentaria muy baja. En conjunto, el 49.8% de las personas que consideran tener bajo peso experimenta inseguridad alimentaria, y cerca de una de cada cinco se encuentra en la categoría de mayor severidad.

Un patrón similar se observa entre las personas que perciben tener sobrepeso. En este grupo, el 52.6% presenta seguridad alimentaria alta, el 37.8% seguridad alimentaria baja y el 9.8% seguridad alimentaria muy baja. Como resultado, el 47.6% experimenta algún grado de inseguridad alimentaria, una prevalencia considerablemente mayor que la observada entre quienes consideran tener un peso adecuado.

Las personas que perciben no tener un peso adecuado, ya sea por considerarse de bajo peso o con sobrepeso, presentan mayores niveles de inseguridad alimentaria que aquellas que consideran tener un peso adecuado. Esta asociación sugiere que la seguridad alimentaria no solo está relacionada con la disponibilidad y el acceso a los alimentos, sino también con las condiciones que influyen en el estado nutricional.

VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Los resultados de este estudio confirman que la seguridad alimentaria continúa siendo uno de los principales retos sociales, económicos y de salud pública que enfrenta Puerto Rico. La seguridad alimentaria nutricional es un reto social, económico y de salud pública y el acceso continuo a alimentos nutritivos es un factor esencial para prevenir enfermedades crónicas, mejorar la calidad de vida, reducir hospitalizaciones y promover un sistema de salud más sostenible.

Si bien desde el estudio realizado en 2015 (publicado en 2019) se han aprobado nuevas leyes relacionadas con la alimentación, persisten desafíos estructurales que requieren una respuesta coordinada, sostenida y basada en evidencia.

Incluimos tres ejes de acción que buscan servir como una hoja de ruta para fortalecer el sistema alimentario de Puerto Rico desde una perspectiva integral que reconozca la alimentación como un componente esencial del bienestar, la salud, el desarrollo económico y la resiliencia de Puerto Rico.

1. Desarrollar un marco integrado para la seguridad alimentaria nutricional

Abordar la inseguridad alimentaria como un problema estructural requiere contar con un marco común que permita comprender el funcionamiento del sistema alimentario y orientar la toma de decisiones. Para ello, resulta indispensable desarrollar mecanismos permanentes de generación, integración y monitoreo de información que faciliten la coordinación entre sectores, la evaluación de las políticas públicas y la formulación de políticas públicas basadas en evidencia. La seguridad alimentaria debe entenderse como parte de un sistema más amplio que integra alimentación, nutrición, salud pública y bienestar.

Se recomienda desarrollar un sistema integrado de indicadores que permita analizar de forma periódica la relación entre el acceso a alimentos, los patrones de consumo, la producción agrícola, la disponibilidad y precio de los alimentos, la utilización de programas de asistencia alimentaria y los principales resultados en salud.

Como parte de este esfuerzo, se recomienda incorporar el monitoreo periódico de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación, tales como obesidad, diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y otras condiciones asociadas a dietas inadecuadas. La integración de estos indicadores permitirá comprender mejor cómo la inseguridad alimentaria influye sobre la salud de la población y facilitará el diseño de intervenciones preventivas basadas en evidencia.

Este sistema deberá promover la interoperabilidad entre el Instituto de Estadísticas de Puerto Rico, el Departamento de Salud, el Departamento de Agricultura, Administración de Desarrollo Socioeconómico de la Familia (ADSEF) y otras entidades pertinentes, fortaleciendo la capacidad del país para evaluar el impacto de las políticas públicas relacionadas con la alimentación. Se recomienda además las alianzas entre aseguradoras, hospitales, centros de salud 330, médicos primarios y organizaciones comunitarias para identificar pacientes con inseguridad alimentaria e intervenir oportunamente.

La formulación de políticas públicas efectivas requiere información confiable y periódica sobre las condiciones de seguridad alimentaria de la población. Aunque la Ley Núm. 26-2022 estableció el mandato de incorporar la medición de la seguridad alimentaria como un suplemento de la Encuesta del Grupo Trabajador del Negociado de Estadísticas del Departamento del Trabajo y Recursos Humanos, este esfuerzo aún no se ha implementado de manera permanente.

Se recomienda dar continuidad al mandato establecido en la Ley 26-2022 mediante la asignación de recursos y la coordinación interagencial necesaria para institucionalizar la medición periódica de la seguridad alimentaria. Contar con indicadores consistentes permitirá monitorear tendencias, identificar poblaciones vulnerables, evaluar el impacto de las políticas públicas y medir el progreso de Puerto Rico hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible relacionados con la erradicación del hambre y el acceso a una alimentación adecuada.

2. Fortalecer un sistema alimentario resiliente e integrado

Garantizar el acceso continuo a alimentos suficientes y nutritivos exige fortalecer las capacidades del sistema alimentario en todas sus etapas, desde la producción hasta el consumo. Reducir las vulnerabilidades de la cadena de suministro, impulsar la producción local y ampliar el acceso a alimentos saludables permitirá construir un sistema más resiliente, sostenible y preparado para responder a futuras crisis.

Puerto Rico continúa dependiendo en gran medida de alimentos importados, lo que representa una vulnerabilidad estructural, particularmente frente a fenómenos naturales,

interrupciones del comercio internacional, variaciones en disponibilidad y costos de los alimentos a nivel internacional y fallas en la infraestructura energética.

En esa dirección, la aprobación de la Ley Núm. 176-2025 representó un paso importante al reconocer al sector de alimentos como un servicio esencial dentro de la política pública energética del país. Esta legislación requiere que, durante situaciones de emergencia, las agencias gubernamentales otorguen prioridad al restablecimiento del servicio eléctrico a los componentes críticos de la cadena de suministro de alimentos, incluyendo supermercados, distribuidores y otras instalaciones estratégicas.

Sobre esta base, se recomienda continuar fortaleciendo la resiliencia del sistema alimentario mediante acciones adicionales que incluyan:

- reconocer a la producción agrícola y a los agricultores como servicios esenciales durante situaciones de emergencia;
- evaluar incentivos para fortalecer la capacidad de almacenamiento y reducir costos asociados a la cadena de suministro;
- promover inversiones en infraestructura agrícola resiliente, almacenamiento, procesamiento, agregación de valor y distribución de alimentos producidos localmente;
- facilitar la formalización de los agricultores para que puedan participar de los seguros agrícolas vigentes y futuros y acelerar recuperación luego de desastres;
- desarrollar un Plan de Resiliencia Alimentaria que integre inventarios estratégicos, protocolos de continuidad operacional y mecanismos de coordinación entre el sector público y privado para garantizar el acceso a alimentos durante futuras emergencias.

La capacidad del País para producir, procesar, distribuir y comercializar una mayor proporción de los alimentos que consume incide directamente en el acceso y disponibilidad de estos para su población, y, por consiguiente, en la seguridad alimentaria.

Se recomienda continuar fortaleciendo el sistema alimentario local mediante políticas públicas que incentiven la producción agrícola, el procesamiento de alimentos, la agregación de valor, la distribución, la innovación tecnológica y el acceso a mercados para agricultores, pescadores y pequeñas empresas alimentarias.

Una mayor integración del sistema alimentario local contribuirá no solo a mejorar la seguridad alimentaria, sino también a generar empleo, fortalecer las economías regionales y aumentar la resiliencia económica del país.

Los programas de asistencia alimentaria constituyen una de las herramientas más importantes para reducir la inseguridad alimentaria en Puerto Rico. No obstante, persisten barreras administrativas, tecnológicas y geográficas que limitan su alcance y efectividad.

Se recomienda continuar modernizando la administración del Programa de Asistencia Nutricional (PAN), simplificar los procesos de solicitud y renovación, atender a la población con retos de literacia digital, fortalecer los mecanismos de transparencia y acceso a datos, y ampliar las oportunidades para que los participantes puedan adquirir alimentos frescos y producidos localmente mediante iniciativas como los Mercados Familiares.

De igual forma, se recomienda desarrollar sistemas de información en tiempo real que permitan monitorear la utilización de beneficios, la cobertura geográfica de los programas y la participación de comercios y productores.

3. Fortalecer la coordinación de política pública sobre la seguridad alimentaria

La seguridad alimentaria requiere una respuesta coordinada que trascienda la acción individual de las agencias y promueva una visión compartida de país. Fortalecer la gobernanza implica establecer principios rectores, coordinar esfuerzos intersectoriales y orientar las intervenciones hacia las poblaciones con mayor vulnerabilidad para garantizar una política pública más efectiva, equitativa y sostenible.

Los resultados de este estudio permiten identificar con mayor precisión las poblaciones y territorios con mayores niveles de inseguridad alimentaria. Se recomienda utilizar esta evidencia para orientar la asignación de recursos y el diseño de intervenciones específicas dirigidas a hogares con niños, adultos mayores, comunidades rurales, municipios con mayores niveles de inseguridad alimentaria, poblaciones con altos niveles de enfermedades crónicas y otras poblaciones particularmente vulnerables.

El desarrollo de estrategias focalizadas permitirá maximizar el impacto de las inversiones públicas y reducir las brechas existentes entre regiones y grupos poblacionales.

La alimentación adecuada constituye un derecho humano fundamental y debe servir como uno de los principios orientadores de la política pública del país.

Durante la Asamblea Constituyente de 1951-1952, el Artículo II, Sección 20 de la Constitución del Estado Libre Asociado de Puerto Rico reconocía el derecho de toda persona a disfrutar de un nivel de vida adecuado que garantizara, entre otros derechos, la alimentación, la vivienda, el vestido, la educación y la protección social. Sin embargo, luego del referéndum constitucional de 1960, esta disposición fue eliminada, por lo que los derechos allí contenidos dejaron de ser derechos constitucionalmente exigibles y pasaron a constituir principios rectores para la actuación del Estado.

A la luz de los retos actuales, se recomienda adoptar explícitamente el derecho a la alimentación adecuada como principio orientador de las políticas públicas relacionadas con la alimentación, reconociendo que la seguridad alimentaria trasciende la producción agrícola y comprende aspectos relacionados con la salud pública, el desarrollo económico, la educación, la planificación territorial, la protección social y la respuesta ante emergencias.

Asimismo, se recomienda desarrollar una estrategia interagencial con metas e indicadores compartidos que articule los esfuerzos del Departamento de Agricultura, ADSEF, el Departamento de Salud, el Departamento de Educación, el Departamento de Desarrollo Económico y Comercio, el Negociado para el Manejo de Emergencias, el Instituto de Estadísticas de Puerto Rico y los municipios.

La seguridad alimentaria no debe medirse únicamente por la ausencia de hambre. Un sistema alimentario exitoso es aquel que garantiza el acceso continuo a alimentos suficientes, nutritivos y culturalmente apropiados; fortalece la producción y distribución local; protege a las poblaciones más vulnerables; mejora la salud de la población, facilita el manejo adecuado de las enfermedades crónicas, reduce complicaciones, hospitalizaciones y costos de atención médica, disminuye la incidencia de enfermedades relacionadas con la alimentación y fortalece la resiliencia del país frente a futuras crisis económicas, climáticas y sanitarias.

Invertir en seguridad alimentaria es también invertir en salud. Un sistema alimentario que garantice acceso equitativo a alimentos saludables representa una de las estrategias más costo-efectivas para prevenir enfermedades crónicas, mejorar la calidad de vida de la población y construir un Puerto Rico más saludable, resiliente y sostenible.

Más que un problema de acceso a alimentos, la seguridad alimentaria constituye un indicador del desarrollo sostenible de Puerto Rico. Su fortalecimiento requiere una visión integrada que articule agricultura, salud pública, desarrollo económico, infraestructura, manejo de emergencias, protección social y generación de conocimiento. Solo mediante una política pública coordinada y sostenida será posible construir un sistema alimentario más justo, resiliente y capaz de garantizar el bienestar de las generaciones presentes y futuras.

REFERENCIAS

- Bezares N, Fisher C, Ramos-Gerena CE, Suarez-Gomez W, Cash SB, Nemecek T and Blackstone NT (2025) Estimating food availability and self-reliance in island territories: Puerto Rico as a case study. *Front. Nutr.* 12:1622876. doi: 10.3389/fnut.2025.1622876
- Blakely Vallecillo, V. (2025). (In)seguridad alimentaria: Una mirada a los datos. Instituto del Desarrollo de la Juventud. Recuperado de: https://cdn.prod.website-files.com/673540caa1e3cb96e03eb4b5/6845ab9cd1b5823eb2a16326_2025_food_insecurity_brief.pdf
- Caraballo-Cueto, J. (2025). *Is Puerto Rico the missing Latin American tiger?* En *The Elgar Companion to the Economies of Latin America and the Caribbean* (pp. 547–567). Edward Elgar Publishing. <https://doi.org/10.4337/9781035317202.00033>
- Comas Pagán, M., & Sagebien, J. (2009, octubre). Robustecer la cadena de suministro ante el cambio climático. *Harvard Business Review América Latina*, 87(10), 34–47.
- Departamento de Salud. (2025). Plan de Acción de Enfermedades Crónicas para Puerto Rico 2026-2030. Sección de Prevención y Control de Condiciones Crónicas, Secretaría Auxiliar de Servicios para la Salud Integral. <https://www.salud.pr.gov/CMS/DOWNLOAD/10162>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations. (2011). *Una introducción a los conceptos básicos de la seguridad alimentaria*. <https://www.fao.org/4/al936s/al936s00.pdf>
- Godreau Santiago, I. P., Morales Suárez, M. F., Franco Ortiz, M., & Suárez Rivera, M. (2018). Color y desigualdad: Estudio exploratorio sobre el uso de escalas de color de piel para conocer la vulnerabilidad y percepción del discrimen entre latinos y latinas. *Revista Umbral*, 14. <https://umbral.uprrp.edu/wp-content/uploads/2019/01/Godreau-Morales-Franco-Suarez.pdf>
- Hernández, J.C., Comas-Pagán, M. Jiménez, A. & Blas. S. (2017). La aportación de la producción local y las importaciones de alimentos en la demanda calórica de Puerto Rico. *Journal of Agriculture, University of Puerto Rico*. 101(1):121-141. <https://doi.org/10.46429/jaupr.v101i1.14298>

Hernández, J. C. (2022) *Evaluación del estado actual y el potencial de la seguridad alimentaria de Puerto Rico*.

IEPR (2026). Índice de Costo de Vida de Puerto Rico. <https://www.estadisticas.pr.gov/productos/indice-de-costo-de-vida>

Naciones Unidas. (2023). *Informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2023: Edición especial. Por un plan de rescate para las personas y el planeta*. <https://unstats.un.org/sdgs/report/2023/>

Pinheiro, P. S., Balda, A. N., Cranford, H. M., Crane, T. E., Kobetz, E. N., & Penedo, F. J. (2026). *Marriage and cancer risk: A contemporary population-based study across demographic groups and cancer types*. *Cancer Research Communications*, 6(4), 783–791. <https://doi.org/10.1158/2767-9764.CRC-25-0814>

Santiago-Torres, M., Román-Meléndez, E.M., Rodríguez-Ayuso, I. R., Ríos-Vázquez, Z. (2019). Seguridad alimentaria en Puerto Rico. Instituto de Estadísticas de Puerto Rico. Obtenido de <https://estadisticas.pr.gov/>

Sood, R., Jenkins, S. M., Sood, A., & Clark, M. M. (2019). *Gender differences in self-perception of health at a wellness center*. *American Journal of Health Behavior*, 43(6), 1129–1135. <https://doi.org/10.5993/AJHB.43.6.10>

Taller Salud. (2025). *Alimentación y dignidad: Análisis comunitario de la inseguridad alimentaria en Puerto Rico*. Taller Salud. https://www.tallersalud.com/_files/ugd/e82399_40fbc9a7f58b4c4eae0df1978360be51.pdf

United States Department of Agriculture, Economic Research Service (USDA). (2026, 30 de marzo). *Food security in the U.S.: Measurement*. U.S. Department of Agriculture. <https://www.ers.usda.gov/topics/food-nutrition-assistance/food-security-in-the-us/measurement>

U.S. Census Bureau, 2024 American Community Survey, 5-Year Estimates. U.S. Census Bureau's data.census.gov.

ANEJO I: CUESTIONARIO

Proyecto

Cuest. _____ **(1-4)**

ESTUDIO SEGURIDAD ALIMENTARIA

INTRODUCCIÓN:

Gracias por su participación en este estudio de **Espacios Abiertos** sobre la seguridad alimentaria en Puerto Rico. Este cuestionario forma parte de una investigación rigurosa que busca evaluar el acceso y la disponibilidad de alimentos en la isla. La entrevista tomará aproximadamente **10-15 minutos**. Todas las respuestas serán tratadas de manera estrictamente confidencial y utilizadas únicamente con fines de investigación. No existen respuestas correctas o incorrectas. Su experiencia y percepción son fundamentales para el análisis de la seguridad alimentaria en Puerto Rico. Si alguna pregunta no es clara, puede solicitar que se le repita o explique.

PREGUNTAS SOBRE SEGURIDAD ALIMENTARIA

1. Pensando en los últimos 12 meses, ¿qué tan difícil fue para usted obtener y comer regularmente alimentos nutritivos que apoyen la salud y el bienestar de su familia?

____ 1. Muy difícil (Pase a Preg 2)	____ 4. No muy difícil (Pase a Preg 3)	
____ 2. Difícil (Pase a Preg 2)	____ 5. Nada difícil (Pase a Preg 3)	(5)
____ 3. Un poco difícil (Pase a Preg 2)	____ 6. No conoce / Rehúsa contestar (Pase a Preg 3)	

2. Dígame cuál de las siguientes razones fue cierta para usted o su hogar en los últimos 12 meses. ENTREVISTADOR: LEA LA LISTA EMPEZANDO EN EL NÚM 2.

_____ 1. No sé, no quiero contestar (NO LEER)	6
_____ 2 . Los alimentos nutritivos son muy caros	7
_____ 3. No hay muchas opciones de alimentos saludables en las tiendas donde usualmente compro	8
_____ 4. Las tiendas o bodegas con alimentos saludables están demasiado lejos o son difíciles para llegar	9
_____ 5. No tengo coche u otro medio de transporte para llegar a las tiendas o bodegas que tienen comida saludable	10
_____ 6. No tengo suficiente tiempo para comprar comida saludable	11
_____ 7. No tengo suficiente tiempo para cocinar comida saludable	12
_____ 8. Mis utensilios de cocina o espacio de almacenamiento no son suficientes para preparar comida saludable	13
_____ 9. No sé cómo cocinar comida saludable	14
_____ 10. No sé qué tipo de alimentos se consideran saludables	15
_____ 11. A mí o a mi familia no siempre nos gusta el sabor de los alimentos saludables	16
_____ 12. Algunos de los alimentos de mi cultura son difíciles de hacer saludables	17
_____ 13. No estoy seguro si califico para programas de asistencia alimentaria como cupones de alimentos (también conocidos como PAN) o Mujeres, Bebés y Niños (WIC) que me ayudan a comprar comida saludable	18
_____ 14. Tengo limitaciones físicas o de movilidad que me dificultan preparar y comer alimentos saludables	19
_____ 15. Otro: (especifique)	20 21-22

3. En los últimos 12 meses, los alimentos que se compraron en mi hogar no duraron lo suficiente y no hubo dinero para comprar más alimentos. ¿Diría usted que esto ocurrió muchas veces, algunas veces, o nunca?

_____ 1. Muchas veces
_____ 2. Algunas veces (23)
_____ 3. Nunca

4. En los últimos 12 meses, no pude consumir comidas balanceadas por falta de dinero. ¿Diría usted que esto ocurrió muchas veces, algunas veces, o nunca?

_____ 1. Muchas veces
_____ 2. Algunas veces (24)
_____ 3. Nunca

5. En los últimos 12 meses, ¿hubo ocasiones en las cuales tuvo que servirse menos cantidad de alimentos o dejar de comer una de sus comidas diarias por falta de dinero?

_____ 1. Si (Haga preguntas 6 y 7 y continúe)
_____ 2. No (Pase a Preg. 8 y continúe) (25)

6. Si consumió menos cantidad de alimentos o dejó de comer una de sus comidas por falta de dinero, ¿Ocurrió esto casi todos los meses, algunos meses pero no todos, o en solo 1 o 2 meses?

_____ 1. Casi todos los meses
_____ 2. Algunos meses, pero no todos (26)
_____ 3. Solo 1 o 2 meses

7. Si consumió menos cantidad de alimentos o dejó de comer una de sus comidas por falta de tiempo, ¿Ocurrió esto casi todos los meses, algunos meses pero no todos, o en solo 1 o 2 meses?

- ____ 1. Casi todos los meses
- ____ 2. Algunos meses, pero no todos (27)
- ____ 3. Solo 1 o 2 meses

8. En los últimos 12 meses, ¿consumió menos alimentos de los que sentía necesitaba consumir porque no había suficiente dinero para comprarlos? *(Nota: Se refiere a si comió menos cantidad de comida de lo usual por falta de dinero.)*

- ____ 1. Si ____ 2. No (28)

9. En los últimos 12 meses, ¿hubo ocasiones en las que tuvo hambre y no consumió alimentos porque no había suficiente dinero para comprarlos? *(Nota: Se refiere a si no comió alguna comida por falta de dinero.)*

- ____ 1. Si ____ 2. No (29)

10. En los últimos 12 meses, ¿hubo ocasiones en las que no consumió alimentos durante todo un día (24 horas) porque no había suficiente dinero para comprarlos? *(Nota: Se refiere a si no comió por todo un día por falta de dinero.)*

- ____ 1. Si ____ 2. No (30)

11. En los últimos 12 meses, ¿se recibieron en su hogar beneficios del Programa de Cupones de Alimentos o del Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria? *(Esto no incluye ayudas recibidas de WIC, el Programa de Almuerzos Escolares, ni ayuda de bancos de alimentos)*

- ____ 1. Si ____ 2. No (31)

MERCADOS

12. ¿Participa usted en los Mercados Familiares del Departamento de la Familia?

- ____ 1. Si ____ 2. No (32)

13. ¿Con qué frecuencia participa usted en los Mercados Familiares del Departamento de la Familia?

- ☐ 1. Nunca
☐ 2. Rara vez
☒ 3. A veces **(33)**
☐ 4. Frecuentemente
☐ 5. Siempre

14. Pensando en los últimos 12 meses, ¿dónde adquiere usted con más frecuencia los alimentos que consume? (Marque todas las que apliquen)

- | | | | |
|---|-----------|---|--------------------------------------|
| ☐ 1.. Supermercado | 34 | ☐ 8. Banco de alimentos | 41 |
| ☐ 2. Colmado / Tiendita de Comunidad | 35 | ☐ 9. Centro Comunitario | 42 |
| ☐ 3. Farmacia | 36 | ☐ 10. Cosecha propia / huerto casero | 43 |
| ☐ 4. Guaguero (Vendedor ambulante) | 37 | ☐ 11. Cosechas vecinos / familiares | 44 |
| ☐ 5. Plaza del Mercado | 38 | ☐ 12. Otro (especifique) | 45
46-
47 |
| ☐ 6. Mercados Familiares | 39 | ☐ 13. Desconocido / Rehúsa contestar | 48 |
| ☐ 7. Mercados / Ferias agrícolas | 40 | | |

15. En los últimos 12 meses, ¿con qué frecuencia adquiere sus alimentos por siembras o cosechas propias o de sus vecinos o familiares?

- | | | |
|--|--------------------------------------|-------------|
| ☐ 1. Muy frecuentemente | ☐ 4. Rara vez | |
| ☐ 2. Frecuentemente | ☐ 5. Nunca | (49) |

_____ 3. Algunas veces

_____ 6. Desconocido / Rehúsa contestar

16. En los últimos 12 meses, ¿qué porcentaje de los alimentos que consumió provino de siembras o cosechas propias o de sus vecinos o familiares?

_____ 1. 100%

_____ 4. 25 – 49%

_____ 2. 75 – 99%

_____ 5. 0 – 24% (50)

_____ 3. 50 – 74%

_____ 6. Desconocido / Rehúsa contestar

17. ¿Cuál de las siguientes aseveraciones describe mejor su consumo de alimentos:

UNA SOLA RESPUESTA

_____ 1. Cocino o como la mayoría del tiempo en mi casa

_____ 2. Compro mayormente alimentos en un restaurante de comida rápida (51)

_____ 3. Compro mayormente alimentos en restaurantes locales o fondas

18. Pensando en los últimos 30 días, aproximadamente ¿cuánto gastó en alimentos para preparar y consumir en el hogar? (Nota: Incluya compras de alimentos en supermercados, colmados y farmacias. (Excluya productos de limpieza o cuidado personal.)

(52) _____ 1. Monto: \$ _____ (54-57) (58)

_____ 2. No sabe / Rehúsa contestar

19. En los últimos 30 días, ¿cuánto gastó su hogar en comidas preparadas fuera del hogar (restaurantes, fondas) y servicios de entrega ('delivery')?

(53) _____ 1. Monto: \$ _____ (59-62) (63)

_____ 2. No sabe / Rehúsa contestar

20. En los últimos 30 días, ¿utilizó beneficios de PAN o WIC para comprar alimentos para su hogar?

(64) _____ 1. Si _____ 2. No _____ 3. No sabe

21. Comparado con un mes típico, ¿el gasto de este último mes fue...?

_____ 1. Menor de lo normal _____ 3. Mayor de lo normal (65)
_____ 2. Típico _____ 4. No sabe

22. En promedio, ¿qué porcentaje de los ingresos mensuales del hogar se destina a alimentos?

_____ 1. <10% _____ 4. 40 – 59%
_____ 2. 10 – 24% _____ 5. >60% (66)
_____ 3. 25 – 39% _____ 6. No sabe

23. ¿Cuánto siente que la falta de transporte o de recursos de apoyo en su comunidad o familia, así como el aislamiento social y la soledad, afectan su acceso a alimentos saludables, suficientes y de calidad, y a servicios nutricionales?

_____ 1. Nada _____ 4. Bastante
_____ 2. Poco _____ 5. Mucho (67)
_____ 3. Algo

24. ¿Cuánto considera usted que la falta de acceso a alimentos saludables y servicios nutricionales ha afectado su salud física?

_____ 1. Nada _____ 4. Bastante
_____ 2. Poco _____ 5. Mucho (68)
_____ 3. Algo

25. En términos generales, ¿Cómo describiría usted su estado de salud?

_____1.
Excelente

_____3. Regular

_____2. Buena

_____4. Pobre **(69)**

26. ¿Cómo describiría usted su peso?

_____1. Estoy bajo peso

_____3. Estoy algo sobrepeso **(70)**

_____2. Mi peso es
adecuado

_____4. Estoy bastante / muy
sobrepeso

27. Utilizando una escala de 1 al 5 donde:

5 = Completamente de acuerdo

4 = De acuerdo

3 = NI de acuerdo ni en desacuerdo

2 = En desacuerdo

1 = Completamente en desacuerdo

Por favor indique su nivel de acuerdo con las siguientes aseveraciones:

	Completamente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo	
	5	4	3	2	1	
Comparado a dos años atrás, la situación económica de mi familia, en general, ha empeorado.						71
Mi situación económica y la de mi familia, debe mejorar en el próximo año						72
Se nos hace difícil cubrir todos nuestros gastos con los ingresos que recibimos.						73
Los aumentos de precio de muchos productos y servicios afectan mi capacidad de comprar los mismos.						74
Los aumentos de precio de muchos alimentos afectan mi capacidad de comprar los mismos.						75
Educación sobre la pobreza que existe en Puerto Rico puede ser una herramienta que ayude a reducir la misma.						76
La realidad sobre la pobreza existente en Puerto Rico debe ser tema de discusión en todos los niveles						77

educativos: elemental, superior y postsecundarios.						
--	--	--	--	--	--	--

PREGUNTAS SOCIODEMOGRÁFICAS:

A. EDAD: _____ **FAVOR ANOTAR NÚMERO EXACTO .(78-79) (80)**

B. GÉNERO:

_____1. Masculino _____3. Persona no-binaria _____4. Hombre trans **(81)**
 _____2. Femenino _____5. Mujer trans

C. COLORISMO:

Utilizando una escala del 1 al 6 en la que 1 es el tono de piel más claro y 6 el más oscuro, ¿Cómo describiría su color de piel?

Claro					Oscuro	(82)
1	2	3	4	5	6	

D. MUNICIPIO DE RESIDENCIA:

¿En cuál municipio reside actualmente? _____
(83-84)

Zona: _____ **(85)**

E. EDUCACIÓN ALCANZADA:

¿Cuál es el nivel educacional más alto alcanzado por usted? **(86-87)**

_____1. Menos de Primer Grado _____5. GED o Examen equivalente _____9. Bachillerato
 _____2. Primer grado a Grado 11 _____6. Estudios Técnicos _____10. Maestría
 _____3. Grado 12 (Cuarto año sin _____7. Alguna educación _____11. Grado Profesional

universitaria

4. Diploma Escuela Superior

8. Grado Asociado

12. Doctorado

F. INGRESO ANUAL FAMILIAR:

¿Cuál es el ingreso total y anual de esta familia?

(Cuenta a todos los miembros que trabajan a tiempo completo y a tiempo parcial.)

FAVOR ANOTAR NÚMERO EXACTO .(88-93) (94)

G. CANTIDAD DE PERSONAS EN EL HOGAR:

¿Incluyéndose usted, cuántas personas viven en su hogar? (95-96)

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

H. VIVIENDA:

_____1. Propietario(a) _____2. Alquilada _____3. Otro arreglo **(97)**

I. ESTADO CIVIL:

 1. Casado(a) 4. Separado(a)

 2. Divorciado(a) 5. Nunca estuvo casado(a) **(98)**

 3. Viudo(a) 6. Vive en pareja sin estar casado(a)

J. ESTATUS DE EMPLEO:

____ 1. Empleado asalariado o trabajador independiente
____ 2. Desempleado(a)
____ 3. Trabaja en labores del hogar (ama de casa)

____ 4. Estudiante
____ 5. Jubilado(a) **(99)**
____ 6. No puede trabajar

K. ASISTENCIA / AYUDAS GUBERNAMENTALES:

a. ¿Alguien en su hogar recibe alguna ayuda del gobierno?

_____ 1. Si (Continúe) _____ 2. No (Termine) **(100)**

**b. ¿Cuál o cuáles ayudas de gobierno se reciben? MARQUE TODOS LOS QUE
MENCIONE ...Y AÑADA OTROS**

(101) _____ 1. MEDICARE TRADICIONAL

(102) _____ 2. MEDICARE ADVANTAGE

(103) _____ 3. MEDICAID (VITAL / REFORMA)

(104) _____ 4. TARJETA DE LA FAMILIA (PAN, "Cupones",)

(105) _____ a. T.A.N.F. (Temporary Assistance to Needy Families)

(106) _____ 5. PLAN W.I.C.

(107) _____ 6. PLAN 8 (o cualquiera otra ayuda de subsidio de vivienda)

(108) _____ 7. OTRAS AYUDAS (ESPECIFIQUE)_____ **109-**

110

¡GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN!!

867 Ave. Muñoz Rivera
Suite D 101, San Juan
Puerto Rico 00925-2127

espaciosabiertos.org

