

Una red interinstitucional para una alimentación saludable y soberana

En este artículo presentamos un trabajo interinstitucional en localidades de la provincia de Río Negro que aborda la temática de la alimentación

Los problemas relacionados a la alimentación en la población son cada vez más graves, fundamentalmente los nutricionales asociados al sobrepeso y a la desnutrición. Distintas fuentes demuestran, en esta década, el excesivo consumo de grasas, especialmente saturadas y de azúcares libres, así como la falta de fibra en la alimentación. Por su parte, los principales resultados arrojados por la Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (4° EFNR, 2019) realizada durante el año 2018 indican que el tan sólo el 6% de la población consume al menos las 5 porciones recomendadas de frutas o verduras diarias y que el 66,1% padece sobrepeso (33,7%) u obesidad (32,4). La epidemia de exceso de peso a nivel nacional e internacional continúa aumentando desde 1980. Los datos son alarmantes si se tiene en cuenta que la obesidad entre adultos creció de un 20,8% (2013) a un 25,4% (2018) en tan solo 5 años en el país.

En cuanto a datos locales, según la evaluación antropométrica realizada en niños/as en edad escolar durante 2018 en la Ciudad de General Roca, sobre un total de 3200 niños evaluados, un 33% posee problemas alimenticios, siendo un 18% por obesidad, 14,5% por sobrepeso y 0,5% por bajo peso (DAPA-Hospital Francisco López Lima).

Existen otras enfermedades crónicas asociadas a la obesidad, como la diabetes, las cardiopatías y ciertos tipos de cánceres que también van en aumento, además de los efectos en la calidad de vida de los grupos etarios más jóvenes de la población. Definitivamente, la forma en la que nos estamos alimentando, bajo un modo industrial de producción de alimentos, nos está enfermando.

Cada vez más se eligen y consumen alimentos con menor valor nutricional y mayor valor calórico. Los estilos de vida son cada vez más sedentarios, favorecidos por los avances en la urbanización y el impacto de la tecnología (Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina, Buenos Aires 2016).

La alimentación humana es, sin duda, un evento

complejo que involucra otros aspectos además de los nutricionales. Es necesario abordarla desde la producción de alimentos, como desde su distribución y consumo, porque en el plato sobre la mesa se cristalizan todas las relaciones sociales, todas las etapas de la cadena. No podemos abordar la alimentación tan sólo desde los casos clínicos, que sólo son el síntoma del funcionamiento de un sistema (Patricia Aguirre, 2018).

Cómo nos alimentamos se encuentra condicionado por factores socioeconómicos tales como los ingresos, el precio de los alimentos, la accesibilidad a alimentos frescos y al agua potable, la oferta de productos de agricultores locales, los conocimientos e identidades culturales de los individuos y de las familias, las tramas sociales. Por ello la alimentación no es tan sólo nutrientes, también es sentidos, es cultura y hábitos, y manifiesta nuestra situación en el mundo.

Si bien la producción agroalimentaria ha avanzado hacia una producción suficiente de alimentos para la población y durante muchos años esa fue la gran preocupación, el problema hoy reside claramente en la distribución, el consumo y la calidad de esos alimentos. Se ha generado un enorme "...desbalance a nivel global de lo que producimos respecto de lo que consumimos, ya que hay más personas con sobrepeso que con desnutrición" (Organización Mundial de la Salud. 2016 Obesidad y sobrepeso, en: Garibaldi *et al.*, 2018).

Los alimentos no se distribuyen equitativamente en la población, sino bajo mecanismo de mercado. A mayores ingresos se accede a alimentos más diversos y con mayores nutrientes, mientras que los sectores de menores ingresos acceden principalmente a alimentos menos diversos, con mayores contenidos de harinas refinadas, grasas y azúcares refinadas.

La industria agroalimentaria produce alimentos procesados, atractivos en sus envoltorios, muy gustosos al paladar y sobre todo deseables, pero no siempre alimentan. La industria busca vender y vender más, no necesariamente vender mejor. Por eso lo deseable es

sigue >>

volver a alimentos lo menos procesados posibles, caseros, con materias primas de calidad, realizados en una cadena más corta de distribución.

Las oportunidades regionales

Se presenta como una oportunidad para los habitantes del Alto Valle residir en una región que se especializa en la producción frutihortícola, con una variada oferta de frutas y verduras de distintas especies, así como producción pecuaria a pequeña escala. Sin embargo, todavía es muy alto el porcentaje de lo que ingresa de producción vegetal de otras regiones, especialmente en los meses de temperaturas más bajas. La potencialidad de producir dichos alimentos localmente es muy alta debido a la disponibilidad de tierra productiva y bajo riego y el conocimiento de los productores y emprendedores locales.

Por su parte, son altas las posibilidades para generar una producción regional fuertemente orientada a la agroecología y producción orgánica, por las características eco sistémicas de la zona y la baja presencia de plagas. Si bien existen algunas experiencias de contacto directo de consumidores y productores como ferias y puestos, es necesario profundizar y fortalecer estos espacios de intercambio, si se quiere favorecer el consumo local y la soberanía alimentaria regional.

También son excelentes las posibilidades para trabajar el otro aspecto de una alimentación saludable, que es la actividad de la vida cotidiana y la actividad física de la población, por el entorno eco sistémico y la imbricación fuerte en el valle entre la zona rural y urbana, la cercanía de variados paisajes de uso recreativo y eventos naturales. A través de la tecnología, se han ido reemplazando todas las actividades que involucraban esfuerzos, cada vez nos movemos menos y se incrementa el sedentarismo, que necesariamente enferma nuestro cuerpo y sus sistemas componentes.



sigue >>

La construcción de una red de trabajo

Planteado todo lo anterior, vemos la contradicción profunda en la que nos encontramos. Para comer en forma saludable, tenemos que ir en contra de las tendencias de nuestra sociedad. Mientras existe una fuerte publicidad que nos empuja a consumir todo el día y todo lo posible, mientras existe hoy una disponibilidad excedentaria de energía barata y micronutrientes caros, comer saludable significa otra cosa. Por eso la necesidad de trabajar en la temática de manera interinstitucional para aportar a políticas de estado que viabilicen nuevos sistemas de producción, distribución y consumo.

No hay manera de pensar cambios en los modelos de producción agroalimentarios, en sistemas sostenibles, en un mayor consumo de frutas y verduras, si ello no se encuentra acompañado por un cambio profundo en los hábitos de alimentación de la población.

Si bien hace ya dos años que desde las Agencias de Extensión Rural General Roca y Villa Regina de INTA se viene trabajando a través de jornadas, asesoramiento y capacitaciones en temas tales como autoproducción en huerta, elaboración de alimentos (platos, conservas, deshidratados, bebidas), buenas prácticas de manipulación y elaboración, soberanía alimentaria, acompañamiento a ferias, transición de productores hacia la agroecología, horticultura y fruticultura sustentable, comidas saludables; hemos llegado a un punto donde consideramos que el trabajo interinstitucional e interdisciplinario se presenta como ineludible y como la riqueza del abordaje regional.

Desde inicio de este año se ha convocado a distintas instituciones de diversas áreas de gobierno municipal, provincial y nacional, de salud (hospitales), educación (nivel inicial, universidades, formación docente, Consejo provincial), del arte y la cultura, involucrando a organizaciones de productores y a consumidores como parte de nuestros proyectos, a formar parte de una red de trabajo que aborde la alimentación y sus problemáticas en el contexto actual desde una mirada compleja, lo que incluye distintas dimensiones: nutrición, cultura, acceso en relación a los ingresos, disponibilidad, entramado social, mercados locales, educación, intervención estatal, autoproducción de alimentos. Por su carácter complejo, necesitamos pensar en múltiples estrategias complementarias y en un espacio de trabajo diverso y esa interinstitucionalidad está dada en la región del Alto Valle Este. Los objetivos de dicho espacio son:

- *Conformar una red de referentes locales.*
- *Generar un diagnóstico compartido bajo un enfoque común.*
- *Planificar y desarrollar estrategias conjuntas y/o complementarias, con intervenciones concretas de imple-*

mentación en territorio y construcción de conocimiento que sirva de insumo para la ejecución de políticas públicas.

¿Porque hablamos de alimentación saludable y soberana? Porque la soberanía alimentaria se refiere a apropiarse del derecho a decidir lo que comemos y a superar los límites definidos por la industria, el mercado, el dinero y la economía global. Supone convertir el acceso al alimento en un derecho autónomo, liberado de la oferta y la demanda como reglas del mercado y más atento a las circunstancias socio-culturales de los pueblos. Este concepto introducido por primera vez en la Cumbre Mundial de la Alimentación de 1996 propone que sean los mismos habitantes quienes decidan sobre los modos de producción y consumo, "priorizar los mercados locales y nacionales, fortaleciendo la agricultura, la pesca y la ganadería familiar y colocando la producción alimentaria, la distribución y el consumo sobre la base de la sostenibilidad social, económica y medioambiental". La posibilidad de los pueblos de cultivar sus propios alimentos, valorar las tradiciones ancestrales y los productos regionales son factores claves como parte de un cambio cultural que demanda este mismo concepto

Ya se realizaron varias jornadas tanto en Roca como en la localidad de Villa Regina y se avanzó en la sistematización de datos, problemáticas y posibles formas de intervenir. El compromiso asumido en las distintas convocatorias y la riqueza de los aportes augura un excelente trabajo hacia adelante y caminos a desandar, en una trayectoria con enormes desafíos.

La producción agroalimentaria vista desde las problemáticas de la alimentación nos permite como institución abocada al trabajo en el agro identificar graves problemas en la distribución, el consumo y la calidad de esos alimentos y repensar estrategias de intervención. Una modificación en los hábitos de alimentación y consumo tiene consecuencias directas sobre la estructura productiva y las formas de comercialización regional. •