



Intersections

Teoría & práctica trimestral del CCM

Invierno 2017

Volumen 5, Número 1

Compilada por Leah Reesor-Keller y Martha Kimmel

Nutrición: más que sólo comida

2 Abordando las barreras culturales a la nutrición en Nepal por Honey Gurung y Ram Hari Ghimire

4 La educación de la madre como predictor de la desnutrición infantil en Nepal por Derek Lee y Shemlal Hembrom

5 Un enfoque holístico a la nutrición sostenible por Md. Shahjahan Ali Sarker y Md. Mokhlesur Rahman

8 Involucrando a estudiantes en la seguridad alimentaria y nutrición familiar por Md. Arefur Rahman y Md. Mokhlesur Rahman

10 Mejorando el acceso a los alimentos frescos en Labrador por Deanne Climenhage

12 Promoción de fuentes locales de alimentos para mejorar la nutrición por Lauren Wade con el aporte de Arouna Yameogo

14 Programación nutricional sensible al género y la cultura por Martha Kimmel y Leah Reesor-Keller

La nutrición y desnutrición se consideran, a menudo, cuestiones técnicas sobre el consumo de alimentos. ¿Estamos comiendo la cantidad correcta de comida? ¿Estamos comiendo los tipos adecuados de alimentos para obtener las vitaminas y minerales que nuestros cuerpos necesitan? Sin embargo, esta visión técnica de la nutrición no toma en cuenta muchas de las barreras potenciales para obtener las cantidades adecuadas de los tipos adecuados de alimentos. Al hacerlo, también oculta las oportunidades para abordar las barreras culturales y sociales para mejorar la nutrición. Las personas autoras en este número de Intersections exploran maneras de expandir nuestra comprensión de la nutrición con el fin de ampliar las oportunidades para mejorar las prácticas y resultados de la nutrición.

Aunque muchos programas de nutrición aún enfatizan las capacitaciones sobre la diversidad de la dieta o mayor acceso a los alimentos, la idea de que los programas de nutrición fuertes requieren un enfoque amplio no es nueva. En la década de 1990, UNICEF desarrolló un marco de tres niveles con los factores que afectan la buena nutrición. A nivel individual, la desnutrición puede ser causada por factores inmediatos, como la falta de alimentos o la diversidad dietética inadecuada. A nivel familiar y comunitario, factores subyacentes como las prácticas de cuidado infantil, pobreza de ingresos o un ambiente poco saludable también pueden conducir a la desnutrición. A nivel social, los factores sociales, culturales, económicos y políticos contribuyen a la voluntad individual y familiar y la capacidad de practicar una buena nutrición. Este marco no sólo amplía la imagen de las barreras a la buena nutrición más allá de una cuestión técnica de calorías y vitaminas: también amplía el alcance de las intervenciones nutricionales. La programación de la nutrición puede funcionar desde cualquiera de estos niveles, aunque, como vemos en los artículos a continuación, el trabajo que aborda las barreras a la buena nutrición en una variedad de niveles tiene el mayor potencial para impactar positivamente la nutrición.

En este número, buscamos ver cómo los temas de cultura, género, dinámicas del poder familiar y un entorno cambiante contribuyen a la desnutrición. Colaboradores de Nepal, Bangladesh, Burkina Faso y Canadá describen enfoques contextualmente apropiados para combatir la malnutrición en diferentes niveles. Si bien estas personas escriben desde contextos diversos, surge una coincidencia en sus artículos, a saber, la importancia del conocimiento local del contexto social y cultural y las fuertes relaciones comunitarias en el desarrollo de intervenciones nutricionales relevantes.

Leah Reesor-Keller y Martha Kimmel sirven con el CCM en Nepal como co-representante y asesor de seguridad alimentaria, respectivamente.

Abordando las barreras culturales a la nutrición en Nepal

Meeker, Jessica, Stephen Thompson, Inka Barnett. *Nutrition Topic Guide*. (October 2013). Available at www.heart-resources.org/wp-content/uploads/2013/10/HEART-Nutrition-Topic-Guide.pdf.

European Union and UNICEF. *Multi-Sectoral Approaches to Nutrition: Nutrition-Specific and Nutrition Sensitive Interventions to Accelerate Progress*. Available at www.unicef.org/eu/files/101322_000_Unicef_Brief_NutritionOverview_A4_v1r15.pdf.

En el contexto nepalí, el acceso de los hogares a alimentos suficientes no garantiza que todos los miembros del hogar estén bien nutridos. Las creencias culturales sobre el consumo de alimentos pueden conducir a un bajo nivel nutricional, en particular para los grupos altamente sensibles, como las mujeres embarazadas y lactantes y menores de corta edad. Las creencias profundamente arraigadas sobre los alimentos pueden presentar barreras que inhiben la adopción de nuevas y más nutritivas prácticas de consumo de alimentos. A su vez, estas barreras se ven agravadas por bajos niveles de educación formal en las zonas rurales de Nepal y por fuertes jerarquías en las familias en las que los miembros de la familia más viejos y de mentalidad más tradicional toman decisiones sobre el consumo de alimentos en el hogar. Este artículo explora la importancia de involucrar a múltiples actores dentro del hogar con el fin de cambiar las perspectivas culturales sobre la nutrición.

Un ejemplo de una práctica cultural común que afecta a la nutrición en Nepal es la categorización de los alimentos en ‘caliente’ o ‘frío’. Estas categorizaciones, sin relación con la temperatura física de los alimentos, reflejan las percepciones de cómo los alimentos afectarán al cuerpo después del consumo. Durante períodos críticos como el embarazo, lactancia y enfermedad, es una práctica común evitar comer alimentos clasificados como “fríos” para proteger al cuerpo en su estado vulnerable. Por ejemplo, las mujeres embarazadas pueden ser advertidas para evitar comer ciertas frutas y verduras ricas en vitaminas como la papaya o espinaca porque estos alimentos se consideran fríos.

Otras prácticas culturales que afectan la nutrición pueden afectar a los varios miembros del hogar de manera diferente. Los bebés varones son comúnmente amamantados exclusivamente hasta los seis meses de edad, mientras que a las bebés mujeres se les ofrece generalmente su primer alimento sólido antes, a los cinco meses de edad. En algunos grupos culturales, las mujeres miembros de la familia comen de último, después de que todos los demás miembros de la familia se hayan llenado. En última instancia, estas prácticas pueden contribuir a un peor estado de salud, incluyendo anemia y desnutrición para menores de tres años y para mujeres durante el embarazo y lactancia.

La falta de conocimiento nutricional es la razón principal de la persistencia de tradiciones que influyen negativamente el estado nutricional en la comunidad. Para hacer frente a esta situación, el Instituto Rural para el Desarrollo Comunitario (RICOD -siglas en inglés) ha estado difundiendo conocimientos y habilidades de nutrición apropiados en las comunidades rurales de la parte sur del distrito de Lalitpur. En estas capacitaciones, RICOD aumentó la concientización acerca de las prácticas nutricionales eficaces dirigidas no sólo a las madres de menores pequeños y mujeres embarazadas, sino también a quienes tradicionalmente tienen poder de decisión en sus hogares, a saber, las suegras, suegros y maridos de las mujeres. Con el fin de garantizar que estas capacitaciones, que tenían el objetivo de cambiar la práctica tradicional, también fueran culturalmente sensibles, el personal de RICOD se centró en brindar orientación nutricional general, como aconsejar a las mujeres embarazadas a consumir dietas ricas en vitaminas en lugar de enfocar y criticar prácticas culturales específicas, tales como evitar las verduras de hoja verde (un alimento ‘frío’ pero rico en vitaminas) durante el embarazo.

En general, las capacitaciones eran dirigidas a las mujeres con menores pequeños, enseñando, en profundidad, un currículo de nutrición en grupos de madres y luego

revisando y haciendo cursos de actualización en ese currículo. Las suegras también eran, a menudo, parte de estos grupos, así que estos talleres incluyeron a las personas con más poder en la toma de decisiones en el hogar. Además, RICOD organizó talleres para hombres en los hogares seleccionados, ya que las decisiones en Nepal, sobre la compra de alimentos y sobre los planes agrícolas son tradicionalmente hechas por jefes de hogar masculinos, incluidos los suegros y maridos de las mujeres con menores pequeños. Por lo tanto, la comprensión de los hombres era crucial para que los hogares comenzaran a poner en práctica los nuevos conocimientos nutricionales. RICOD también promovió el aprendizaje e intercambio de oportunidades entre mujeres y hombres sobre la importancia de la nutrición para las mujeres y menores durante los períodos vitales. Estas reuniones tenían como objetivo reducir las barreras culturales para lograr poner en práctica el conocimiento de la buena nutrición.

Más recientemente, RICOD organizó capacitaciones de sensibilización nutricional para adolescentes en edad escolar (hombres y mujeres) para proporcionar conocimientos a las generaciones más jóvenes. No sólo la información nutricional es importante para estos adolescentes como futuras madres y padres, sino que también estos jóvenes tienden a estar bien situados para difundir la información a sus madres, padres, vecinas y vecinos.

Además de enseñar nueva información, RICOD reconoció la importancia de la educación entre iguales en el cambio de la práctica tradicional. Para promover el aprendizaje e intercambio de oportunidades entre las mujeres, RICOD trabajó con grupos de madres existentes vinculados a los puestos de salud locales para fortalecer su funcionamiento. A través de estas reuniones, las participantes intercambiaron ideas y compartieron conocimientos sobre nutrición y salud. Las participantes también compartieron los nuevos conocimientos que obtuvieron de los grupos con sus vecinas y familiares. RICOD también promovió la horticultura y empoderó a las mujeres proporcionando acceso al capital a través de préstamos rotatorios administrados por estos grupos de mujeres. Los huertos aumentaron el acceso de las mujeres a las verduras de cosecha propia, mientras que los préstamos rotatorios estimularon a las pequeñas empresas que, a su vez, generaron ingresos adicionales para que los hogares pudieran comprar alimentos nutritivos.

Al mismo tiempo de promover la educación entre iguales a través de los grupos de mujeres, RICOD impartió capacitaciones intensivas a personas educadoras voluntarias sobre buenas prácticas de nutrición. Estas personas son jóvenes que residen en la comunidad local que visitan regularmente a los hogares con el objetivo de motivarlos a practicar buenos hábitos alimenticios. Además, algunas asisten a las reuniones mensuales del grupo de madres, donde conducen debates sobre temas relacionados con la nutrición.

El trabajo de RICOD ha llevado a aprendizajes importantes para los futuros programas de nutrición. En particular, la comprensión de las creencias y hábitos alimenticios tradicionales es esencial para saber cómo promover mejores prácticas de nutrición. Debe hacerse una amplia difusión de la información nutricional para enseñar a muchas personas dentro de una comunidad. RICOD también encontró que trabajar con más de un miembro de la familia es clave para cambios en las prácticas tradicionales. Mediante la capacitación de tanto hombres como mujeres, y de tanto las generaciones más jóvenes como las más viejas, sobre la importancia de una buena práctica de nutrición, RICOD fue más eficaz en la creación del cambio dentro de los hogares. No todo este cambio fue fácil. Cambiar las creencias tradicionales de las generaciones más viejas fue un reto, ya que toma mucho tiempo cambiar la práctica y comportamiento tradicionales. Incluso ahora, no todo el mundo ha cambiado sus prácticas tradicionales. El trabajo de RICOD y los resultados alentadores demostraron, sin embargo, que la exposición a mejores hábitos alimenticios y el seguimiento pueden conducir a un cambio de conocimientos, habilidades y prácticas.



La comprensión de las creencias y hábitos alimenticios tradicionales es esencial para saber cómo promover mejores prácticas de nutrición”.



Aprende más

Adhikari, Ramesh Kant. *Food Utilization Practices, Beliefs and Taboos in Nepal: An Overview*. United States Agency for International Development, Global Health Technical Assistance Project (May 2010). Available at pdf.usaid.gov/pdf_docs/pnaeb772.pdf.

Alonso, Elena Briones. *The Impact of Culture, Religion and Traditional Knowledge on Food and Nutrition Security in Developing Countries*. FOODSECURE Working Paper No. 30 (March 2015). Available at www3.lei.wur.nl/FoodSecurePublications/30_briones.pdf.

Khatry, Subarna K., Steven C. LeClerq and Sharada Ram Shrestha. "Eating Down in Pregnancy: Exploring Food-Related Beliefs and Practices of Pregnancy in Rural Nepal." *Ecology of Food and Nutrition* 45 (2006): 253-278. Available at www.k4health.org/sites/default/files/Eating%20down%20Nepal%20article_Caroline%20sent.pdf.

Además, la educación entre iguales y la coordinación por parte de organizaciones no gubernamentales, organizaciones como RICOD con otros proveedores de salud, como Mujeres Voluntarias de Salud Comunitaria, son importantes para que las personas escuchen regularmente el mismo mensaje sobre buenas prácticas de nutrición de múltiples fuentes. La movilización de miembros de la comunidad local para difundir el conocimiento nutricional puede ayudar a reducir las barreras culturales a través de la educación entre iguales y el seguimiento regular. Esa regularidad es la clave para cambiar las prácticas. Cambiar la tradición es un proceso lento, pero los nuevos conocimientos y la comprensión puede, con el tiempo, conducir a cambios positivos en la práctica y salud nutricional.

Honey Gurung es coordinadora de campo y Ram Hari Ghimire es director ejecutivo del Instituto Rural para el Desarrollo Comunitario (RICOD).

La educación de la madre como predictor de la desnutrición infantil en Nepal

Muchas personas asumen que la inseguridad alimentaria familiar es la razón principal detrás de la desnutrición infantil y retraso del crecimiento. En pocas palabras, el supuesto común es que los menores tienen un peso insuficiente porque las familias carecen de acceso a cantidades suficientes de alimentos saludables. Sin embargo, un estudio de investigación realizado por Brethren in Community Welfare Society (BICWS) en la región de las planicies del sur de Nepal sobre las barreras socioeconómicas y culturales a la buena nutrición encontraron una imagen más complicada. Las conclusiones del estudio implican que, mientras mejorar la seguridad alimentaria de los hogares puede ser necesario, sólo hacer eso es insuficiente para mejorar el estado nutricional de los menores. Los resultados sugieren que la desnutrición y retraso en el desarrollo físico, en este contexto, son el resultado de interconexiones socioeconómicas, educativas y factores de salud. Este estudio, junto con otras investigaciones, sugiere que una estrategia integrada que mejore el bienestar socioeconómico general de las familias, la educación materna y el conocimiento de las prácticas alimentarias del lactante y menores pequeños, será más efectiva y sostenible para mejorar la nutrición de la niñez que vive en la pobreza.

BICWS funciona como el brazo de servicio de la Conferencia de Iglesias de los Hermanos en Cristo en Nepal, con sede en la ciudad suroriental de Biratnagar. Debido a que muchas familias en el área de trabajo de BICWS son hogares rurales sin tierra enfrentando la desnutrición, el BICWS y el CCM trabajaron juntos para desarrollar un proyecto de seguridad alimentaria financiado por la cuenta del CCM en el Foods Resource Bank, que incluía alimentos suplementarios para la niñez malnutrida como uno de los componentes del proyecto, junto con huertos familiares y apoyo a la producción comercial de hortalizas y peces.

A pesar de la eficacia a corto plazo de los alimentos complementarios vista en muchas de las personas participantes del proyecto, algunos menores malnutridos mostraron un crecimiento inadecuado durante el año de apoyo nutricional, lo que les llevó a la reinscripción por otro año. En 2015, BICWS realizó un proyecto de investigación con el objetivo de descubrir las barreras socioeconómicas y culturales y los factores de riesgo para el desarrollo y recuperación saludable de la infancia. El estudio incluyó entrevistas detalladas con los hogares participantes cuyos menores no se recuperaron de la desnutrición y con los hogares participantes cuyos menores se recuperaron rápidamente.

Los resultados del estudio sugieren que la hipótesis inicial de que la inseguridad alimentaria es la principal causa de la malnutrición de la infancia es cierta, aunque sólo para los casos más extremos de hogares enfrentando pobreza y deuda. Es lógico

pensar que una deuda significativa y la inseguridad financiera relacionada con la misma, son los principales factores de riesgo de la malnutrición infantil. Las familias agobiadas por grandes pagos de deudas tienen poca o ninguna seguridad durante períodos de estrés, como huelgas, enfermedades o desastres. En 2015 Nepal sufrió una serie de factores estresantes concurrentes, incluyendo un terremoto devastador, disturbios políticos a nivel nacional, huelgas y el bloqueo económico de la India. La salud fue una de las primeras cosas en deteriorarse. En lugar de una caída significativa en la ingesta calórica, las familias afectadas eligieron dejar de comer muchos tipos de alimentos nutritivos mientras mantuvieron la misma cantidad de alimento consumido. La falta de diversidad alimentaria contribuye a la desnutrición. Mientras que el 80% de las familias entrevistadas normalmente tenían suficiente dinero para comer, sólo el 36% de las familias consumían los requerimientos mínimos diarios de nutrición, mostrando una gran diferencia entre la suficiencia alimentaria percibida y suficiencia real de nutrientes.

Para los casos no extremos de malnutrición, sin embargo, el estudio descubrió que el nivel bajo del logro educativo de la madre estaba relacionado con la incidencia de la desnutrición en los menores. Es decir, en familias donde la madre era más educada, los menores exhibieron una recuperación rápida. Otros proyectos de investigación en Nepal apoyan este hallazgo. Este resultado sugiere que el bajo nivel educativo de las mujeres está relacionado con la malnutrición de la comunidad y que fomentar la educación es una fuerte solución potencial a largo plazo.

El conocimiento específico de la nutrición también es importante. El estudio encontró que incluso algunas mujeres cultas carecían de conocimientos sobre atención de salud, nutrición y saneamiento. La falta de conocimiento limitaba su aplicación de una buena práctica de nutrición. Sin embargo, BICWS encontró que, era más probable que las mujeres educadas tomaran posesión de los alimentos suplementarios recibidos y practicaran nuevas habilidades nutricionales que las mujeres con niveles educativos más bajos, a pesar del hecho de que tanto las mujeres educadas como las no educadas demostraron niveles bajos de conocimientos nutricionales antes de que el proyecto comenzara. Tiene sentido de que la educación de las mujeres es probable que tenga un impacto en el estado nutricional de la familia, dado que, en esta comunidad, las mujeres normalmente sirven como el centro de la familia nuclear y, en general, deciden y preparan las comidas diarias. En respuesta a estos hallazgos, el BICWS ha implementado una nueva estrategia con el objetivo de llegar a tres mil hogares con educación nutricional, equipando a las familias (en particular a las mujeres) con el conocimiento de cuales estrategias nutricionales contribuyen al desarrollo saludable y al bienestar general.

La investigación de BICWS sugiere que la educación de las mujeres puede ser un amortiguador contra los estresores que conducen a la pobreza y desnutrición. La educación y empoderamiento de las mujeres deben ser enfatizados, sobre todo cuando las mujeres en Nepal rural son, a menudo, marginadas, con acceso limitado a la educación y autoridad. Cualquier plan a largo plazo para mejorar la comunidad debe considerar el aumento del acceso de las mujeres a la educación como una estrategia clave. Como mínimo este estudio sugiere que la educación nutricional debe ser enfatizada en cualquier población que padece desnutrición.

Derek Lee participó en una asignación de SALT con BICWS en 2015-16. Shemlal Hembrom es el director de programas de BICWS y Secretario General de la Conferencia de Los Hermanos en Cristo en Nepal

Un enfoque holístico de la nutrición sostenible

El vocablo *monga* describe la inseguridad alimentaria estacional que afecta a las personas obreras sin tierra y vulnerables en el norte de Bangladesh como resultado



La educación de las mujeres puede ser un amortiguador contra los estresores que conducen a la pobreza y desnutrición”.



Dhungana, Govinda Prasad. “Nutritional Status of Under 5 Children and Associated Factors of Kunchha Village Development Committee.” *Journal of Chitwan Medical College* 3/4 (January 2014): 38–42.

Osei, Akoto, Pooja Pandey, David Spiro, Jennifer Nielson, Ram Shrestha, Zaman Talukder, Victoria Quinn and Nancy Haselow. “Household Food Insecurity and Nutritional Status of Children Aged 6 to 23 Months in Kailali District of Nepal.” *Food and Nutrition Bulletin* 31/4 (December 2010): 483–94.

Singh, G.C. Pramood, Manju Nair, Ruth B. Gruibesic and Frederick Connell. “Factors Associated with Underweight and Stunting among Children in Rural Terai of Eastern Nepal.” *Asia-Pacific Journal of Public Health/Asia-Pacific Academic Consortium for Public Health* 21/2 (April 2009): 144–52.

de oportunidades reducidas de empleo para las personas pobres de las zonas rurales entre las estaciones de siembra y cosecha de arroz.

La temporada de *monga* también afecta negativamente la nutrición de los hogares. Durante este tiempo, los hogares generalmente reducen el consumo de alimentos a una comida o menos por día, con una disminución correspondiente en la calidad de la dieta. La gente consume cantidades insuficientes de leche, huevos y verduras. Los hogares informan que utilizan crédito para comprar alimentos. Los hogares pobres y extremadamente pobres informan que experimentan entre ocho y diez meses de inseguridad anual. En este artículo examinamos los aprendizajes de una iniciativa del CCM en el norte de Bangladesh para mejorar la seguridad alimentaria y la nutrición de los hogares mediante transferencias regulares de alimentos de temporada, promoción de ganado, conexiones con los mercados y educación nutricional.



Medios de subsistencia y oportunidades de ingresos más seguros han mejorado el acceso estable de los hogares a los alimentos, mejorando en última instancia la nutrición”.

En 2006, el CCM de Bangladesh determinó que la mayoría de personas residentes en su área de trabajo en el distrito de Nilphamari, Dimla Upazila en el norte de Bangladesh estaban muy afectadas por la temporada de *monga*. Sin oportunidades de trabajo, los ingresos de los hogares disminuyeron en un momento de reducción de la disponibilidad de alimentos y aumento de los precios de la comida. Los hogares afectados por esta situación hacían préstamos de dinero, vendían su mano de obra por adelantado a una tasa devaluada, contraían préstamos con altas tasas de interés y enviaban a los miembros del hogar a las zonas urbanas en búsqueda de trabajo. Las limitadas opciones de medios de subsistencia no agrícolas, junto con los ciclos de cultivo, la falta de tierra y una localización geográfica remota contribuyeron al problema actual de inseguridad alimentaria de la temporada de *monga* en esta parte de Bangladesh.

Un enfoque holístico para promover alternativas sostenibles de medios de subsistencia era necesario para combatir un problema tan profundamente arraigado y persistente. Para abordar esta situación, el CCM Bangladesh, con fondos de la cuenta del CCM en el Banco de Granos Alimenticios Canadiense (CFGB -siglas en inglés), implementó el Proyecto Mitigación del Monga de 2006 a 2016, trabajando con 2.500 hogares. El proyecto se centró en aumentar los activos ganaderos de los hogares y en mejorar los conocimientos y práctica de las personas participantes en la gestión del ganado. El CCM eligió este enfoque porque los hogares participantes tenían poca o ninguna tierra agrícola, pero poseían alguna experiencia con la gestión del ganado. La primera fase del proyecto experimentó con una variedad de transferencias de activos, desde pollos y cabras hasta diferentes razas de vacas. A través de la investigación-acción, encontramos que las vacas lecheras híbridas eran el activo más apropiado para la promoción, dado el buen mercado para la leche en Bangladesh. El proyecto también trabajó para educar a las personas participantes sobre el cuidado de estos animales y para establecer servicios complementarios mediante la formación de proveedores de servicios veterinarios. Si bien estos servicios eran gratuitos al principio, durante el transcurso del proyecto las personas participantes asumieron gradualmente los costos de estos servicios. El CCM también les alentó a acceder a los servicios gubernamentales y a establecer buenas relaciones con otros proveedores de servicios privados, como los para-veterinarios y las tiendas de forraje.

La escasez de forraje y los altos precios de la alimentación del ganado hacían difícil que las familias pobres cubrieran los gastos de la alimentación de los ganados. Al inicio del proyecto, sólo se apoyó a las personas participantes con el alquiler de tierras para la siembra de forraje incluyendo el pasto Napier. Sin embargo, cuando la mayoría de los propietarios no renovaron los arrendamientos de las tierras, el CCM cambió su enfoque para apoyar a otros miembros de la comunidad involucrados en la venta y comercialización de pasto forrajero con el fin de aumentar la disponibilidad de forraje. Al final del proyecto, el área de tierras forrajeras se expandió a través de negocios recién creados en la zona del proyecto y las personas participantes del proyecto informaron un acceso más fácil al forraje para su ganado.

El proyecto *monga* también se centró en aumentar la sostenibilidad a largo plazo y la productividad de los activos mediante el desarrollo de vínculos que agregaron valor. La grave escasez de leche en Bangladesh, unida a los altos niveles de demanda insatisfecha de consumidores y procesadores de lácteos, hizo de las vacas lecheras un activo altamente apropiado para la promoción. Por lo tanto, en su segunda fase, el proyecto *monga* trabajó para desarrollar vínculos con los enfriadores de leche para que las personas participantes pudieran vender su leche a un mercado superior y aumentar sus ingresos. Aunque esto resultó difícil de implementar, en última instancia, aumentó los ingresos entre las personas participantes. La conexión con los enfriadores de leche hizo posible que la leche fuera vendida en la ciudad por un precio más alto que en la comunidad local.

Además del apoyo a largo plazo destinado a aumentar los ingresos de los hogares, el proyecto también abordó las necesidades nutricionales inmediatas durante la temporada de *monga*. Por ejemplo, el CCM proporcionó lentejas durante el período de *monga* para satisfacer los requerimientos nutricionales de proteínas básicas y distribuyó árboles frutales y semillas de hortalizas para la siembra, cuyos productos podían cosecharse durante la temporada de *monga*. Los hogares participantes recibieron capacitación en prácticas nutricionales mejoradas, incluyendo alimentación complementaria, lactancia materna exclusiva y mejora de la diversificación dietética.

El proyecto encontró problemas debido a las altas tasas de pobreza y analfabetismo entre las personas participantes. Dada la aguda inseguridad alimentaria estacional a la que se enfrentaban, existía la tentación de liquidar activos y, a veces, era difícil proporcionar conocimientos técnicos. Para superar estos problemas, el personal del CCM continuamente alentó a las personas participantes a considerar el objetivo final de aumentar sus activos a largo plazo. El CCM también dio alta prioridad a la incorporación de las perspectivas de las personas participantes sobre las necesidades de la comunidad al diseñar e implementar el proyecto. Por ejemplo, el CCM programó las capacitaciones, especialmente las que eran dirigidas a las mujeres, fuera de los períodos de siembra y cosecha, cuando las mujeres podían participar. El personal del CCM informó a las personas participantes sobre el progreso del proyecto, y modificó las actividades del mismo en base a la retroalimentación recibida. Así, por ejemplo, después de un ciclo de retroalimentación, el CCM aumentó la calidad de la torta de aceite de mostaza distribuida para la alimentación del ganado.

Después de diez años de implementación de este proyecto, las personas participantes que habían sido afectadas por la *monga* ahora cuentan con activos que aumentan su confianza, ingresos y seguridad alimentaria, lo que conduce a una mejor nutrición de la familia. Los ingresos de la producción ganadera han mejorado la vida cotidiana y la situación económica de las personas participantes: la encuesta final del proyecto mostró un aumento promedio del 300% en los ingresos sobre los niveles de ingresos registrados en la encuesta de referencia. Las fuentes de ingresos incluyen la venta de verduras, ganado y productos ganaderos como leche y estiércol seco para combustible. La mejora de los ingresos ha tenido efectos positivos, incluyendo el acceso de los hogares participantes a la educación, tratamiento médico e incluso a tierra para la agricultura y vivienda.

Los medios de subsistencia y oportunidades de ingresos más seguros también han mejorado el acceso estable de los hogares a los alimentos, mejorando en última instancia la nutrición. La encuesta final del proyecto encontró cero meses de inseguridad alimentaria, en comparación con ocho a diez meses de inseguridad alimentaria antes del inicio del proyecto. Además, las personas participantes reportaron mejoras notables en comer más alimentos (comidas y calorías) de mejor calidad, incluyendo mayores tasas de consumo de una dieta rica en proteínas. El enfoque integrado de diversificación de los medios de vida para aumentar los ingresos, aumentar la producción familiar y proporcionar capacitación nutricional y motivación continua ha tenido un impacto positivo en la nutrición de los hogares.



CARE Bangladesh. *Pro-Poor Analysis of the Dairy Value Chain*. Dhaka: CARE Bangladesh, 2008. Available at www.carebangladesh.org/publication/Publication_6751088.pdf.

Rao, C.K. and Puis Odermatt. *Value Chain Analysis Report on the Milk Market in Bangladesh*. Dhaka: Livelihoods, Empowerment and Agroforestry Project (LEAF), 2006. Available at www.scribd.com/doc/28847769/Bangladesh-Milk-Market-LEAF.

Además, el proyecto seleccionó a las mujeres como participantes directos en las capacitaciones y como poseedoras legales de los bienes ganaderos. Las mujeres fueron seleccionadas porque están altamente involucradas en la atención de sus familias, por lo que se consideró que eran más propensas a utilizar los insumos del proyecto para el bien del hogar a largo plazo. Este objetivo mejoró el poder de las mujeres en la toma de decisiones en el hogar y aumentó su control sobre los recursos.



El enfoque integrado de diversificación de los medios de vida para aumentar los ingresos, aumentar la producción del hogar y proporcionar capacitación nutricional y motivación continua produjo cambios nutricionales positivos”.

El proyecto siempre consideró la sostenibilidad del desarrollo de la comunidad al trabajar para mejorar la capacidad de las personas participantes para criar el ganado sin apoyo del proyecto. El CCM les capacitó para hacerle frente a los desafíos a medida que surgían, retiró gradualmente el apoyo del proyecto y les vinculó con fuentes alternativas de la mayoría de los servicios esenciales del proyecto: estas estrategias prepararon a las personas participantes del proyecto para continuar criando ganado cuando terminaran los servicios del proyecto. El proyecto también trabajó para establecer vínculos fuertes dentro de la comunidad implementando eventos diseñados para ayudar a los miembros de la comunidad a apoyarse mutuamente.

El alentar a las personas participantes, la selección apropiada de participantes y el nutrir holísticamente los activos y servicios para aumentar los ingresos sostenibles fueron clave para superar la persistencia de la temporada *monga*. La planificación a largo plazo e intervención holística son necesarias para lograr cambios sostenibles en cualquier sector. En lugar de simplemente distribuir ganado, este proyecto apoyó vínculos que agregaron valor y servicios complementarios a las personas agricultoras y familias para sostener sus nuevos activos. Todas las actividades del proyecto trabajaron conjuntamente para ayudar a mejorar la seguridad alimentaria y nutrición de las personas participantes y desarrollar nuevos medios de subsistencia agrícolas para sostener esos cambios positivos.

Md. Shahjahan Ali Sarker es oficial de programa y Md. Mokhlesur Rahman es director de programa con el CCM en Bangladesh.

Involucrando a estudiantes en la seguridad alimentaria y nutrición familiar

Como un país pequeño con una población grande y en rápido crecimiento, Bangladesh tiene que aprovechar al máximo su tierra agrícola que desaparece rápidamente. Aunque el gobierno de Bangladesh prioriza las tecnologías agrícolas modernas y sostenibles para maximizar la producción de cultivos, las creencias de muchas personas agricultoras en los métodos agrícolas tradicionales, a pesar de la escasa producción, hace que se resistan a usar nuevas prácticas que mejoran la producción. La resistencia al uso de prácticas agrícolas mejoradas que promueven una mayor producción ha sido un factor importante en la insuficiencia de alimentos y mala nutrición en Bangladesh rural, especialmente entre las personas agricultoras pobres. Este artículo explora cómo el CCM Bangladesh ha trabajado con jóvenes estudiantes para aumentar la adopción de nuevas prácticas agrícolas más productivas.

El CCM asiste a las familias en situación de pobreza a aumentar sus ingresos de la agricultura y producción ganadera y su acceso a alimentos diversificados con el fin de mejorar la seguridad alimentaria y la nutrición. Animar a las personas agricultoras a cambiar las técnicas tradicionales por las nuevas prácticas agrícolas no es fácil, especialmente entre aquellas que son mayores y tienen niveles más bajos de educación formal. El CCM Bangladesh ha encontrado que las personas agricultoras jóvenes y alfabetizadas generalmente están más dispuestas a probar

nuevas técnicas.

En particular, el estudiantado, a menudo, está dispuesto a adoptar nuevas ideas. En Bangladesh, los estudiantes también son, a menudo, parte de la toma de decisiones del hogar. A pesar de los limitados recursos financieros, la mayoría de las familias pobres se esfuerzan por enviar a sus hijas e hijos al colegio. Las familias esperan que, después de obtener una educación, sus hijas e hijos puedan mejorar la situación financiera de la familia. Por esta razón, las familias, a veces, dependen de sus hijas e hijos para tomar decisiones domésticas, incluso mientras siguen estudiando. Este contexto cultural llevó al CCM Bangladesh a involucrar a estudiantes en un proyecto de seguridad alimentaria centrado en el uso de técnicas agrícolas modernas para mejorar la seguridad alimentaria y nutrición familiar.

En el marco del proyecto REAP (Research and Extension Activity Partners), que se desarrolló entre 2010 y 2016, el CCM Bangladesh trabajó en Chattra Union, Pirganj Upazila en el distrito de Rangpur, Bangladesh. Un total de 900 estudiantes de octavo año de seis escuelas secundarias diferentes fueron seleccionados como participantes primarios. Este estudiantado participó en el proyecto hasta décimo. Cada año del proyecto, se seleccionó nuevos estudiantes para que se unieran, dando prioridad a estudiantes de hogares en pobreza. El estudiantado recibió capacitación en diferentes tecnologías agrícolas en la escuela fuera del horario regular de clases, con el apoyo técnico proporcionado por el personal del CCM Bangladesh. El proyecto también capacitó al profesorado en las tecnologías agrícolas para mejorar su comprensión del proyecto y equiparles para apoyar a sus estudiantes.

En casa, estudiantes discutieron lo que aprendieron acerca de estas nuevas tecnologías con sus madres/padres y otros miembros de la familia. Cuando sus madres/padres expresaron interés, el personal del CCM Bangladesh organizó demostraciones de las diferentes tecnologías agrícolas en sus propios hogares. Estas demostraciones se centraron en las mejores prácticas para la cría de vacas lecheras y cabras, engorde de terneros, cría de pollos, cultivo de frutales, manejo integrado de plagas y fabricación de diferentes tipos de compostaje para los huertos. Cada hogar trabajó con, al menos, dos o tres nuevas técnicas, involucrando a toda la familia. El personal del CCM Bangladesh y el profesorado de la escuela frecuentemente visitaron los hogares del estudiantado participante para monitorear y discutir las nuevas actividades agrícolas.

La motivación del estudiantado animó a los hogares a concentrar su trabajo en estas nuevas actividades agrícolas. Cambios significativos en la nutrición ocurrieron entre las familias seleccionadas durante el período del proyecto. Las diversas actividades agrícolas de las familias les proporcionaron más verduras frescas de mayor variedad, más huevos y carne, más leche y más ingresos de nuevas actividades agrícolas como la cría de ganado. Con el ingreso adicional, las familias podían diversificar sus dietas mientras a la vez cubrían otras necesidades familiares.

Algunos estudiantes han sido particularmente exitosos en generar ingresos a través de las nuevas actividades agrícolas. Por ejemplo, una joven de la aldea de Sokhipur recibió capacitación en cultivo de hortalizas, cría de ganado y cabras y producción de compostaje. El CCM también le proporcionó apoyo material para que pudiera comenzar a criar cabras y hacer compostaje. Ahora, además de ser una fuente respetada de conocimientos agrícolas en su comunidad, vende cabras y compostaje para pagar las cuotas educativas de ella y sus tres hermanas y ha ampliado aún más el sustento de su familia comprando dos vacas.

Además del trabajo agrícola, el proyecto REAP también proporcionó educación para la paz al estudiantado seleccionado y a sus madres/padres de familia. Estas capacitaciones, junto con otros trabajos de construcción de paz en la comunidad, ayudaron a asegurar que los conflictos que pudieran surgir del hecho de que el



Quasem, M. A. "Conversion of Agricultural Land to Non-Agricultural Uses in Bangladesh: Extent and Determinants." *Bangladesh Development Studies* 34/1 (2011): 59-85.

Ballantyne, Roy, Sharon Connell, and John Fien. "Students as Catalysts of Environmental Change: A Framework for Researching Intergenerational Influence through Environmental Education." *Environmental Education Research* 4/3 (1998): 285-298.

estudiantado enseñara a sus madres/padres y alentara nuevas prácticas en el hogar, pudieran mediarse pacíficamente y resolverse.

A través de este proyecto, el CCM Bangladesh aprendió que el involucrar a estudiantes en el trabajo de extensión para diversificar las actividades agrícolas abordó el reto de motivar a las personas agricultoras a adoptar nuevas técnicas. A través del trabajo del estudiantado para mejorar las habilidades y capacidad de las familias, los padres/madres fueron motivados a probar prácticas agrícolas modernas, mientras que el estudiantado adquirió habilidades y conocimientos adicionales. En última instancia, la combinación de acercar a los padres/madres a través del estudiantado y la creación de demostraciones en los propios hogares de las familias aseguró cambios sostenibles en la seguridad alimentaria y nutrición debido a cambios en el conocimiento, actitud y práctica de las personas participantes.

Md. Arefur Rahaman es coordinador del sector para la seguridad alimentaria y Md. Mokhlesur Rahman es director de programa con el CCM Bangladesh.

Mejorando el acceso a los alimentos frescos en Labrador

Labrador es como el resto del norte de Canadá. Los pueblos indígenas han cazado, pescado y criado sus familias en estas tierras por generaciones. La tierra ha sufrido los impactos de la colonización, al igual que su gente. La extracción de recursos ha cambiado la faz de la tierra. Los ríos han sido desviados, el hábitat se ha perdido, causando un cambio en los patrones migratorios del caribú, y el aumento de los niveles de metilmercurio siguen afectando a los peces y vida marina en el Mishtashipu, ahora oficialmente llamado el río Churchill, más de 40 años después de la construcción del primer proyecto hidroeléctrico. El agotamiento de los rebaños de caribú ha dado lugar a una completa prohibición de caza y el gobierno también impone restricciones a la caza de aves migratorias y peces. En Labrador, el acceso a alimentos frescos, saludables y culturalmente apropiados es cada vez más difícil cada año. Sin embargo, ante estos desafíos las comunidades indígenas se movilizan para abordar las necesidades de alimentos y nutrición.

“No más de uno por semana para comer del río”, me dijo la anciana Innu, Elizabeth Penashue, cuando nos sentamos al lado del Mishtashipu y hablamos de la contaminación del río. Sólo una señal oxidada fuera de la ciudad de Happy Valley-Goose Bay le advierte a las personas que, debido a la contaminación, deben limitar el consumo de pescado capturado en el río. Penashue piensa que debería haber más señales.

El acceso a la comida fresca y de calidad es un desafío en Labrador. Debido a la lejanía del área, el envío es costoso y puede ser lento. Entrar a las tiendas de comestibles en el invierno y encontrar estantes vacíos no es inusual. Dependiendo del clima, eso también sucede en las comunidades costeras durante todo el verano. El costo de los alimentos es tan alto que la gente suele comer alimentos más baratos, menos nutritivos y más procesados sólo para subsistir.

El Centro de Alimentos Comunitario, con sede en Happy Valley-Goose Bay, comenzó en 2008 como un proyecto comunitario iniciado por la autoridad sanitaria local y se ha convertido en su propia organización sin fines de lucro que ofrece educación alimentaria y programas en Labrador. Se estima que un 80% de las personas atendidas por el Centro se identifican como indígenas. El Centro tiene como objetivo abordar la falta de alimentos saludables y culturalmente apropiados para la comunidad. El CCM inició una asociación formal con el Centro en 2012, cuando se hizo evidente la



En Labrador, el acceso a alimentos frescos, sanos y culturalmente apropiados es cada vez más difícil cada año”.

necesidad de contratar a una persona coordinadora a tiempo parcial para complementar y enfocar los esfuerzos de las personas voluntarias.

Actualmente, el Centro facilita varios programas diferentes. El huerto de las niñas y niños del centro, en el que, un promedio de 190 estudiantes de dos escuelas participa anualmente, es uno de los programas más exitosos del centro. El huerto ofrece al estudiantado de los grados 4 y 5 la oportunidad de plantar, cuidar, cosechar y cocinar sus propios alimentos. El estudiantado ha probado nuevas verduras, participado en el duro trabajo de mantenimiento del huerto y cuidado de las plantas en el hogar. Las madres y padres también están involucrados, y muchos han informado comer nuevos alimentos y cultivar verduras en casa como resultado del programa.

Las cocinas comunitarias son otra forma de involucrar a la comunidad. Centrándose en las familias de bajos ingresos, las cocinas comunitarias brindan oportunidades a hombres y mujeres para aprender a hacer comidas saludables y de bajo costo junto con otras personas. Las personas participantes cocinan y comen juntas, después de lo cual se llevan los ingredientes a casa para replicar la comida para sus familias. Uno de los resultados sorprendentes de este programa es la construcción de comunidad en línea que ha facilitado. Los miembros del grupo comparten recetas, cuentos e imágenes de sus creaciones entre sí, construyendo así comunidad.

El Centro trabaja en estrecha colaboración con la asociación agrícola local, asegurando que la información sobre los alimentos cultivados localmente llegue a las manos de los compradores. Un programa comunitario de mercado al aire libre fue iniciado por el centro en 2013 en cooperación con la municipalidad de Happy Valley-Goose Bay y la asociación agrícola. Las personas agricultoras fueron invitadas todos los sábados entre julio y septiembre para unirse al mercado. El mercado también mostró productos locales y ofreció café de comercio justo. Se presentaron talleres sobre preservación de alimentos y recolección de alimentos silvestres, junto con demostraciones y capacitaciones para promover los huertos locales. En 2015, el Mercado Comunitario al Aire Libre dejó de ser un programa del centro y continúa con éxito bajo la guía de personas voluntarias de la comunidad. El centro, sin embargo, sigue comprometido con el mercado, haciendo exhibiciones sobre una vida y una alimentación saludables en el mercado cada semana.

Inicialmente, el centro comenzó un proyecto de congelador comunitario, con la esperanza de proporcionar alimentos de la tierra recolectados por personas voluntarias locales, como peces, caza silvestre y bayas, a personas que no pueden cazar ni recolectar por cuenta propia. Comenzó con algunas donaciones emocionantes, como carne de alce y caribú. Sin embargo, debido a la reducción de las cuotas de caza, las personas necesitaban ahorrar sus capturas para su propio consumo en el invierno, las donaciones de alimentos fueron limitadas y el proyecto terminó. Un proyecto similar ejecutado por el Gobierno de Nunatsiavut aún está disponible para personas de la tercera edad y otras confinadas a un lugar cuando la comida puede ser cosechada o donada para su distribución.

Los retos a la seguridad alimentaria siguen aumentando. Hoy en día, otro gran proyecto de infraestructura, la presa hidroeléctrica Lower Churchill (o Muskrat Falls), amenaza la salud de las aguas y medio de vida de las personas que viven en el centro y este de Labrador. Los tres grupos indígenas de la zona (Nunatsiavut, NunatuKavut y las naciones Innu) se han reunido para exigir el desmonte de la vegetación en el nuevo embalse para reducir el inminente envenenamiento por metilmercurio y tal vez incluso detener completamente la presa. Si bien el Centro Comunitario de Alimentos no está directamente involucrado en la protesta, organiza eventos educativos para sensibilizar sobre los efectos del metilmercurio en el sistema alimentario local.



Council of Canadian Academies. *Aboriginal Food Security in Northern Canada: An Assessment of the State of Knowledge*. Ottawa: The Expert Panel on the State of Knowledge of Food Security in Northern Canada, Council of Canadian Academies, 2014.

Islam, Durdana and Fikret Berkes. "Indigenous Peoples' Fisheries and Food Security: A Case from Northern Canada." *Food Security* 8/4 (2016): 815-826.

En el Norte, los desafíos de la seguridad alimentaria y nutrición no tienen una respuesta fácil. El aumento del acceso a la comida local fresca de los huertos comunitarios, huertos infantiles y los mercados agrícolas generalmente puede ocurrir sólo en julio, agosto y septiembre. Congelar y conservar carne y productos pueden ayudar a salvar la brecha, pero el período de invierno, cuando la comida no puede ser producida localmente, es largo. Congelar y conservar los alimentos también es caro en comparación con la alternativa de comprar alimentos procesados durante los meses de invierno. Las soluciones a largo plazo son necesarias, pero, por ahora, el Centro ofrece una solución parcial con su enfoque continuo en la educación para ayudar a las personas a aprender a tomar decisiones más saludables con los recursos disponibles.

Dianne Climenhage es representante del CCM en Terranova y Labrador, Canadá.

Promoción de fuentes locales de alimentos para mejorar la nutrición

En muchos países de África y Asia, las comunidades utilizan la corteza y raíces de del resistente árbol *moringa* con fines medicinales. En los últimos años, sin embargo, el CCM y sus grupos asociados en Zambia, Kenia, Etiopía, Burkina Faso, India y República Democrática Popular Lao han estado promoviendo hojas de *moringa* como un alimento fácilmente disponible, de origen local y rico en nutrientes, resistente a la sequía y adaptable a climas cambiantes. Este artículo examina cómo el principal grupo asociado del CCM en Burkina Faso, la organización protestante de servicios sociales ecuménicos ODE (*Office de Développement des Eglises Evangéliques*), educa a las personas de Burkina sobre las ricas propiedades nutricionales de las hojas de *moringa* como parte de sus estrategias nutricionales globales en un país que enfrenta la inseguridad alimentaria exacerbada resultado del cambio climático. La experiencia de ODE con la promoción de hojas de *moringa* subraya la importancia de buscar fuentes de alimentos locales ricos en nutrientes, adaptables a los climas cambiantes en los esfuerzos para combatir la malnutrición.

Las tasas de inseguridad alimentaria y desnutrición en Burkina Faso son crónicamente elevadas. La tasa de malnutrición aguda global entre los menores de cinco años es del 8,2%, mientras que los niveles de retraso en el crecimiento son del 31,5%. Los altos precios de los alimentos y el clima imprevisible pueden provocar sequías o inundaciones, lo que limita aún más el acceso de Burkina Faso a los alimentos.

Durante los últimos 30 años en Burkina Faso el clima ha cambiado drásticamente, haciendo cada vez más difícil para las personas agricultoras predecir las temporadas de siembra y cosecha. Estos patrones climáticos cambiantes han contribuido (junto con otros factores) a la inseguridad alimentaria aguda. Arouna Yameogo, responsable de proyectos de agricultura sostenible con ODE, recuerda una época en la que la temporada de siembra comenzaba en junio y terminaba en diciembre, lo que daba lugar a una temporada agrícola de seis meses. Hoy día algunas partes de Burkina Faso sólo ven dos o tres meses de lluvia por año. En lugar de lluvias lentas y constantes que nutren y proporcionan humedad a los nuevos cultivos, ahora tormentas torrenciales inundan los campos y arruinan los cultivos. Las lluvias intermitentes y moderadas que alternan con una estación seca se están convirtiendo en cosas del pasado. Mientras tanto, el Sahel (la región semiárida al sur del desierto del Sahara) se expande constantemente hacia el sur, invadiendo Burkina Faso.



La *moringa* ha crecido en Burkina desde hace bastante tiempo, pero la gente no lo sabía ni tampoco sabía cómo usarla”.

Si bien estos desafíos para el sector agrícola exacerban la inseguridad alimentaria y desnutrición, el CCM y la ODE ven promesa en las hojas de la *moringa*. Originaria del norte de la India, la *moringa* se extendió a varias partes de Asia y África en los últimos mil años. Apodado el “árbol milagroso” y “árbol que nunca muere”, la *moringa* prospera en muchos países diferentes y climas variables. Mientras que las ramas, semillas, vainas y raíces de la *moringa* se han utilizado en remedios tradicionales para todo tipo de dolencias que van desde la presión arterial alta hasta el dolor de estómago, el árbol no se ha visto históricamente como fuente de alimento. Sin embargo, la *moringa*, resistente a la sequía e inundación, es capaz de resistir climas cambiantes, al mismo tiempo que tiene el potencial de combatir la desnutrición con sus 16 vitaminas y minerales y altos niveles de proteína, potasio y calcio.

Yameogo y sus colegas de la ODE brindan apoyo a las personas agricultoras que cultivan *moringa* para establecer viveros y han distribuido plantas de *moringa* compradas de esas personas agricultoras a cientos de otras. Junto a los esfuerzos para promover el cultivo de la *moringa*, ODE organiza capacitaciones para educar a las comunidades sobre el valor nutricional de las hojas de *moringa* y demostraciones de cocina para mostrar cómo se pueden usar y adaptar estas hojas en platos tradicionales. “La *moringa* ha crecido en Burkina desde hace bastante tiempo, pero la gente no lo sabía ni sabía cómo usarla”, explica Yameogo. “Ahora hemos tenido capacitaciones para mostrar las diferentes cualidades nutricionales de la *moringa*. Puede prevenir muchas enfermedades y también puede luchar contra el hambre porque tiene muchas vitaminas y cualidades nutricionales. Así que ahora en los pueblos, capacitamos a la gente sobre la utilidad de la *moringa*, y la gente la usa todo el tiempo. También capacitamos a las mujeres sobre cómo hacer un polvo de las hojas para ponerlo en la avena o en salsas. La gente comienza a entender la importancia de la *moringa*”.

La educación comunitaria sobre el uso de la *moringa* comienza con reuniones de concientización, ya que educar a las personas sobre las propiedades nutricionales de la *moringa* es el primer paso para lograr una mayor adopción de la *moringa*, con clases de cocina mostrando cómo las hojas de *moringa* pueden ser parte de una dieta diaria y saludable. Las personas participantes en estas capacitaciones no están inmediatamente convencidas de los beneficios de la *moringa* o de su adaptabilidad a los gustos locales. ODE ha encontrado, sin embargo, que participantes se acostumbran poco a poco a añadir *moringa* en polvo o hojas a todo, desde la salsa al arroz e incluso a comer hojas de *moringa* hervidas solas como espinacas. Una de las participantes, por ejemplo, mezcla las hojas de *moringa* del tamaño de una moneda en la salsa de maní que cocina con repollo y tomates y la sirve sobre arroz o *tô*, una masa espesa de maíz, común en Burkina Faso.

Desde que la ODE inició sus proyectos, el conocimiento y uso de la *moringa* han aumentado constantemente en Burkina Faso. Aunque la capacitación y educación son necesarias para convencer a las personas agricultoras de que la *moringa* es una cosecha económicamente viable y persuadir a las familias de que las hojas de *moringa* pueden integrarse en sus dietas, la *moringa* se está convirtiendo rápidamente en un valioso recurso para combatir la malnutrición, tanto en Burkina Faso como más allá. El financiamiento de las cuentas del CCM con el Banco de Granos Alimenticios Canadienses (CFGB) y Foods Resource Bank (FRB) ha permitido al CCM y a sus grupos asociados expandir la promoción de la *moringa* como fuente de alimento rico en nutrientes en múltiples contextos. Así, por ejemplo, los grupos asociados del CCM en Kenia e India trabajan para aumentar la conciencia a nivel de aldea de las propiedades nutricionales de la *moringa*. Al mismo tiempo, en Zambia, los grupos asociados del CCM promueven el consumo de la *moringa* como parte de los esfuerzos para fortalecer el sistema inmunológico de las personas que viven con el VIH y SIDA. Por sí mismo, por supuesto, la *moringa* no solucionará los problemas de inseguridad alimentaria y desnutrición.



Aprende
más

Nielsen, Jonas Østergaard and Anette Reenberg. “Cultural Barriers to Climate Change Adaptation: A Case Study from Northern Burkina Faso.” *Global Environmental Change* 20/1 (2010): 142-152.

Durst, Patrick and Nomindelger Bayasgalanbat. Eds. *Promotion of Underutilized Indigenous Food Resources for Food Security and Nutrition in Asia and the Pacific*. Food and Agriculture Organization of the United Nations Regional Office for Asia and the Pacific, 2014.

Hughes, J. “Just Famine Foods? What Contributions Can Underutilized Plants Make to Food Security?” International Symposium on Underutilized Plants for Food Security, Nutrition, Income and Sustainable Development. *Acta Horticulturae* 806 (2009).

Sin embargo, como sugiere la experiencia de la ODE, las hojas de la moringa pueden desempeñar un papel vital en el tratamiento de la desnutrición en contextos en los que la agricultura está siendo interrumpida por el cambio de los patrones climáticos.

Lauren Wade fue pasante con el CCM Burkina Faso en el verano de 2016. Arouna Yameogo es gerente de proyectos de la Office de Développement des Eglises Evangéliques.

Programación nutricional sensible al género y la cultura

Los programas de nutrición, a menudo, son diseñados para grupos más visiblemente vinculados a los resultados nutricionales deseados. Por ejemplo, dado que la nutrición es clave para el desarrollo de los infantes durante sus “1000 días dorados”, las madres con menores pequeños o mujeres en edad fértil tienden a ser seleccionadas para promover una buena nutrición para la infancia. Sin embargo, como afirman otros artículos de este número, un enfoque muy estrecho de la selección de participantes puede limitar el impacto de los programas de nutrición e ignorar el papel que desempeñan otros miembros de la familia. Al mismo tiempo, al observar sólo los indicadores generales de nutrición a nivel de los hogares, pueden faltar las vulnerabilidades únicas de los diferentes miembros del hogar. Los programas de nutrición son más efectivos y relevantes cuando son sensibles a la dinámica del poder familiar, prácticas locales y cultura. Este artículo ofrece ideas para integrar el contexto de género y cultural en la planificación, monitoreo y evaluación de programas de nutrición. Si bien estas ideas no son exhaustivas, ofrecen un punto de partida para pensar las cuestiones de género y culturales que afectan la nutrición.

Mirar dentro del hogar

Alimentos suficientes y nutritivos disponibles en el hogar no garantizan que todos los miembros tengan acceso a suficiente comida para satisfacer sus necesidades dietéticas. La distribución intrafamiliar de los alimentos, los sistemas de toma de decisiones familiares y prácticas culturales y tabúes significan que el estado nutricional de los miembros de la familia dentro de un hogar puede ser muy diferente. Como Gurung y Ghimire observan en su artículo, las mujeres en algunos hogares en Nepal comen después de que otros miembros de la familia han terminado, lo que puede limitar su acceso a alimentos preferidos como carne o verduras. Mirando simplemente si la unidad del hogar tiene suficiente comida se perdería este tipo de variación en el acceso a los alimentos nutritivos dentro del hogar.

La recopilación de datos desglosados por sexo y edad sobre las dietas de cada miembro del hogar utilizando herramientas como el Índice de Diversidad en la Dieta de los Hogares proporciona información sobre el estado nutricional único de los diferentes miembros de la familia. Por otra parte, Lee y Hembroom en su artículo describen un proyecto en Nepal que ha comenzado a recopilar datos sobre el número de veces que las mujeres en los hogares participantes se saltan las comidas. Dado que las mujeres comen por último en este contexto cultural, el número de comidas omitidas por esta población será un indicador más apropiado que el número de veces que el hogar entero se salta una comida.

Los datos desagregados también pueden revelar las necesidades de las poblaciones que no siempre son objeto de intervenciones nutricionales. Mientras que las mujeres embarazadas y lactantes y los menores pequeños son generalmente conocidos por ser vulnerables a la desnutrición, otros miembros del hogar, como los ancianos o las adolescentes, también podrían estar recibiendo alimentos o nutrientes insuficientes



Un enfoque matizado que es sensible a la dinámica del poder familiar, prácticas locales y contexto cultural ayuda a asegurar que los programas de nutrición sean relevantes y eficaces”.

para sus necesidades. Por ejemplo, después del terremoto de abril de 2015 en Nepal, el CCM trabajó con el grupo asociado Shanti Nepal para distribuir raciones de alimentos listos para comer que incluyeron el nutritivo y de origen local *chiura* (hojuelas de arroz batido) y lentejas tostadas. Sin embargo, al distribuir estas raciones a los hogares rurales altamente afectados en el distrito de Dhading, el personal de Shanti Nepal se dio cuenta de que los menores pequeños y las personas mayores pueden carecer de los dientes necesarios para comer alimentos tan duros y crujientes. Adaptaron la ración para incluir fideos instantáneos que son más fácil de comer. Para las respuestas posteriores al desastre, el CCM y sus grupos asociados en Nepal han incluido una mezcla nutritiva de harina de avena en las raciones de emergencia destinadas a menores pequeños y personas adultas mayores.

Identificar a las personas que toman decisiones y agentes de cambio

Al planificar proyectos, analizar los sistemas familiares y la dinámica de poder dentro de un hogar puede ayudar a identificar a los guardianes y agentes potenciales del cambio. Los programas de nutrición, a menudo, se centran en las actividades de salud y agricultura, pero abordar las dinámicas de poder en los hogares dentro de las relaciones familiares y organizar actividades contra la violencia doméstica también puede conducir a mejores resultados nutricionales. En Nepal, las mujeres recién casadas tradicionalmente se mudan a la casa familiar de su marido y suelen asumir una gran parte de las tareas domésticas. Las suegras toman decisiones sobre el trabajo de sus nueras y también tienen, a menudo, ideas fuertes sobre tabúes del alimento durante el embarazo o para los menores pequeños.

Un proyecto apoyado por el CCM a través del grupo asociado Sansthatag Bikas Sanjal e implementado por la Sociedad Interdependiente en el distrito de Surkhet facilita las discusiones entre las suegras y nueras y entre esposos y esposas. Estas discusiones promueven la comprensión compartida de las buenas prácticas de nutrición y ofrecen oportunidades para discutir las relaciones familiares. Al fomentar el conocimiento compartido sobre la nutrición y mejorar la comunicación, los miembros de la familia que toman decisiones sobre el dinero, deberes del hogar y alimentos pueden trabajar juntos para mejorar la nutrición de todos los miembros de la familia. Este proyecto ha informado que después de estas discusiones, las suegras y los esposos han comenzado a prestar apoyo a las mujeres embarazadas y lactantes reconociendo sus necesidades nutricionales específicas, alentando los controles médicos y reduciendo la carga de trabajo de sus hogares. Como se señala en el artículo de Gurung y Ghimire, otros proyectos en Nepal también han involucrado con éxito a los miembros masculinos de la familia para fomentar mejores prácticas de nutrición en los hogares.

Algunos miembros de la familia pueden ser más capaces de promover el cambio de prácticas domésticas que otros. Como Rahaman y Rahman señalan en su artículo, identificar agentes de cambio dentro de un hogar, como el estudiantado en Bangladesh, suaviza el proceso de cambio. En este caso, las personas ejecutoras del proyecto encontraron que las madres/padres que se negaban a probar nuevas técnicas agrícolas estaban dispuestos a apoyar y aprender de sus hijas e hijos, lo que llevó a diversos medios de subsistencia y dietas para los hogares participantes. Asimismo, Climenhage señala que en Labrador (Canadá), el huerto infantil del Centro Comunitario de Alimentos es uno de sus programas más exitosos, trabajando a través de estudiantes para promover una alimentación saludable en casa. Mientras tanto, Sarker y Rahman examinan en su artículo cómo la pesada inversión de las mujeres en el bien a largo plazo del hogar condujo al proyecto de mitigación *monga* para seleccionar a las mujeres como participantes principales en las transferencias de activos y capacitaciones.

Decidir qué aceptar

Identificar las prácticas culturales que afectan la nutrición también requiere un análisis de cuándo fomentar diferentes prácticas y cuándo simplemente ofrecer alternativas que logren los mismos resultados nutricionales. Puede ser un proceso lento el cambiar la



Abordar las dinámicas de poder en los hogares dentro de las relaciones familiares y organizar actividades contra la violencia doméstica también puede conducir a mejores resultados nutricionales”.



Madjdian, Dónya S. and Hilde A.J. Bras. “Family, Gender, and Women’s Nutritional Status: A Comparison between Two Himalayan Communities in Nepal.” *Economic History of Developing Regions* 31/1 (2016): 198-223.

percepción cultural en Nepal de que las mujeres embarazadas no deben comer papaya rica en vitamina A debido a los temores de que causará aborto involuntario. En última instancia, puede ser más eficaz promover las zanahorias u huevos como fuentes alternativas de vitamina A que no tienen tabúes culturales. Tal vez un ejemplo comparable es la idea de que los norteamericanos podrían consumir menos carne roja si comenzaran a comer insectos como una opción de proteína más saludable y más sostenible. En muchas culturas, los insectos se comen comúnmente como bocadillos. Sin embargo, debido a la repugnancia de muchos norteamericanos ante la idea de comer insectos, es probable que un proyecto de nutrición que promueva frijoles y legumbres como sustituto de la carne roja sea más exitoso. Wade y Yameogo observan en su artículo que, el éxito de la integración de la *moringa* en las dietas rurales de Burkina Faso se relaciona con la práctica tradicional de consumir moringa como planta medicinal saludable y con las demostraciones del proyecto de cómo se puede adaptar a los alimentos tradicionales.

La programación nutricional sensible al género y cultura requiere un análisis intensivo de los sistemas familiares, dinámica de poder dentro del hogar y concientización sobre los tabúes y prácticas culturales relacionadas con el consumo de alimentos. La inseguridad alimentaria afecta a las comunidades, hogares y miembros de la familia de diversas maneras, requiriendo enfoques de proyectos que reconozcan y construyan sobre el contexto local para abordar la desnutrición con éxito. El conocimiento profundo de la cultura, tradiciones, hábitos alimenticios y prácticas de la comunidad local es esencial y requiere una atención cuidadosa en todas las etapas de un proyecto. Estos conocimientos, a menudo, son más accesibles para aquellas personas con estrechos lazos comunitarios. Un enfoque basado en la comunidad que se basa en el conocimiento existente de las organizaciones locales y sus relaciones con los miembros de la comunidad puede ayudar a navegar complejidades sociales y culturales y, en última instancia, conducir a mejores resultados de nutrición para todas las personas en una comunidad.

Martha Kimmel es asesora de seguridad alimentaria del CCM Nepal. Leah Reesor-Keller es co-representante del CCM Nepal.

Intersections: Revista Trimestral de Teoría y Práctica del CCM publicada por el departamento de Planificación, Aprendizaje, y Respuestas a Desastres del Comité Central Menonita. Los editores son Alain Epp Weaver and Bruce Guenther. Las opiniones expresadas en esta revista reflejan las de sus autores y no necesariamente las del Comité Central Menonita.

Escriba al correo electrónico: mailbox@mcc.org o llame al 1-888-622-6337 (en Canadá) o 1-888-563-4676 (en los EEUU):

- Si prefieres recibir esta publicación por correo electrónico
- Para suscribir o anular su suscripción a esta revista
- Para cambiar su dirección

Una donación de \$10 americanos es recomendada por suscripción. El CCM aprecia contribuciones a su trabajo. Para hacer una donación, visite donate.mcc.org

Esta *Revista Trimestral de Teoría y Práctica del CCM* también puede ser accedida por internet en la página web mcccanada.ca en Canadá o mcc.org en Estados Unidos.

ISSN 2376-0893 (impresa) ISSN 2376-0907 (en línea)



**Comité
Central
Menonita**

Alivio, desarrollo y paz en el nombre de Cristo