



DIMENSIONES CULTURALES EN LA NUTRICIÓN Y LA ALIMENTACIÓN

Un enfoque innovador para reducir
la desnutrición infantil

“Somos lo que comemos”



Serie: Cultura y Nutrición
Documento No. 01

“Las políticas de nutrición deben referirse a los alimentos, o sea a las comidas y no a los nutrientes”.

ACCIÓN CONTRA EL HAMBRE EN EL PERÚ





EL ENFOQUE CULTURAL DE ACCIÓN CONTRA EL HAMBRE EN LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

En términos generales, la palabra alimento podría hacer referencia a un concepto que conjuga dos elementos: nutrientes y cultura. Y cultura hace alusión a las costumbres, instituciones y modos de vida de una determinada nación, pueblo o grupo de personas. Un enfoque cultural para el hambre y la desnutrición tendrá en cuenta todos los factores relacionados con la cultura de una sociedad, incluyendo valores, creencias, lenguaje, formas de pensar, patrones de conducta y estilos de comunicación, así como otros aspectos sociales relacionados a la producción, procesamiento y consumo de alimentos.

¿Cuáles son los factores que determinan lo que la gente produce, compra y come?

La geografía, la pobreza, el acceso al mercado, el conocimiento técnico y el acceso a los recursos tienen todos un rol importante. Sin embargo, cabe mencionar que la producción, adquisición y consumo de alimentos están fuertemente influenciados por los hábitos culturales y las preferencias personales de la gente.



ACF (Acción Contra el Hambre, en siglas en Francés), ha ubicado a “la cultura” como un elemento clave en el marco conceptual para analizar las causas básicas de la desnutrición (ACF, 2008). Los hábitos de higiene y el cuidado infantil, son factores claves para la salud y la nutrición y, varían en gran medida entre cada cultura. El documento técnico de ACF sobre nutrición explica que las mujeres y las niñas están expuestas a un gran riesgo de desnutrición, no sólo por su rol reproductivo sino también por su estatus social bajo y por los deficientes niveles de educación, así como por factores culturales relacionados con las diferencias de género en el ámbito laboral y en el acceso a recursos, las prácticas tradicionales de atención y los tabúes alimenticios.

Las intervenciones en seguridad alimentaria de ACF están dirigidas a tomar en cuenta la importancia de la soberanía alimentaria: “El derecho de las personas a un alimento saludable y culturalmente apropiado, producido a través de métodos acertados y sostenibles, y su derecho a definir su propia alimentación y sistemas agrícolas” (ACF, 2008). El contexto cultural - junto con el contexto político, social, histórico y económico-, se incluye como parte de las causas de la desnutrición. La experiencia de campo de ACF en la lucha contra la desnutrición infantil se basa en el entendimiento de que la tradición local no sólo influye en las formas de producción y en las preferencias de consumo sino también en el cuidado infantil (ACF, 2009) y en el manejo del agua y los recursos sanitarios (House, 2007).

Ahora estamos un paso adelante en la integración de las consideraciones culturales con la intención de enriquecer nuestras propuestas técnicas en seguridad alimentaria y nutricional. A ACF le gustaría ampliar un tema que la Organización Mundial de la Salud ya ha tomado en cuenta: *“que las políticas de nutrición deben referirse a la alimentación; es decir, a los alimentos y no a los nutrientes”*¹, como parte de un esfuerzo por reconocer la importancia de la

identidad socio-cultural que es inherente a algo tan personal como la comida que comemos (Contreras Hernández & Gracia Arnaiz, 2005).

¿POR QUÉ ENFOCARSE EN LA CULTURA CUANDO SE HABLA DE DESNUTRICIÓN INFANTIL?

Un enfoque basado en el entendimiento de la cultura local, ayuda a garantizar la sostenibilidad y la relevancia de la intervención al incorporar las creencias, preferencias y visión de la población local, no sólo en la fase de la línea de base para entender la cultura en mención sino también en el enfoque comunitario. Por ejemplo, identificando a las partes interesadas y actores a través de quienes se puede ganar la confianza de la comunidad, las técnicas metodológicas adecuadas al estilo de vida local; y, finalmente, en aquellas recomendaciones que se puedan ajustar a sus sistemas específicos de producción. En ACF queremos adelantarnos en incorporar sistemáticamente un enfoque cultural en nuestros programas. A través del “lente cultural” damos una mirada a la seguridad alimentaria, una de nuestras principales áreas técnicas.

¹ Sugerencia del OMS según Contreras Hernández, J. y M.I. Gracia Arnaiz. 2005. “Alimentación y Cultura, Perspectivas antropológicas”. Editorial Ariel, Barcelona.

DISPONIBILIDAD

La seguridad alimentaria normalmente se divide en factores de disponibilidad, acceso y consumo de alimentos. Disponibilidad se refiere a la oferta de alimentos, en cantidad y calidad, independientemente si son cultivados en la localidad, o si son importados. La disponibilidad

de alimentos pasa por ciclos anuales dependiendo del calendario agrícola, y varía de acuerdo a los cambios en la oferta y la demanda y los modelos de distribución en el sistema socioeconómico más amplio. Anteriormente, las comunidades aisladas, que producían una variedad de cultivos, apuntaban a la alimentación familiar o al comercio con otras poblaciones de distintos nichos ecológicos, pero han experimentado un proceso de adaptación cultural significativo, como resultado de ser expuestos a los incentivos financieros para el crecimiento de las exportaciones y a las fluctuaciones de los precios en el mercado.



El incremento de la disponibilidad de alimentos procesados en las tiendas, combinado con los cambios en las costumbres sociales producen transformaciones en los hábitos alimenticios, lo cual, contribuye, a su vez, a la adopción de nuevas prácticas de producción agrícola, enfocadas en la producción para el comercio, mucho más para las exportaciones que para el consumo familiar, o los mercados locales. Según Pelto y Pelto, tendencias de la modernización y la influencia de mercados han dado lugar a cambios en sistemas tradicionales de subsistencia, que han podido dar lugar a la reducción general en el consumo de calorías y en la diversidad de dietas en los sectores más pobres (Pelto & Pelto, 1990).

Debido a estos cambios en los modelos de producción, los alimentos de alto contenido nutricional pueden llegar a ser en realidad más escasos.

ACCESO

Cuadro 1

Re-descubriendo la Quinua

Quinua, grano básico tradicional originario de los andes, sufrió bajas tasas de producción, en parte, debido al estigma relacionado al pasado rural. Hoy en día, está siendo promovido mundialmente como un alimento saludable y está recuperando terreno como cultivo debido al gran interés de países importadores y, asimismo, su producción y disponibilidad va en aumento (ACF-E, 2010).



Aunque exista disponibilidad de alimentos nutritivos, no necesariamente son accesibles para todos. El acceso depende de los ingresos para comprar comida así como de la disponibilidad de la tierra y a otros recursos de producción. Los factores culturales tienen un rol predominante en el acceso a los alimentos de cada persona. No todos los miembros de una familia tienen el mismo acceso a los alimentos disponibles al interior de la misma, dependiendo de cómo se distribuye la comida para su consumo. Muchas veces, los alimentos extras son entregados al padre o a los generadores de ingresos en vez que a los hijos; ya que, lógicamente, se considera que ellos juegan un rol más importante en la estrategia de supervivencia familiar. Las intervenciones dirigidas a mejorar la nutrición no siempre consiguen los resultados esperados, ya que los factores culturales para el uso de los alimentos no son del todo comprendidos por las personas que ejecutan estas intervenciones.

Cuadro 2

Ayuda alimentaria para las visitas

En Perú, el gobierno proporciona atún a las familias para combatir la desnutrición en las regiones altas, pero esa comida donada, que es para alimentar a los niños y niñas, es servida luego en cenas comunales en honor a las visitas que llegan de fuera (ACF-E, 2010).

En algunos casos, puede ser que los miembros de una familia no tengan acceso a ciertos alimentos, ya que no son considerados aptos debido a su edad, género o estado de salud.



Cuadro 3

Comidas frías y calientes

Las culturas andinas hacen una distinción importante entre comidas “frías” y comidas “calientes” y no se refieren a la temperatura con que se sirven, sino más bien a su calidad, la cual se basa en una compleja guía de consumo. Como resultado, ciertos alimentos ricos en vitaminas no son suministrados a los niños y niñas (Kuhnlein & Pelto, 1997). De igual manera, estas distinciones de “frías” y “calientes” vienen a explicar parcialmente los hábitos alimenticios actuales en comunidades de Chorti en el oriente de Guatemala, las cuales padecen de desnutrición severa (López & García, 2002).

El acceso, por consiguiente, no está garantizado de manera equitativa entre todos los miembros de una familia aunque exista disponibilidad de alimentos. Esto no quiere decir que no puede haber una buena razón para estos tabúes, sólo que estas formas de alimentación deben ser entendidas cuando vemos la seguridad alimentaria y nutricional.

CONSUMO

Los alimentos pueden estar disponibles y ser accesibles, pero eso no significa que serán comidos. El consumo de alimentos está íntimamente relacionado con el sentido de identidad individual. Este es un factor que ayuda a mantener hábitos de alimentación increíblemente variados alrededor del mundo, mientras se logra que la alimentación sea un área en la cual se desarrollen experimentos con identidad. Así como los estilos de vida tradicionales interactúan de manera más cercana con un sistema de consumo globalizado, y, las minorías continúan sufriendo el rechazo social, no es de sorprenderse que se imiten las formas de consumo de las clases sociales dominantes. Las dietas urbanas ricas en carbohidratos del mundo occidental son bien valoradas en los hogares pobres de las zonas rurales y consideradas como opciones modernas, mientras que las dietas bien balanceadas y variadas de las zonas rurales del hemisferio sur son descartadas por ser consideradas anticuadas.



Cuadro 4

El penoso secreto del éxito

Una familia particularmente saludable del Lago Atitlán (Guatemala) se avergonzó al admitir públicamente que el secreto de su nutrición exitosa consistía en comer una especie de peces muy pequeños que extraían del lago, considerado por la población como una comida de pobres (Kadetz, 2008).

Simplemente con asegurar que la familia tenga acceso a los nutrientes requeridos no es suficiente. Esto es evidente en la lucha contra la obesidad en las naciones industrializadas, en donde las familias pueden costear un sin número de opciones saludables pero no necesariamente las escogen. La obesidad está proliferando en Estados Unidos coexistiendo con niveles impresionantes de inseguridad alimentaria y un alto nivel de ingreso per cápita y presupuestos sociales.

NUTRICIÓN

También es útil llevar este enfoque al ámbito de la seguridad nutricional, un término que hace referencia a la habilidad del cuerpo de hacer uso de los nutrientes que se consumen. Por ejemplo, los niños y niñas que padecen enfermedades como la diarrea están en alto riesgo de desnutrición. La seguridad nutricional se ve en riesgo ante la falta de agua potable, prácticas sanitarias y de cuidado inadecuadas y la falta de servicios de salud e infraestructura sanitaria. El cuidado infantil varía considerablemente según la cultura. El uso biológico de los nutrientes también puede variar entre los diferentes grupos sociales, así como puede estar relacionado a diferencias genéticas basadas en la evolución de los grupos étnicos en ambientes específicos.

Cuadro 5

Dietas no saludables causan enfermedades

Ciertas poblaciones pueden estar genéticamente predispuestas a enfermedades relacionadas a la nutrición y el cambio en los hábitos culturales, como pasar de una dieta tradicional a una dieta más procesada con altos contenidos de grasas y azúcares puede ser particularmente peligrosa, dando como resultados altos niveles de diabetes y obesidad. La OMS pronostica que los casos de diabetes del Tipo 2 se duplicarán de 150 millones en 1997 a 300 millones en el 2025, teniendo la mayor cantidad en China e India (Lang & Heasman, 2004).



NUESTRO ENFOQUE CULTURAL

INVESTIGACIÓN ANTROPOLÓGICA

Estudios antropológicos ayudan a identificar no sólo las prácticas relevantes en términos de producción y consumo sino también la lógica detrás de estos hábitos y la forma en que la vida familiar funciona. Este tipo de investigación contribuye a un entendimiento más profundo de los factores que pueden llevar a la desnutrición, como las conductas en las tomas de decisiones familiares, las cuales evitan creer que el aumento de los ingresos o la disponibilidad de alimentos mejorarán necesariamente los índices de desnutrición. Sin embargo, tenemos que tener cuidado ya que la incorporación de la “cultura” como un factor para entender la desnutrición, no permite que los actores externos utilicen las creencias locales como chivo expiatorio y culpen a las diferencias culturales por los altos índices de desnutrición.

La realización de investigaciones antropológicas sobre la cultura y los sistemas alimentarios tradicionales facilitará la obtención de respuestas locales para los problemas de nutrición. Los esfuerzos bien intencionados para reducir la desnutrición crónica pueden presentar res

puestas marginales para la población si se pasan por alto estas investigaciones.

Cuadro 6

El tabú sexual de la papaya

Investigaciones recientes sobre la vitamina A, realizadas en ciertas comunidades de la India muestran que su compleja cultura alimentaria les dicta que a pesar de que la papaya es una fruta rica en esa vitamina y de fácil disponibilidad para su consumo, sólo puede ser ingerida por niños y niñas de 4 a 15 años de edad porque se cree que causa impotencia. Las campañas de educación deben promover el consumo de otros alimentos locales con el propósito de evitar que se desperdicien otros recursos que provienen de una fuente culturalmente inaceptable. Que no son aceptadas culturalmente (Kuhnlein & Pelto, 1997).

La documentación sobre conocimiento cultural como medicina y cocina tradicional o manejo de recursos está ganando terreno en el campo de la salud pública. La Organización para la Agricultura y la Alimentación de las Naciones Unidas (FAO por sus siglas en inglés) está preocupada en que el cono-

cimiento valioso para la salud de una comunidad, desarrollado con el transcurso del tiempo en contextos ecológicos, esté en riesgo como cuando las comunidades indígenas aisladas entraron en contacto con el proceso de globalización. Ya que a menudo se experimenta una mayor vulnerabilidad, pobreza, reducción del acceso a los recursos y marginación; que a su vez, implica nuevas amenazas para la salud (Kuhnlein et al., 2009). La FAO sugiere que ayudando a proteger los conocimientos culturales, así como los recursos naturales se pueden reducir los problemas de salud pública.

ENTENDIENDO EL CAMBIO DE CONDUCTA

La información socio-cultural no es sólo sobre la identificación de las preferencias y hábitos locales sino también está dirigida a asegurar la idoneidad de nuestras herramientas de comunicación y las estrategias de cambio. ACF reconoce que la educación nutricional es un campo complicado, aunque es esencial para revertir las tasas de desnutrición crónica. Smith y Haddad (2000) señalan que la educación de las madres ha contribuido a más del 40% de la reducción de la prevalencia de la desnutrición en los países en vías de desarrollo.

Cuadro7

Educación para hábitos saludables, una tarea difícil

Aun en las clases medias de Europa y Norteamérica, las personas encargadas de elaborar políticas de salud pública enfrentan grandes retos para identificar la manera de ayudar a la población a adoptar hábitos saludables y a evitar el tabaco, el alcohol y el comer en exceso. El Instituto Nacional para la Salud en el Reino Unido ha recomendado que el gobierno prohíba anuncios televisivos para niños y fabrique aperitivos más saludables y baratos (Boseley, 2010). En Estados Unidos varios estados han propuesto que la comida chatarra tenga un impuesto adicional (Lang & Heasman, 2004).

En los países desarrollados, el acceso a la información por sí solo no ha contribuido a un cambio de comportamiento. Tomando esto en cuenta, nuestro enfoque busca identificar los factores que motivan cambios a nivel personal y comunitario para reconocer las fuentes de información y liderazgo más significativas para los miembros de la comunidad. Estos factores pueden incluir a los promotores de salud, parteras, curanderos o líderes religiosos. Adultos

en situaciones socioeconómicas similares, pero significativamente con mayor éxito al alimentar a su familia con una dieta nutritiva, pueden probar que son más importantes que las enfermeras para ayudar a mejorar la situación nutricional en la comunidad. Ejemplos de estos individuos de cambios positivos han sido sorprendentes y muy útiles para entender las causas de la desnutrición crónica, así como tratar de hacerle frente a este problema (Kadetz, 2008).

DIALOGO E INTERCAMBIO

En los proyectos de ACF se busca incorporar una metodología que se enfoca en reconocer a los grupos involucrados

como partes iguales en el proceso y que incluye un diálogo permanente con la comunidad y las instituciones locales. Un enfoque cultural necesariamente tiene que tener en cuenta las relaciones de poder que existen entre las poblaciones rurales, las organizaciones externas y el gobierno. Este conocimiento garantiza la sensibilidad en las etapas de investigación e implementación. Al mismo tiempo, un enfoque basado en el diálogo, el entendimiento del sistema de pensamiento local y la toma de conciencia sobre las relaciones de poder puede formar parte, por sí mismo, del contenido del programa.



Cuadro 8

Consejos claros sobre nutrición

En situaciones donde la discriminación cultural juega un papel en el acceso, calidad y aceptabilidad de los servicios de salud ofrecidos a las poblaciones minoritarias, la educación de los profesionales de la salud en lo que se refiere a sensibilidad cultural puede ser igual de relevante que la educación de la madre dentro de la comunidad. Por ejemplo, los proyectos de nutrición podrían incluir apoyo al sistema de salud en términos de desarrollo de recetas basadas en recursos locales y de campañas de promoción en la lengua local y también capacitación para el equipo que promueve el respeto hacia la cultura y que transmite información sin términos médicos complicados que no son claros para la población.

ACF trabaja en la revisión del marco conceptual para la desnutrición y está desarrollando una metodología para mejorar la utilización de este marco y fortalecer el análisis causal de nutrición. Dado que se está ganando experiencia sobre cómo integrar más las consideraciones culturales en nuestras propuestas técnicas en seguridad alimentaria y nutricional, se espera que las lecciones aprendidas contribuyan a estas discusiones conceptuales y a una mejor comprensión de las causas complejas de la desnutrición crónica.

PLAN DE TRABAJO

El siguiente marco de acción para la incorporación sistemática de un enfoque cultural en seguridad alimentaria y nutricional describe un plan de trabajo general que será iniciado por ACF-E en América Latina a través de sus proyectos de campo y del trabajo con las contrapartes.

- Revisión de experiencias relevantes
- Llevar a cabo experiencias de investigación de ACF orientadas a la acción



- Adaptar la metodología para la investigación etnográfica en nutrición y seguridad alimentaria
- Publicar los resultados de la investigación y las recomendaciones
- Evaluación del impacto
- Extraer herramientas y conclusiones para crear las directrices de ACF para un enfoque cultural en Seguridad Alimentaria y Nutricional
- Incidencia con los Gobiernos Nacionales y las Instituciones de Ayuda Internacional para ampliar las políticas y actividades que se basan en la evidencia para abordar la desnutrición crónica aguda



Para mayor información favor contactar a:

Bronwen Gillespie, Coordinadora Social,
ACF-E Perú
Correo electrónico:
coordsoc-pe@acf-e.org

BIBLIOGRAFÍA

- ACF-E. 2010. De acuerdo a las observaciones efectuadas por el equipo local de ACF-E en Vilcashuamán, Ayacucho, Perú, 2010.
- ACF International Network. 2010. "Tomando Acción. Nutrición para la Supervivencia, Crecimiento y Desarrollo". ACF, París.
- ACF International Network. 2009. "Políticas en Salud Mental y Prácticas de Cuidado Infantil". ACF, París.
- ACF International Network. 2008. "Seguridad Alimentaria y Medios de Vida". ACF, Paris.
- Boseley, S. 2010. "Cambios alimenticios convenientes podrían salvar miles de vidas". Guardian Newspaper, Reino Unido, martes 22 de Junio.
- Contreras Hernández, J. y M.I. Gracia Arnaiz. 2005. "Alimentación y Cultura, Perspectivas antropológicas". Editorial Ariel, Barcelona.
- Diez Canseco, Lupe Camino et al. 2003. "Estudio de exploración para Desarrollar un Enfoque Intercultural y para Mejorar la Calidad de los Servicios de Salud en los Departamentos de Huancavelica, Ayacucho y Andahuaylas, en el Marco del Programa para Modernizar el Sector Salud". PER B7-310/97/209, Lima.
- House, S. 2007. "Cómo hacer proyectos exitosos y sostenibles de Agua y Saneamiento en contextos de vulnerabilidad". ACF International Network, ACF, Paris.
- Kadetz, P. 2008. "Factores de Gobierno, ONG y Comunitarios que afectan la desnutrición en 12 comunidades indígenas del Lago Atitlán, Guatemala. Evaluación de soluciones sostenibles". La Real Sociedad geográfica y la Sociedad de la Universidad de Oxford.
- Kuhnlein, H. y G. Pelto.eds. 1997. "Cultura, Medio Ambiente y Alimentos para prevenir la deficiencia de Vitamina A". Fundación Internacional de Nutrición para Países en vías de Desarrollo, Boston y el Centro de Investigación Internacional para el Desarrollo, Ottawa.
- Kuhnlein, H., B. Erasmus y D. Spigelski. 2009. "Sistemas alimentarios de los pueblos indígenas: las muchas dimensiones de la cultura, diversidad y medio ambiente para la nutrición y la salud". FAO, Roma.
<http://www.fao.org/docrep/012/i0370e/i0370e00.htm>
- Lang, T. y M. Heasman. 2004. "Las Guerras Alimentarias". Earthscan, Londres.
- López García, J. 2002. "Restricciones culturales en la alimentación Mayas-Chortis y Ladinos en el oriente de Guatemala". Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid.
<http://eprints.ucm.es/2397/>
- Pelto, G.H. y P.J. Pelto. 1990. "Dieta y Deslocalización: Cambios Dieticos Desde 1750". En Rotberg, R.I. y T.H. Rabb, eds. 1990. El Hambre en la Historia, pp. 340-362. Siglo XXI editores, Madrid.
- Smith, L.C. y L. J. Haddad. 2000. Explicando la desnutrición infantil en países en desarrollo: Análisis comparativo entre países. IFPRI Reporte de Investigación 111, Instituto de Investigación de Políticas Alimentarias Internacionales, Washington DC.



Con el apoyo financiero de:



«El contenido de este material es responsabilidad exclusiva de <Acción Contra el Hambre - Perú > y en ningún caso debe considerarse que refleja los puntos de vista de la Unión Europea, la AECID o la Generalitat Valenciana»



Fundación Acción contra el Hambre

Calle Francisco del Castillo 235 2do. Piso
Urb. San Antonio Miraflores - Lima, Peru
Tlf: (51 1) 628 28 35 / (51 1) 628 28 36
acfe-pe@acfe.org / www.accioncontraelhambre.org