

**CORPORACION PARA LA CONSTRUCCION
PARTICIPATIVA DE LA SALUD PÚBLICA
OBUSINGA**

**CORPORACION DESARROLLO Y PAZ DEL
MAGDALENA MEDIO**

**MODULO DE FORMACION EN
DESARROLLO CON PERSPECTIVA ALIMENTARIA**



PROGRAMA DE DESARROLLO
Y PAZ



**ELABORACION
NESTOR J. MENDIETA**

Octubre de 2012

MODULO DE TRABAJO

DESARROLLO CON PERSPECTIVA ALIMENTARIA

CONTENIDO

PRIMERA PARTE. ASPECTOS CONCEPTUALES

1. El problema de la incidencia
2. Planteamiento general de la perspectiva alimentaria
3. Escenarios sociales de la perspectiva alimentaria
 - a. Cultura
 - b. Economía
 - c. Ordenamiento territorial
 - d. Ética y alimentación

SEGUNDA PARTE. INSTRUMENTOS PARA EL DESARROLLO CON PERSPECTIVA ALIMENTARIA

1. Epidemiología nutricional participativa
 - a. Perfil nutricional
 - b. Canasta Alimentaria Básica
 - c. El gasto de las familias en alimentos
2. Gastronomía saludable
 - a. Recuperación de la memoria alimentaria
 - b. Minuta campesina
3. Zonas de Reserva Alimentaria
 - a. Cartografía alimentaria
 - b. Actividades tipo
4. Mercados locales de alimentos básicos
 - a. Planes de negocio para el mercado local de alimentos
 - b. Unidades Agroalimentarias de Producción a Escala Local
 - c. Alimentos con sello campesino

PRIMERA PARTE: ASPECTOS CONCEPTUALES

1. El problema de la incidencia social y de la incidencia política

Para muchas personas comprometidas con la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) el CONPES 113, mediante el que se formuló la política de SAN para Colombia en el año 2007, constituyó un importante avance social para nuestro país. No podría ser de otra manera si se tiene en cuenta que el documento referido bien podría catalogarse como progresista y de avanzada. El CONPES 113 reconoce el derecho humano a la alimentación y lo utiliza como base para la formulación de las líneas y los componentes de la política. Tampoco faltan en el documento las referencias a la soberanía y a la autonomía alimentaria y, sin duda, las líneas de la política son consecuentes con estos elementos. Adicionalmente, en los instrumentos que se han venido usando para promover la formulación de las políticas departamentales ulteriores se puede constatar la manera como se promueve una visión integral de la SAN y se procura identificar la mayoría de factores que intervienen en el proceso alimentario.¹

Sin embargo, los avances conceptuales en este sentido contrastan marcadamente con las políticas sectoriales que durante los últimos años se han venido implementando en el país y que determinan el proceso alimentario de las familias y comunidades. La política energética, que facilita explotaciones mineras que comprometen bosques y fuentes de agua, y la política agraria, que favorece la instalación de monocultivos y profundiza la dependencia alimentaria de las regiones, son algunos ejemplos de las contradicciones que hay al interior de la política gubernamental.

Aparentemente, las buenas intenciones, consignadas en el CONPES por iniciativa de sectores progresistas ligados a las instituciones públicas, no logran permear la visión y propósitos de los sectores dominantes del ejecutivo. En otras palabras, la fuerza política del CONPES 113 es inferior a la de otras políticas gubernamentales y la eficiencia política del mismo puede resultar muy limitada si se pretende modificar factores determinantes del hambre y la inseguridad alimentaria de la población.

De hecho, 13 artículos de la constitución se relacionan con el derecho a la alimentación a pesar de que se esté muy lejos de la garantía del mismo. Del mismo modo, según el Observatorio de SAN de la Universidad Nacional (OBSAN-UN) además del CONPES 113, desde 1991 hasta nuestros días se han promulgado 3 Leyes, 5 CONPES, 2 Programas y 3 Planes Nacionales que se relacionan directamente con la SAN².

No es extraño, por supuesto, que se presenten contradicciones en las políticas públicas, como tampoco lo es que los gobiernos convivan con ellas y que la opinión pública las soporte en silencio. Pero el objetivo de este texto no es profundizar en este sentido. Eso sí, lo que se busca resaltar es que las contradicciones en las políticas evidencian el lugar

¹ CONPES 113. Departamento Nacional de Planeación. Colombia. Marzo de 2007.

² Del Castillo, Sara. OBSAN-UN. "Cumplimiento del derecho a la alimentación en Colombia". Ponencia presentada en el V Foro Académico Internacional por el derecho a la alimentación. Aguachica, octubre 2011. http://www.youtube.com/watch?v=4p3tByzXaGA&list=PL61FF6282C9BE86E8&index=15&feature=plpp_video

que los diferentes temas ocupan dentro de la agenda política y permite suponer el manejo que se dará a los temas relegados a planos secundarios.

En ese sentido, es previsible que aquellas acciones dirigidas a la incidencia política, y que se agencian a través de un discurso de SAN, reciban el tratamiento establecido en el CONPES. Es decir, que deban posicionarse en comités que formalizan la participación ciudadana, que luego deban tramitarse en planes de desarrollo y, finalmente, queden a discreción de las prioridades que establezca el ejecutivo de turno. En otras palabras, a pesar de las valiosas construcciones conceptuales que ha aportado la SAN, en la práctica política el uso de estas es muy limitado. Bien identifica esta situación Peters cuando afirma que "la política pública es lo que ocurre, no lo que se dice en la legislación"³.

Pero, esta deficiencia de la SAN en el plano de la incidencia y la gestión no solo se aprecia frente a la mayor parte de los entes gubernamentales. También es patente en los programas que se promueven desde empresas e incluso desde algunas grandes ONG's.

Los documentos que se han escrito en los últimos años relacionan cada vez más a la SAN con la pobreza hasta el punto de asimilarla a una condición ausente en la vida de los pobres. Y, en consecuencia, más allá de las definiciones que hayan pretendido los técnicos y teóricos, las instituciones y la ciudadanía tienden a apreciar a la SAN como "algo" que le hace falta a los pobres. Y ese "algo" en general es entendido por los decisores simplemente como comida.

Por lo tanto, a menudo los programas de SAN se reducen a acciones que promueven cultivos de pancoger en medio de producciones agropecuarias enfocadas a la exportación. O, también como proyectos que promueven el llamado autoconsumo por parte de las familias campesinas o como proyectos asistenciales de entrega de alimentos a la población infantil. En cualquiera de los casos, se trata de acciones paliativas, dirigidas a la supervivencia y que no logran afectar los determinantes de la alimentación y nutrición de las poblaciones.

Por otro lado, también es necesario reconocer que, por su origen, la SAN tiende a ser un concepto técnico, abstracto y complejo que poco le dice al ciudadano común y que, por lo tanto, no convoca fácilmente las voluntades de la ciudadanía. Cuando se habla de SAN se plantean conceptos, como disponibilidad, inocuidad, aprovechamiento, que no son de fácil comprensión ni siquiera para quienes toman las decisiones en las corporaciones públicas. Del mismo modo, los elementos de la SAN no aparecen con claridad en la cotidianidad ni de las familias ni de las comunidades. No es inusual que, durante los trabajos comunitarios, los grupos ciudadanos descubran que, sin saberlo, sus acciones contribuían a la SAN de su localidad.

Por todo ello, de cara a la búsqueda de incidencia política y social en la lucha contra el hambre y en la valorización del tema alimentario, es preciso ubicar un concepto movilizador que acerque el tema a la cotidianidad de la ciudadanía y permee las agendas institucionales y gubernamentales. Ese es precisamente el sentido de la Perspectiva Alimentaria, una iniciativa que surge de la necesidad de crear escenarios en los que la ciudadanía y las instituciones evidencien su papel y sus responsabilidades frente al asunto

³ Peters, Guy. 1999, citado por Del Castillo, Sara. OBSAN-UN. Op. Cit.

alimentario y, desde sus prácticas concretas, identifiquen formas de comprometerse en la lucha contra el hambre y en la dignificación de la vida humana.

2. PLANTEAMIENTO GENERAL DE LA PERSPECTIVA ALIMENTARIA

La perspectiva alimentaria no es otra cosa que mirar a los grupos humanos, comunidades y a la sociedad en general desde la manera como se alimentan. Se trata de tomar el alimento mismo como punto de partida para desde allí explorar y explicar la trama económica, cultural, ambiental y política de una sociedad y, así mismo, interpelar a sus instituciones y a su ciudadanía.

Bajo el entendimiento de que la alimentación es la necesidad humana fundamental, y que los grupos humanos deben crear una serie de sistemas y redes que les permitan resolver cada día su asunto alimentario, es procedente considerar que buena parte de las estructuras sociales están diseñadas directa e indirectamente para satisfacer las necesidades alimentarias y nutricionales de quienes forman parte de la sociedad.

Adicionalmente, la condición humana hace que nuestras necesidades alimentarias vayan más allá de lo meramente nutricional y que se entrelacen con una serie de requerimientos afectivos, creativos y estéticos. Esta conjunción de necesidades vuelve a colocar el tema alimentario como un eje esencial de la vida humana y permite asegurar que la cultura de los pueblos, el paisaje que configuran en las zonas que habitan y hasta sus valores fundamentales también se estructuran alrededor del asunto alimentario.

En suma, desde la perspectiva alimentaria se trata de identificar la manera como la búsqueda de la satisfacción de las necesidades alimentarias va moldeando los diferentes ámbitos de la vida de los sujetos individuales y colectivos. Este enfoque parte de plantear que la economía, la cultura y la política están significativamente influidas por la importancia que el alimento juega en la vida humana y que, a partir de allí, el modo en que una sociedad resuelve su asunto alimentario revela su modelo de desarrollo.

Por otro lado, la perspectiva alimentaria no solo sirve para descifrar los modelos de desarrollo de las sociedades. Por encima de todo, este enfoque convierte al tema alimentario en una estrategia central para la promoción del desarrollo humano integral. Al tomar el asunto alimentario como prioridad permite enfocar los esfuerzos de los diferentes sectores públicos en un sentido mucho más comprometido con las necesidades humanas fundamentales y con la dignificación de la vida.

3. ESCENARIOS SOCIALES DE LA PERSPECTIVA ALIMENTARIA

Como se planteó atrás, la perspectiva alimentaria permite comprender la manera como comunidades y poblaciones específicas han construido su desarrollo. En ese sentido, se identifican cuatro relaciones del alimento con las dinámicas de la sociedad humana. Estas son:

- El alimento en la cultura. A partir del análisis de las identidades culturales alimentarias se reconocen los procesos históricos de adaptación activa al territorio por parte de los habitantes. Dichos procesos se evidencian en las preparaciones y costumbres

gastronómicas de la población y reflejan los elementos de arraigo y plan de vida de los habitantes.

- El alimento en la economía. Con base en el reconocimiento de los circuitos económicos alimentarios se identifica el peso y el impacto que los alimentos tienen dentro de la economía familiar y local.
- El alimento en el territorio. Se busca reconocer el papel que juega el proceso alimentario en la organización espontánea y deliberada del territorio por parte quienes lo habitan y de quienes lo explotan.
- El alimento en la ética ciudadana. Se identifica la valoración que el alimento tiene sobre los patrones de organización social, el reconocimiento del hambre, de la solidaridad alimentaria y de los deberes y derechos que los miembros de la comunidad, las organizaciones sociales y el estado tienen alrededor de lo alimentario.

a. El alimento en la cultura

La gran mayoría de las especies animales tienen identificada su fuente de alimentos desde que nacen. Gobernado por sus instintos básicos, el pequeño rumiante empieza a consumir hierba pocos minutos después de nacer. El carnívoro tendrá que aprender a cazar pero no tiene dudas en comer la carne que le es traída por sus padres y los pequeños pájaros no titubean al apreciar a los insectos como su comida apropiada.

Para el ser humano, llevarse un bocado a la boca siempre implicó una decisión consciente y significó un riesgo inherente. Como omnívoro, estaba facultado para digerir diferentes fuentes de nutrientes pero, así mismo, tenía que afrontar el riesgo de consumir como alimento algo que fuese nocivo para su salud e incluso venenoso.

Los frutos de aquel árbol podrían ser sabrosos pero, igualmente, podían producir diarrea y postrar a la persona durante varios días. Los granos de aquel arbusto daban energía pero eran demasiado duros como para ser masticados adecuadamente. La raíz de aquella planta podía ser agradable y alimenticia pero no era fácil distinguirla de otras plantas semejantes. En fin, de las 275.000 especies de plantas conocidas solo 30.000 son comestibles así que las posibilidades de equivocarse y echarse a la boca alguna cosa dañina eran bastante elevadas.⁴

¿Cómo pudo entonces el ser humano, "bendecido" por su condición de omnívoro, protegerse de sus propias decisiones? La única forma fue experimentando, equivocándose e incluso muriendo por ello, pero acumulando el conocimiento sobre su entorno inmediato. Así, progresivamente fue construyendo la propia cultura alimentaria. Al principio, seguramente, tan solo como un conjunto de saberes que permitía distinguir lo alimenticio de lo venenoso o de lo nocivo. Pero, posteriormente, la cultura debió incorporar saberes referidos al cultivo de especies, al cuidado de animales y a la cocción de los alimentos. Con el sedentarismo, la cultura alimentaria incorporó saberes ya no solo de índole nutricional sino también de tipo económico y estético.

⁴ Organización Internacional Amigos de la Tierra. Ponencia presentada en Congreso de Soberanía alimentaria. Bucaramanga. 2005

De ese modo, en la medida en que un pueblo florecía lo hacía también su cultura alimentaria como una expresión viva y vigente de su adaptación al territorio que habitaba. Una cultura cada vez más compleja que determinaba desde la construcción de las viviendas hasta la división territorial, pasando por la manufactura de adminículos culinarios, la preparación de los alimentos y hasta la división del trabajo según el sexo de las personas.

Imaginemos ahora los efectos que podría producir, sobre un conjunto de personas, la pérdida, el deterioro o la ausencia de una cultura alimentaria. Es la situación que puede vivir un ciudadano corriente arrojado a una selva exuberante. Este ciudadano puede saber que en esa selva hay abundancia de especies y que, seguramente, hay enormes cantidades de alimento potencial pero, él no puede distinguir entre lo nutritivo y lo nocivo entre lo alimenticio y lo venenoso. Y, tiene tan solo 30 días para encontrar alimento suficiente antes de que su cuerpo perezca. En contraste, el indígena nativo de esa misma selva, igualmente omnívoro, igualmente humano, pero que ha vivido en ese territorio no tiene el menor problema en abastecerse, alimentarse y nutrirse. Su cultura alimentaria lo ha capacitado para reconocer su entorno; para distinguir y preparar el alimento y, de esa manera, lo ha protegido y le ha dado la oportunidad de desarrollar su vida.

A partir de estos planteamientos, sin duda, se puede aseverar que la cultura alimentaria es una de las mayores riquezas de un pueblo ya que, a través de ella, un amplio conjunto de seres humanos logra resolver los grandes dilemas de su condición de omnívoro. Con base en su cultura, ya no se tratará de un limitado homínido enfrentando en solitario a la misteriosa y amenazante naturaleza sino de un ser humano guiado por los aprendizajes de la sociedad que lo abriga.

En ese sentido, las primeras culturas alimentarias estaban totalmente ligadas al territorio físico inmediato en el que se desenvolvía la vida de los humanos que las portaban. Por ello mismo, se trataba de culturas alimentarias realmente sustentables ya que a través de ellas se establecía una armonía entre los ciclos de vida de las plantas y animales del territorio y el ciclo reproductivo de los pueblos que lo habitaban. Aún se puede apreciar estas formas culturales tan estrechamente relacionadas con su entorno inmediato particularmente entre poblaciones indígenas poco penetradas por la cultura occidental.

Con el paso del tiempo las identidades culturales de las comunidades, pueblos y naciones se han basado cada vez más en lo que podríamos llamar territorios simbólicos y menos en los territorios físicos. Los increíbles desarrollos del mercado, los transportes y las comunicaciones generan diversas influencias en las culturas locales y las vuelven cada vez más híbridas. Tan solo pensemos en lo que puede significar una "pizza hawaina". Se trata de una preparación originaria del sur de Italia y la modalidad hawaina no procede de EEUU ni de Oceanía, como podría suponerse, sino de Alemania. Además, es preparada y consumida en casi todos los rincones de Colombia en donde, a partir de la cocina criolla, cada vez se desarrollan más variaciones a este plato. De tal modo que, para muchas personas colombianas la pizza es realmente una parte de su identidad cultural.

Hoy día, las culturas alimentarias tienen más que ver con las identidades que se van construyendo alrededor de esos territorios simbólicos que se mencionaron atrás. Así, existen platos cosmopolitas provenientes de la cocina internacional que hacen sentir a la

gente que los consume más ligada al mundo moderno y a la globalidad. También se ha desarrollado todo un universo de alimentación "light" relacionada con el bajo consumo de grasas y calorías y con una serie de cuidados que les permitan a las personas hacer parte de aquellos que "están en forma".

No obstante, es necesario entender que en el fondo nuestra condición de homínido limitado no ha variado mucho. Hoy día, estamos sometidos a una nueva oferta alimentaria, a una nueva selva desconocida que implica otros dilemas, otros riesgos y otras decisiones. Ahora aparecen a nuestro alrededor alimentos naturales, alimentos campesinos, alimentos industriales, alimentos sintéticos. Los unos cuestionados por las condiciones higiénicas en que son producidos, los otros por los químicos que son usados para su preservación, aquellos inclusive por la manipulación genética de la que son objeto.

Nuestros avances tecnológicos y científicos nos han colocado frente a nuevos y angustiosos dilemas alimentarios. De hecho, ahora vivimos un profundo conflicto con el alimento. Así como, en los albores de la humanidad, el conflicto era con una naturaleza misteriosa en medio de la cual estaban ocultos nuestros apreciados alimentos, en la actualidad el conflicto es con el universo de alimentos en medio de los cuales están ocultos nuestros apreciados nutrientes.

No es extraño que nos preguntemos si estaremos consumiendo todo el omega 3 que necesitamos o si le estaremos suministrando a nuestros hijos el selenio y el magnesio que requieren para su adecuado desarrollo. Por otro lado, para el homínido contemporáneo, el colesterol, los triglicéridos y las calorías son, entre otros, los nuevos venenos de los que debe cuidarse cuando se lleve un trozo de alimento a la boca. Con el agravante de que los efectos de ese "veneno", a diferencia del remoto pasado, ya no se expresan de manera inmediata sino que se manifiestan por medio de exámenes de sangre o a través de los cambios en los depósitos de grasa del cuerpo.

Qué decir de otra serie de amenazas que sentimos que nos acechan en medio de los alimentos procesados industrialmente. La posibilidad de adquirir cáncer por el consumo de agentes preservantes de alimentos o de que nuestros hijos desarrollen alergias por el consumo de alguna sustancia presente en un alimentos extraño. O que el consumo de bebidas químicas o de organismos genéticamente modificados conduzca a alteraciones en el genoma de nuestra descendencia.

En ese sentido, anorexia, bulimia, ortorexia, vigorexia, hebriorexia y toda la suerte de trastornos alimentarios que aquejan actualmente a la humanidad son la expresión del conflicto que vivimos con el alimento. Y esta situación se torna más angustiosa si consideramos que esta nueva selva se inició hace menos de 100 años y que, en los países del tercer mundo, todo el proceso ha tomado apenas un cuarto de siglo. En efecto, el desarrollo de las culturas alimentarias primitivas, en la era en que la humanidad se abastecía mediante la caza y la recolección, pudo haber requerido hasta 100.000 años. Y, la aparición de las gastronomías tradicionales, probablemente en sincronía con la aparición de la agricultura hace 10.000 años, tomó también siglos para estabilizar conjuntos de saberes que sirvieran de guía a las personas en sus decisiones alimentarias cotidianas.

La transformación acelerada de las pautas de consumo alimentario durante las últimas décadas coloca a la humanidad en una delicada situación de vulnerabilidad que algunos autores han llamado gastro-anomía, para oponerla al orden alimentario que supone la gastro-nomía. Progresivamente, parecemos sucumbir ante la aparición de una cultura nutricional global que promueve el consumo de mezclas nutritivas semi-sintéticas que impiden la evolución de las gastronomías locales⁵.

Afortunadamente, en el mundo han aparecido una serie de movimientos que buscan la recuperación y evolución de las culturas alimentarias locales. Estos esfuerzos, cada vez más articulados, por recuperar y mantener el patrimonio cultural de los pueblos representan una genuina esperanza para la humanidad. El éxito de estas iniciativas ofrecerá a las diferentes comunidades los desarrollos gastronómicos mediante los cuales podrá proteger su salud y desarrollarse armónicamente con su medio ambiente.

b. El alimento en la economía

La alimentación ha sido, desde siempre, la base de la economía humana. Es cierto que no solo de pan han vivido el hombre y la mujer y que aspectos como la vivienda y el vestido ocuparon un lugar importante en las necesidades de los humanos primitivos. Igualmente, en la actualidad existe una gran cantidad de bienes y servicios de consumo distintos al alimento y que representan un alto porcentaje del gasto del mundo. Renglones como la educación, las comunicaciones y el entretenimiento movilizan enormes esfuerzos de la humanidad y, así mismo, equivalen a una cantidad inconmensurable de dinero. Pero, para la inmensa mayoría de las familias del planeta el alimento sigue siendo el motivo fundamental de sus esfuerzos y, como bien se sabe, en él invierten buena parte del dinero que obtienen.⁶

A lo largo de su existencia, la humanidad ha consagrado la mayor parte de su trabajo a alimentarse. Para los primeros humanos la caza y la recolección ocupaban la mayor parte del tiempo de hombres y mujeres. Posteriormente, la aparición de la agricultura y el pastoreo permitieron la sedentarización y el inicio de procesos acumulativos que en poco tiempo condujeron a los intercambios y al nacimiento del comercio. Aún así, la inmensa mayoría de personas se ocupaba en asuntos relacionados directamente con el alimento y éste continuaba siendo el motor fundamental de la economía humana.

De hecho, hace apenas medio siglo, la mayor parte de los colombianos se dedicaba a labores de tipo alimentario. Bien fuera como productoras, transformadoras, transportadoras o comercializadoras de alimentos, la mayoría de personas estaban ligadas a las cadenas alimentarias en un rol adicional al rol inevitable de consumidoras. Todo ello, sin contar con aquellas personas que trabajaban en la fabricación de artículos de cocina, cubiertos, vajillas, comedores, etc.

Es solamente en el último siglo y casi en las últimas décadas que esta tendencia se ha modificado y el sector alimentario ya no representa la mayor parte del trabajo humano.

⁵ Fischler, Claude. "Gastro-nomía y gastro-anomía. Sabiduría del cuerpo y crisis biocultural de la alimentación moderna". *Gazeta de Antropología*; N° 26 /1, 2010, Artículo 09.

⁶ Los estudios de la Corporación Obusinga en el Cesar y el Magdalena Medio muestran que el gasto en alimentos entre las familias rurales y de estratos bajos es superior al 50% del total de sus gastos.

Aunque, para ser más precisos, debemos decir que no representa la mayor parte del trabajo remunerado ya que la mayoría de mujeres continúa ocupando mucho de su tiempo en tareas alimentarias.

No obstante, esta disminución progresiva de la proporción de humanos dedicados a trabajos alimentarios no significa, en modo alguno, que el renglón alimentario de la economía haya decaído o sea menos significativo que en el pasado. Todo lo contrario, el renglón alimentario es de tal importancia económica que las grandes industrias fijaron sus expectativas de negocio en él hasta convertirlo en una verdadera maquinaria productora de dinero.

Ahora bien, desde el punto de vista laboral, lo que se ha presentado, en cantidades descomunales, es la expulsión del renglón alimentario de las familias y trabajadores que tradicionalmente vivían de él como campesinos, transformadores artesanales de alimentos y pequeños comerciantes. Hoy día, el número de trabajadores del sector alimentario es proporcionalmente mucho menor que en el pasado y éstos se asemejan más a operarios de maquinarias, ejecutivos de ventas e impulsores comerciales.

Grandes inversionistas son quienes ahora se están apoderando de este renglón de la economía. La revista semana reportó que “pesos pesados del capital nacional, como los Santo Domingo, planean para 2012 tener 21.000 hectáreas cultivadas en soya y maíz, en tierras alquiladas, o comprar el grano a los campesinos para secar el producto en una planta en la zona y sacarlo por el río Meta”. Así mismo, el negocio de la distribución de los alimentos es cada día más copado por las llamadas grandes superficies. Supermercados e hipermercados han desplazado a millares de pequeños tenderos y se ubican como los principales distribuidores de alimentos para la población colombiana. Y ya no se trata de radicarse solamente en las grandes ciudades, cualquier población que cuente con más de 300.000 habitantes ya es objetivo de expansión comercial de estos monstruos mercantiles. Los almacenes Éxito anunciaron que planean invertir en este año la bobadita de 160 millones de dólares en su red de supermercados mientras que su poderoso competidor francés ha anunciado que, para el 2011, planea capturar cuota de mercado de “tiendas de barrio” que siguen representando una gran proporción de las ventas de supermercados nacionales.⁷

En este sentido, la economía alimentaria nos pone de presente la existencia de un renglón privilegiado que nunca perderá su lugar en el mercado. Por lo tanto, es lógico pensar que el negocio alimentario será también una de los renglones más disputados por los agentes de mercado. De hecho, algunas de las empresas más ricas del mundo concentran sus negocios en la transformación industrial de alimentos y la venta de los mismos.

Tal vez algunos de los que mejor representan el aprendizaje sobre el valor del alimento como negocio son los creadores y promotores de la famosa cadena de hamburguesas McDonald's. Esta empresa estandarizó su producto y logró poner al mundo entero a consumirlo de modo que su negocio está presente en la mayoría de países del planeta y produce ganancias inimaginables. Sus proveedores han transformado totalmente la producción de los diferentes ingredientes del paquete McDonald's y disponen de granjas para la producción industrial de papa, carne, pan, etc. A tal punto han comprendido el

⁷ Revista Semana. “Comida a precio de oro”. 2008.

papel que juega el alimento en la economía humana que su producto está íntimamente relacionado con la forma como se consume. Así que, junto con el alimento, ofrecen todo un paquete de recreación que incluye payasos, juguetes y parques de plástico.⁸

De hecho, hasta hace algunos años, la presencia de esta empresa en un país era un indicador de confianza inversionista mediante el que se podía atraer a otras empresas transnacionales. Basada en su prestigio, McDonald's apalanca los negocios de muchas industrias norteamericanas. En sus locales de venta todo proviene de industrias de EEUU: el alimento, las cajas y las servilletas, el mobiliario, los secadores del baño, la ropa de los empleados, los juguetes y los juegos... En fin, McDonald's comprendió que el alimento integra todo un universo de consumos y que, por lo tanto, es una fuente de riqueza inagotable.

En contraste, desde las políticas y discursos ligados al problema alimentario se tiende a ver el asunto de la producción de alimentos como un suceso aislado del acceso y el consumo de los mismos. De cierto modo, estos planteamientos han asumido que, naturalmente, los alimentos son producidos por grandes compañías y que las personas que padecen hambre son solo estómagos improductivos a los que se debe asistir para que puedan recibir el fruto de los negocios alimentarios.

Resulta de una enorme importancia evidenciar las posibilidades de empleo y desarrollo que los circuitos alimentarios pueden representar para las familias que padecen hambre. Sin duda, las cabezas de estas familias, casi todas de origen campesino, tienen la capacidad para producir alimentos con calidad y eficiencia y así mismo participar dignamente en la economía de sus países. De igual manera, el desarrollo de estas modalidades de empleo, desde la base para alimentar a la base, puede tener enormes efectos positivos sobre el bienestar alimentario y nutricional de los pueblos.

c. Ordenamiento territorial

Alguna vez preguntaron a una mujer por su nacionalidad. Ella dijo sabiamente, "yo soy de donde comen mis hijos". Así mismo podríamos entender el concepto de territorio desde una perspectiva alimentaria. Pertenece al territorio del que derivamos la base de nuestra alimentación.

En efecto, si hemos entendido bien, para los expertos la diferencia que existe entre tierra y territorio es la gente. La tierra corresponde a la naturaleza misma o a lo que hoy llaman los ecosistemas. Los territorios en cambio se refieren a la misma tierra pero con las personas que habitan en ella y, por supuesto, con todos los cambios y equipamientos que esas personas provocan.

Desde tiempos inmemoriales, los territorios han sido ocupados, por las diferentes sociedades, para obtener de ellos lo necesario para desarrollar su vida. A veces de un modo cuidadoso y más o menos armónico con el medio ambiente y, en otras ocasiones, de manera totalmente depredadora. Y, desde siempre, una de las principales afectaciones que los seres humanos hemos provocado en los territorios se deriva de nuestras necesidades alimentarias.

⁸ Schlosser, Eric. Fast Food Nation. 2002

Es así como antes de que la mujer descubriera la agricultura, los seres humanos éramos nómadas y ocupábamos los territorios de un modo no muy diferente al de los rumiantes que van de pradera en pradera agotando los recursos disponibles para su sustento. Como no éramos muchos, el planeta tenía una abundancia inagotable y nuestra capacidad adaptativa nos permitía multiplicarnos sin fronteras.

El nacimiento de la agricultura también coincidió con un aumento importante de la población humana por allá en el medio oriente. Al parecer estos fueron los primeros lugares en los que, en razón de nuestra expansión, los recursos naturales empezaron a ser menos abundantes y el ser humano se encontró con un importante obstáculo para su desarrollo. No obstante, basados en esta nueva tecnología de domesticación de las plantas, a la que se unió también el pastoreo de distintos animales, las tribus de entonces hallaron una manera de continuar su desarrollo. Probablemente, en ese momento se presentaron los primeros intentos de ordenamiento del territorio y, seguramente, se hicieron con el fin de alimentarse.⁹

Ya en la edad media, el sociólogo Max Weber cuenta la manera como se organizaba el territorio entre las tribus germánicas. Él plantea, por ejemplo, que la gente vivía en aldeas y, alrededor de ellas, a manera de anillos concéntricos disponían de una zona dedicada a las huertas, en el siguiente anillo una zona destinada a la labranza y más allá la zona de pastizales para el ganado. Finalmente, alrededor de todo este sistema estaban los bosques que no le pertenecían a nadie ni tampoco podían ser explotados. Las tierras laborables, en cambio, eran repartidas entre la gente en franjas a diferencia de los pueblos romanos quienes las dividían en cuadrados. Según Weber esta diferencia se debe al tipo de arado que usaba cada uno de los pueblos citados. Las cuchillas del arado romano obligaban a arar la tierra longitudinal y transversalmente mientras que con el arado germánico no había que entrecruzar surcos y era más fácil labrar por franjas.¹⁰

Pero el hecho, más allá de que comprendamos o no el asunto de los arados, es que en el proceso de alimentarnos modificamos el territorio de tal manera que dejamos nuestra huella en él, es como si con nuestro apetito característico dejáramos una marca en la tierra que habitamos. Progresivamente la forma como hacemos vida en los territorios genera una cultura alimentaria que, a su vez, va moldeando el territorio que habitamos, va cambiando el uso que le damos al suelo, los caminos que construimos y la infraestructura que instalamos.

Alimentarse es el producto de la adaptación activa al territorio que, durante décadas, desarrolla una comunidad para satisfacer el conjunto de sus necesidades alimentarias y nutricionales. No solo se refiere a los alimentos en sí mismos, sino a todos los elementos productivos, comerciales, éticos y estéticos que dan cuerpo a la identidad alimentaria local y regional.

Allí se incluye el reconocimiento de los elementos propios del territorio y que intervienen en el proceso alimentario: semillas e insumos para la producción, pies de cría, ingredientes para las preparaciones culinarias, elementos para la fabricación de utensilios y materias

⁹ Rodríguez, Pepe. Dios Nació Mujer, Ediciones B, Barcelona 1999.

¹⁰ Weber, Max. Historia económica general. Editorial Fondo de Cultura Económica, Méjico 1987.

primas que servirán como combustible para los procesos de cocción. Pero no solo se trata de la extracción de elementos del territorio para la provisión de los alimentos sino también de los trazados viales utilizados para el intercambio de productos y la infraestructura para el abastecimiento. Así mismo, sobre el territorio también tienen lugar las relaciones económicas que permiten el acceso a los alimentos. Allí se establecen los lazos de confianza que permiten obtener mercados a crédito o incluso el acceso solidario a los comestibles. En pocas palabras, el ser humano, establece una serie de relaciones simbióticas con el territorio que ocupa que se manifiestan plenamente en su cultura alimentaria.

Si en la Europa medieval ya era necesario un ordenamiento del territorio, en nuestros países la población, y los intereses de los diferentes sectores, han crecido tanto que cada vez es más difícil ocupar el territorio de manera espontánea e improvisada. Por ese motivo, se creó el ordenamiento territorial con la idea de que las personas se pongan de acuerdo sobre el uso del territorio y este no quede, como en las épocas bárbaras, a merced de quien se imponga por la fuerza.

Sin embargo, cabe preguntarse cuáles son los criterios con que se está ordenando el territorio hoy en día y también si las necesidades alimentarias de la población están siendo consideradas en dicho ordenamiento. Aparentemente, el interés central de quienes actualmente organizan el territorio es la competitividad, es decir, el énfasis está puesto en inversiones que garanticen una explotación eficiente de los recursos disponibles en el territorio sin que se dé suficiente importancia a los problemas ambientales y mucho menos a las necesidades de los habitantes.

En Colombia, a partir de la ley 388 de 1997, se definió el ordenamiento territorial y, con base en ella, se supone que las comunidades acuerdan el uso de suelos y estructuras así como zonas de importancia para la producción agraria, el urbanismo y la reserva ambiental. Sin embargo, el desconocimiento por parte de las comunidades de estas definiciones legales y la mirada pasiva del estado, facilita que diferentes negociantes del campo incentiven monocultivos y proyectos energéticos y mineros de gran escala que afectan gravemente la sostenibilidad económica, social, cultural y ambiental de las presentes y futuras generaciones.¹¹

Así, los territorios son planeados por quienes tienen acceso a las decisiones y, de manera casi imperceptible, van siendo transformados de acuerdo con intereses particulares. Antes de que haya la posibilidad de reaccionar, los terrenos aptos para cultivos alimentarios ya han sido destinados a la ganadería extensiva, a la siembra de agrocombustibles o a agresivas explotaciones mineras.

Cada una de estas nuevas formas de ocupar el territorio produce también un efecto sobre la población. Y este efecto, con frecuencia es el desplazamiento de sus territorios. En ese sentido, los estudios demuestran que las dificultades por las que pasan muchos migrantes y el desconocimiento de los productos que se encuentran en sus nuevos contextos llevan a estos colectivos a sustituir hábitos saludables de sus lugares de origen por conductas menos sanas y que provocan obesidad. En ese sentido, Ngo de la Cruz subraya que "los

¹¹ Congreso de Colombia. Ley 388 de 1997, Diario Oficial No. 43.127 de septiembre 12 de 1997.

hábitos alimentarios constituyen parte fundamental de la cultura y la gastronomía es lo último que se pierde en un proceso de integración”.¹²

Dicho de otro modo, si un grupo humano es desarraigado del territorio que habita lo que va a perder en realidad es el nicho en el cual hace vida su cultura alimentaria. Y, literalmente, su destino será un deambular desorientado por otros ambientes alimentarios en los que correrá altos riesgos de subalimentación y malnutrición. Y, tan fuerte es su cultura alimentaria que primero se adaptará a un nuevo vestido, a una nueva vivienda o a un nuevo idioma que a una nueva dieta.

¿Si hemos de hablar de ordenamiento territorial, no sería imprescindible incluir una mirada de la manera como la población se instala en el territorio para alimentarse? Cada vez que se transforma el territorio se compromete, para bien o para mal, los circuitos alimentarios, la disponibilidad de productos alimentarios y, finalmente, la seguridad alimentaria de los pobladores. Cada vez que el paisaje cambia, por la mano de los seres humanos, el territorio está siendo puesto al servicio de algún sector social. Y ¿no es acaso importante que el territorio también se piense al servicio de la seguridad alimentaria de quienes lo ocupan?

d. Ética y alimentación

Para comprender la importancia que juega la alimentación en el desarrollo ético de la humanidad podemos empezar por preguntarnos ¿Cuál es la reacción que un ser vivo puede tener ante la realidad del hambre? ¿En especial si ese ser es carnívoro como es el caso del hombre y la mujer?

Entre los carnívoros existen muchas pruebas de que ante las necesidades alimentarias los animales se pueden comer los unos a los otros. Y, entre mayor sea su capacidad como predadores mayor también la posibilidad de que sacien su hambre atacando a otros de su misma especie. Los leones son un claro ejemplo, los cachorros deben ser protegidos de los machos adultos o, estos últimos, llevados por su instinto pueden terminar alimentándose con sus propias crías.

Parece que en algún momento de nuestra evolución los seres humanos fuimos tan agresivos como las fieras salvajes. En la cueva de la Gran Dolina, en la Sierra de Atapuerca (España), se encontraron restos del homo antecesor, un antepasado nuestro que vivió hace 800.000 años. Los huesos de dos niños, dos adolescentes y dos adultos muy jóvenes aparecían en la cueva troceados, con marcas de descarnado y golpes producidos con utensilios de piedra. La conclusión del estudio de estos fósiles humanos fue muy clara: en aquel campamento se practicó un canibalismo que, con toda seguridad, carecía de cualquier intención ritual. Es muy probable que un grupo de homínidos cazara y diera muerte a otro grupo, que luego devoraron como una presa más en un acto de puro canibalismo gastronómico¹³.

¹² Ngo de la Cruz, Joy. Asociación Española de Seguridad Alimentaria y Nutricional (AESAN). “La escasez de recursos empuja a los inmigrantes a malos hábitos alimentarios”. En: Centro de Noticias OPS/OMS Bolivia. 19 de marzo de 2009.

¹³ Carbonell, Eudald. Canibalismo en Atapuerca por tradición gastronómica. Revista Sapiens.

<http://www.elmundo.es/elmundo/2009/01/23/sapiens/1232706055.html>

El canibalismo gastronómico se caracteriza por comerse a un congénere con el único propósito de alimentarse o saciar el hambre. También sabemos que entre muchas culturas primitivas el canibalismo fue una práctica corriente pero, a diferencia de los animales predadores y del homo antecesor, se trata de un canibalismo ritual, es decir, de una práctica que tenía por objetivo rendir tributo a alguna divinidad y no saciar el hambre de algún miembro de la tribu. Los aztecas, antiguos pobladores de México, son famosos por sus sacrificios humanos y la importancia religiosa de sus prácticas antropofágicas llegaba a tal punto que comerse a un enemigo era una forma de rendirle tributo y tratar de asimilar su valor y sus virtudes.

En otras palabras, para las culturas que practicaban el canibalismo ritual ya había una valoración del ser humano tan importante que no contemplaban la posibilidad de saciar su hambre con las carnes de los demás. Una característica de nuestra humanidad radica en que, a pesar de ser omnívoros, no saciamos nuestra hambre de cualquier manera sino que seguimos unas reglas que, de cierto modo, nos acreditan como seres humanos.

Pero ¿qué pasa con el hambre de los otros de la misma especie? Entre los animales ese no es un problema, cada cual instintivamente vela por sí mismo y por su prole. Aunque a veces lo parezca, dentro de los seres humanos no es igual. Nuestro largo proceso de humanización nos ha conducido a que la situación de los demás nos resulte importante. En algún punto de nuestra evolución empezamos a sentir compasión y misericordia, unas cualidades exclusivas de nuestra especie que consisten en ser capaces de sentir el dolor, el sufrimiento o, en este caso, el hambre de otro. Es decir, en identificarnos con otra persona, vernos retratados en ella y estar dispuestos a actuar frente a su dolor o su necesidad.

Con el tiempo, esta maravillosa virtud de la compasión se convirtió en un elemento fundacional de la moral y la ética de las culturas de todos los continentes. Es así como las principales religiones de la humanidad promueven formas de compasión y misericordia y exhortan a sus fieles a preocuparse por las necesidades de los demás y especialmente a atender el hambre de los demás. Indefectiblemente, a quien procede en ese sentido se le da el calificativo de humanitario, es decir, se le acredita como alguien que posee un estatus distinguido mediante el cual se dignifica como miembro de nuestra especie. En pocas palabras, si algo nos humaniza es nuestra capacidad para sentir en nuestro propio ser el hambre que padecen los demás.

Paralelamente, el desarrollo de estos elementos de la ética alimentaria, como bastión fundamental de la dignidad humana, se fue expresando en la ley. Se sabe que al menos desde el siglo II de la era cristiana existió la obligación de alimentos entre parientes. Durante el dominio de un emperador de nombre Justiniano el Derecho Romano reconoció la necesidad de regular la obligación de prestar alimentos. En esa época el padre de la familia romana tenía pleno dominio sobre los miembros de la familia que, para entonces, no solo incluía a hijos y esposa sino también a criados y esclavos. Antes de Justiniano el dominio del padre o pater sobre la familia le permitía vender a alguno de sus hijos y, en los tiempos más primitivos, hasta matar a los bebés que consideraba defectuosos. Con el tiempo, al padre se le impuso el deber de alimentar a los miembros de la familia y, a partir

del siglo II, para ello ya no solo se trataba de tener derecho a ser alimentado por el padre sino que el estado le tutelaba a la persona ese derecho¹⁴.

Hoy día en muchas de nuestras comunidades el derecho a la alimentación sigue viéndose de un modo semejante al de los antiguos romanos. Todos consideran el hambre como una situación que no se le debe desear a nadie. Así mismo, consideran que las personas tienen un derecho natural a la alimentación y que este derecho se lo debe satisfacer la propia familia. Así mismo, en Colombia todos tenemos claro que existen leyes que obligan al padre a alimentar a sus hijos y todos consideramos justas estas leyes.

Por otro lado, con el transcurso del tiempo, el derecho a la alimentación se ha ido afianzando progresivamente en el mundo como un Derecho Fundamental, es decir como un derecho atribuible a todo ser humano por el mero hecho de serlo y que por tanto es anterior y superior a cualquier legislación.

En ese sentido, parece que el primero que afirmó que todos los seres humanos nacen con el derecho inherente a la alimentación fue Franklin D. Roosevelt, Presidente de los Estados Unidos de América, en un famoso discurso que pronunció en 1941. Tras la segunda guerra mundial, muchos países abrazaron los planteamientos de Roosevelt los cuales quedaron recogidos en la Declaración Universal de Derechos Humanos, aprobada en 1948 en una de las primeras decisiones de la Asamblea General de las nuevas Naciones Unidas. En el artículo 25 de la Declaración se reconoce explícitamente el derecho a la alimentación: «Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación...»¹⁵.

Eleonor Roosevelt, decía que “Un derecho [humano] no es algo que alguien te da; es algo que nadie te puede quitar”. Hablamos entonces de un derecho que debe garantizar no ya la familia sino la sociedad entera. Con este planteamiento cuán lejos quedamos del homo antecesor. Sin duda, el derecho a la alimentación es una idea que nos humaniza en grado sumo y que lleva nuestro paradigma de la misericordia a niveles universales.

Casi todos los estados del mundo, incluido Colombia, firmaron los pactos internacionales en que se comprometen a garantizar el derecho a la alimentación pero tal vez del mismo modo en que al principio lo hicieron los padres en el imperio romano (solo de palabra). Para que ese derecho se pueda reclamar ante los órganos jurisdiccionales se requiere que figure en la legislación del país que corresponda y aquí los avances no son muy claros.

De hecho, hay muchas personas que consideran excesivo este derecho y permanecen con la idea de que hay que ganar el pan con el sudor de la frente. No es sencillo hacer vigente el derecho a la alimentación y encontrar fórmulas que se adapten a las diferentes culturas y creencias. Pero, afortunadamente, hoy en día hay un gran consenso mundial mediante el cual se considera que el hambre de cualquier ser humano es éticamente inaceptable, es un atentado contra la dignidad humana y debemos sentirnos obligados a atenderla, a

¹⁴ Gutiérrez Berlinches, Álvaro. Evolución histórica de la tutela jurisdiccional del derecho de alimentos.

¹⁵ García Zevallos, Carla Teresita. Evolución histórica de derecho de Alimentos y tratamiento legislativo actual

<http://www.decamana.com/columnistas/evolucion-historica-de-derecho-de-alimentos-y-tratamiento-legislativo-actual>

evitarla y a superarla. Pero lo más importante es que una sociedad sensible al hambre de cada uno de sus miembros y ocupada de garantizar su derecho a la alimentación es una sociedad más humana, más digna y más desarrollada.

SEGUNDA PARTE. INSTRUMENTOS PARA EL DESARROLLO CON PERSPECTIVA ALIMENTARIA

1. Epidemiología nutricional participativa

Para afirmar que el proceso alimentario de una comunidad o un pueblo ha sido exitoso, este debe reflejarse necesariamente en familias bien alimentadas y en personas bien nutridas. Para saber si ese efecto se está produciendo se utiliza la epidemiología nutricional participativa la cual implica la preparación de las comunidades para interpretar los datos que surjan de los estudios sobre nutrición y alimentación de la población.

Los estudios más utilizados para conocer la situación alimentaria y nutricional de una población son los perfiles nutricionales y las canastas alimentarias básicas. Normalmente, para la realización de estos estudios, especialmente para la producción de los datos, se requieren personas especializadas pero, es necesario que los líderes sociales de los municipios sepan cómo interpretarlo los resultados obtenidos.

a. Los perfiles nutricionales

Estos estudios consisten normalmente en la medición del peso y de la talla de los miembros de una población. Una vez se realiza la medición, los resultados de cada persona son analizados para determinar si se encuentra o no en alguna condición de malnutrición. Luego, se establece la proporción de la población que se encuentra con problemas nutricionales y este dato puede ser comparado con los del resto del país o del mundo. De ese modo, todos los participantes en el estudio pueden establecer la situación nutricional de la población. La condición nutricional de las personas se establece mediante los indicadores que podemos ver a continuación:

- Desnutrición aguda que es aquella que se produce en un periodo de tiempo breve y se debe a la falta de consumo de calorías. Se manifiesta por baja de peso con respecto a la estatura y muchas veces se relaciona con enfermedades agudas.
- Desnutrición crónica que es la que requiere varios meses de sub-alimentación para producirse. Se debe sobre todo a la falta de proteínas y se manifiesta por baja estatura de acuerdo con la edad por lo cual también se le llama "retardo en el crecimiento".
- Desnutrición global que es la deficiencia del peso con relación a la edad; representa el resultado de desequilibrios nutricionales pasados y recientes.
- Sobrepeso que se determina por el exceso de kilogramos de la persona de acuerdo con su talla. Generalmente, se debe a malos hábitos alimentarios.

Cuando se realizan estos estudios, las cifras que se presentan se refieren a la proporción de la población que padece alguna de las formas de malnutrición referidas. Las cifras referidas a poblaciones pueden ser engañosas ya que no existe una cifra que pueda calificarse como normal o correcta. En realidad, se esperaría que no hubiese ningún niño desnutrido, es decir, que la cifra fuera 0 (cero). Sin embargo, puede haber cifras aparentemente altas que son buenas porque representan mejoría. Así que lo mejor es comparar con cifras de otros lugares por ejemplo con el promedio nacional o con los promedios de los años anteriores.

b. La Canasta Alimentaria Básica (CAB)

Es el estudio más complejo y completo de SAN que se realiza en un municipio y consiste en una encuesta de hogares que se aplica a una serie de familias según un riguroso proceso de muestreo estadístico. En la encuesta se indaga el acceso y consumo de alimentos por parte de las familias, es decir, la cantidad exacta de alimentos que entran al hogar. También se examinan las características de cada persona de la familia con el fin de determinar sus necesidades de calorías y nutrientes. Con esta información, se pueden conocer los niveles de adecuación de calorías y nutrientes de la familia y determinan la condición de hambre crónica y hambre oculta que hay en el municipio

Se supone que las familias están bien cuando sus miembros comen todo lo que sus organismos necesitan. En ese caso, se dice que la familia tiene un consumo adecuado de nutrientes. Cuando consumen menos de lo que necesitan se habla de insuficiencia y este punto es muy importante porque la insuficiencia, especialmente de calorías, es nada más ni nada menos que el hambre crónica. Supongamos que una familia necesita 10.000 calorías diarias y que con los alimentos que consume tan solo obtiene 9.000, esta familia se encuentra con insuficiencia en el consumo de calorías, es decir, se encuentra en situación de hambre crónica.

Pero también puede darse el caso en que las familias sufren un consumo insuficiente de micronutrientes como calcio, vitamina A y hierro. En ese caso, se dice que la familia se encuentra en situación de hambre oculta.

Tanto el hambre crónica como el hambre oculta son problemas serios que no se dejan reconocer fácilmente. Algunos los llaman los enemigos silenciosos ya que a diferencia de la hambruna, también conocida como hambre aguda, no se identifican fácilmente. En efecto, mientras en la hambruna la gente no tiene nada que comer, como en el caso de una catástrofe, en el hambre crónica y oculta la gente siente que si tiene algo para comer. El problema es que lo que come es insuficiente y lenta e inexorablemente el organismo de las personas que padecen hambre crónica y oculta se va deteriorando.

En los estudios de CAB, normalmente se indaga por el consumo y adecuación de los siguientes nutrientes:

- Calorías que sirven para abastecer al organismo de la energía que requiere para su funcionamiento normal.
- Proteínas que el organismo utiliza para reparar los tejidos y, en los niños, para el crecimiento del cuerpo.
- Calcio que sirve para fortalecer huesos y dientes y también interviene en el funcionamiento de los músculos, inclusive del músculo cardiaco.
- Hierro que es un importante componente de la hemoglobina, sirve para transportar el oxígeno en la sangre y para la respiración celular.
- Vitamina A que sirve para la visión y para el mantenimiento del tejido epitelial así como para el funcionamiento del sistema inmune.

La interpretación de las cifras de adecuación nutricional, o sea de hambre crónica y oculta, no se da para una sola familia. El resultado nos dice la proporción de familias del

municipio que están en situación de adecuación, sobre-adequación e insuficiencia. Para poder interpretar el resultado deberíamos preguntarnos cuál es la proporción normal de familias que pueden estar en hambre crónica u oculta. La respuesta es: ninguna. Lo normal en una sociedad civilizada es que ninguna familia esté en situación de hambre. Así que cualquier número por encima de 0 (cero) ya es problemático. Y, por supuesto, entre más altos sean los porcentajes de familias en insuficiencia de algún nutriente, peor será la situación del municipio.

c. El gasto de las familias en alimentos

Un aspecto de suma importancia para reconocer el nivel de seguridad alimentaria de una población es la proporción que tienen los alimentos en el gasto de las familias que la componen. Es decir, de todos los gastos que habitualmente tienen las familias, saber qué porcentaje corresponde a los alimentos.

El gasto en alimentos es más alto o más bajo dependiendo de dos consideraciones: por una parte, el costo de los alimentos; si éste es muy alto, por obvias razones, la proporción del gasto en alimentos será también más alta. Y, por otro lado, el gasto en alimentos también depende de los ingresos de la familia. Si los ingresos son muy bajos, la proporción del gasto en alimentos será más alta ya que la tendencia general de las familias es privarse de otras cosas antes que comprometer su alimentación. Por lo tanto, aún con menos ingresos, tendría que seguir gastando más o menos el mismo dinero en alimentación.

En general, se considera que el gasto en alimentos indica el grado de pobreza e inseguridad alimentaria de un municipio. Así, entre mayor es la proporción del gasto en alimentos en que incurren las familias mayor es también su inseguridad alimentaria ya que las familias tienen que decidir entre alimentarse y cubrir otras necesidades básicas.

Para hacerse una idea de las proporciones de dicho gasto, y poder interpretar los resultados que arroje el estudio, se puede comparar con datos de otros países. Así, en los países desarrollados, según el Reporte Internacional de Consumo, el gasto en alimentos fue del 18.5% en el 2005 mientras que en Colombia fue del 32% para el 2003.

2. Gastronomía saludable

Son tiempos difíciles para la alimentación humana. Una gran cantidad de familias padecen hambre y sus hijos mueren de desnutrición y de enfermedades asociadas a ella. Mientras tanto otros cientos de millones de personas sufren las consecuencias de los excesos alimentarios y padecen obesidad y enfermedades metabólicas agobiantes e incapacitantes. Paralelamente, los inconcebibles trastornos de la conducta alimentaria, como la anorexia, la bulimia y la ortorexia, se abalanzan sobre nuestras sociedades y contribuyen a crear un doloroso panorama de contradicciones, inequidades y dramas humanos.

En medio de esta situación, se abren camino diferentes tendencias sanitarias mediante las que se busca controlar los problemas y proteger a la población.

Una de las principales sigue siendo la tendencia higiénica mediante la que se explican los problemas nutricionales a partir de la condición de los alimentos y de las aguas. La desnutrición no es solo el resultado de una mala alimentación sino también la consecuencia de un bajo aprovechamiento de nutrientes debido a la contaminación de los alimentos y a la existencia de parásitos y micro-organismos que impiden su adecuada absorción.

No obstante, a pesar de sus válidas razones y de la importancia de proteger a los consumidores, basados en esta tendencia se ha llegado a amenazar las bases mismas de la seguridad alimentaria de muchos pueblos. Como varios escritores lo han hecho notar, una especie de manía por la asepsia y el control de gérmenes, nos está conduciendo a prohibir la comida tradicional. Desde este enfoque, pretendidamente higiénico, se debe cumplir con ciertos estándares internacionales de salubridad para que los alimentos sean comercializados y, desde estas nuevas normatividades, se viene aplicando una verdadera persecución a varios alimentos tradicionales.

Por ejemplo, una resolución del Instituto Colombiano Agropecuario (ICA)¹⁶ pretende desaparecer la gallina criolla en Colombia, porque les exigen a los medianos y pequeños productores tener plantas de sacrificio tecnificadas y guardar cinco kilómetros de distancia entre una finca y otra. Esta normatividad podría sacar del mercado a la mayoría de productores y dejar la producción avícola únicamente en manos de los grandes monopolios del alimento.

Ante este cuadro, muchos se preguntan cuáles son los verdaderos intereses que subyacen a estas normas, tan exigentes con los productos campesinos y tan complacientes con los productos industrializados. Por supuesto, no resultan absurdas las sospechas sobre la proclividad de los gobiernos hacia los intereses económicos de los grupos corporativos.

Otra tendencia tiene que ver con los llamados estilos de vida saludables. Apoyados en procesos sobretodo de tipo educativo, se busca que las personas desarrollen hábitos saludables tanto en sus patrones alimentarios como en su actividad física. En este aspecto, se ha progresado de manera importante y ya no solo se realizan actividades de suministro de información sino que se recurre a programas lúdicos que van desde jornadas de aeróbicos hasta talleres de culinaria basados en dietas saludables.

No obstante, estos avances no han evitado que crezca un tipo de sociedad preocupada y regulada por las dietas, el *fit-ness* y la estética corporal en la que la alimentación se está convirtiendo en un asunto tan complejo que solo puede ser entendido por nutricionistas y médicos. Un importante y creciente sector de nuestra población está cayendo en un control obsesivo por las sustancias que consume, llámense carbohidratos o calorías o incluso omega 3, selenio, calcio, fibra y demás.

A partir de allí, ha surgido una tercera tendencia dirigida al control alimentario y nutricional. Esta ya no es de tipo higiénico o educativo sino de orden tecnológico-sintético. Tiene que ver con los llamados alimentos funcionales y nutracéuticos y con el desarrollo

¹⁶ Instituto Colombiano Agropecuario (ICA). Resolución No. 000957 del 2 de abril de 2008. Puede consultarse en el siguiente enlace: <http://www.ica.gov.co/getattachment/bbd7cecd-40c6-4dd7-b02d-cdcfcec0d80f/2008R0957.aspx>

de la nutrigenómica. Los alimentos funcionales son aquellos que la gente consume ya no con el fin de nutrirse sino de prevenir enfermedades. Por ejemplo, aquellos alimentos que se recomiendan por ser ricos en antioxidantes y prevenir afecciones cardiovasculares o envejecimiento prematuro. Los nutracéuticos son preparados que tienen el mismo propósito pero que contienen solo un componente del alimento. Por ejemplo, el extracto de ajo o el aceite de hígado de bacalao.

En ese mismo sentido, se viene desarrollando una nueva ciencia llamada la nutrigenómica la cual se basa en la relación que existe entre los nutrientes, el perfil genético de las personas y la aparición de enfermedades. Esta ciencia ha demostrado que muchas enfermedades se desencadenan debido a que la persona tiene una susceptibilidad genética para padecerla. Pero es solamente cuando la persona consume ciertos nutrientes que se activan los genes que desatan la enfermedad. No obstante, hasta ahora son muy pocas las enfermedades en que se ve claramente esta relación¹⁷. En la gran mayoría de enfermedades no solo interactúa el componente genético y el componente nutricional sino también el componente ambiental lo cual hace mucho más difícil la prevención del padecimiento por vía de la nutrigenómica.

A pesar del escaso desarrollo de la nutrigenómica ya existen muchas empresas que empiezan a vender servicios basados en ella. En España, por ejemplo, ya hay más de 50 empresas que operan en este renglón y que ofrecen las llamadas dietas personalizadas. Se trata de analizar el genoma de una persona, identificar a qué enfermedades es susceptible y qué nutrientes debería evitar. Con base en estos análisis le hacen una recomendación dietética o nutracéutica exclusiva para la persona. La industria alimentaria ya ha puesto sus ojos sobre este negocio y prevé la aparición de un gran mercado con el movimiento de millones de dólares alrededor del mundo.

Sin duda, estos negociantes saben muy bien que para muchísimos consumidores la alimentación ha dejado de ser el momento de comunión entre las personas y los frutos de la naturaleza y ha pasado a convertirse en un complejo proceso mediante el cual incorporan a sus organismos las sustancias bioquímicas que requieren. Para este nuevo segmento de mercado, el alimento como tal, como lo entrega la naturaleza o la preparación artesanal, es sospechoso de contaminación por micro-organismos o de contener sustancias que puedan desencadenar enfermedades. Este grupo humano, mimado por fantasías futuristas, confía mucho más en preparados diseñados en el laboratorio o en alimentos sintéticos que, aún sin suficiente respaldo científico, ofrecen una larga vida y sobretodo una larga juventud.

El mayor problema que suscita esta situación es que, progresivamente, vamos dirigiéndonos hacia la desaparición de las mayores riquezas de la gastronomía regional y mundial, con las consecuencias, en términos de empobrecimiento cultural, que ello provoca. Y, al perder los referentes culturales, el sentido de alimentarse se va reduciendo al de ingerir nutrientes. De ese modo, las familias y los consumidores en general cada vez nos encontramos ante mayores confusiones, dudas y angustias sobre la calidad de lo que comemos. En otras palabras, nuestras gastronomías tradicionales ya no nos deparan la

¹⁷ Se trata de enfermedades metabólicas raras como la fenilcetonuria o la galactosemia. Hoy día es frecuente que cuando un niño nace se le ofrezca a sus padres la realización de un examen genético para detectar estos problemas muy tempranamente.

seguridad que nos produjeron en el pasado y corremos el riesgo de perder los referentes alimentarios cotidianos para quedar a merced de las prescripciones técnicas y científicas de reciente aparición.

Pero ¿es necesario renunciar a las gastronomías regionales, a los platos típicos campesinos y someterse a los suplementos nutricionales elaborados con tecnologías que velan por una supuesta necesidad higiénica-nutricional?

Comer no es sólo una necesidad para el organismo, puede y debe ser un placer y una actividad social que nos acompañe toda la vida. La humanidad precisa de una suerte de reconciliación con el alimento, con el ambiente y con las culturas. De otro modo, profundizaremos nuestra inmersión en una era de neurosis colectiva cargada de temores patológicos hacia los alimentos. En ese sentido, deberíamos aliviar nuestra cotidianidad alimentaria de la enorme carga de prescripciones médicas y nutricionales y disponer de una gastronomía de tal calidad que nos permita disfrutar colectivamente y nutrirnos adecuadamente. El ser humano contemporáneo necesita recuperar la tranquilidad al momento de alimentarse y disfrutar los momentos alimentarios confiado en que su propia gastronomía lo protege.

Pero, para ello necesitamos que las culturas alimentarias tradicionales sean reconocidas como patrimonio de nuestros pueblos y que sean valoradas con justicia. Nuestra cultura alimentaria fue el soporte material mediante la cual se desarrollaron nuestros pueblos. Por supuesto, los nuevos tiempos han traído nuevas formas de vida y, con ello, cambios en nuestros requerimientos nutricionales. Esto implica una actualización de las gastronomías tradicionales de modo que se adecuen a los requerimientos nutricionales contemporáneos. La manera de alcanzar una mejor condición alimentaria es partiendo de nuestra propia cultura y, desde allí, evolucionar hasta alcanzar una gastronomía que proteja la salud, forje la cultura y promueva las economías locales.

a. La recuperación de la memoria alimentaria

Muy seguramente, la manera más eficaz de reconocer, interpretar y comprender una cultura es a través de la historia de la comunidad que ha crecido y se ha desarrollado dentro y a través de ella. Por supuesto, no hablamos aquí de la historia lineal y epopéyica que se concentra en las hazañas de algunas personas triunfadoras y poderosas y que generalmente es utilizada para darle soporte histórico a los sectores hegemónicos de las diferentes sociedades.

Se trata de un tipo de historia que, más allá de los personajes, pretende reconocer las circunstancias en que la vida se daba en un momento y la manera como dichas circunstancias produjeron las formas de vida de los pueblos y moldearon las conductas cotidianas de las gentes. Por ejemplo, sus costumbres alimentarias.

Los métodos históricos son diversos y van desde los estudios documentales hasta el uso de los materiales de la memoria. Es así como para la recuperación de la memoria alimentaria podemos recurrir a viejos textos culinarios, a escritos de poetas o prosistas de cada época, a edictos o decretos de gobernantes o, incluso, a escritos religiosos en los que se prescribían normas sobre la alimentación. No obstante, si se tiene en cuenta la

dinámica reciente de la alimentación y el hecho de que el trabajo en Seguridad Alimentaria se concentra en comunidades marginadas, resulta más acertado y pertinente apoyarse en los métodos de la historia oral.

La principal característica de la historia oral es que se construye desde los testimonios de aquellas personas que fueron testigos de los hechos que se pretende evocar o que, al menos, fueron contemporáneos de quienes protagonizaron los sucesos y pueden brindar una versión cercana de los mismos. Por lo tanto, la historia oral solo puede remontarse hasta donde el ciclo de vida de las personas lo permite. No se podría, por lo tanto, desarrollar historia oral sobre la independencia de la Nueva Granada o sobre la guerra de los mil días.

Dentro de la historia oral, existe una modalidad conocida como recuperación colectiva de la memoria. Esta modalidad, tiene la particularidad de orientarse hacia el fortalecimiento de los grupos humanos de manera que se conviertan en protagonistas de su propia historia. Se trata de procesos de fortalecimiento de la identidad comunitaria y social que no concluyen en un texto o en una monografía sino que se consolidan en el desarrollo de autonomía y protagonismo por parte de las comunidades y pueblos.

Es justamente en ese sentido hacia donde se orienta la recuperación de la memoria alimentaria. Esta metodología busca, en primer lugar, evocar los sabores y los rituales alimentarios de las diferentes generaciones vivas y relacionarlos con el contexto en que se desarrollaron. No solo se pretende recordar la composición de las comidas y platos de cada época sino también identificar los modos en que las personas preparaban y consumían sus comidas; los utensilios y artefactos que usaban; los lugares y las situaciones en que ocurría la alimentación; la procedencia de los alimentos, etc. Del mismo modo, se requiere la descripción del ambiente de la época; las características generales de la economía del pueblo o la vereda; las vías y caminos existentes así como las formas de trabajo y ocupación. Con todo ello, es posible entender las tradiciones alimentarias de las gentes y valorar el esfuerzo adaptativo de las comunidades en términos de su supervivencia y recreación de la vida.

Posteriormente, en la medida en que se reconstruyan diferentes épocas o periodos alimentarios de cada comunidad, es posible develar las fuerzas que produjeron los cambios que se hayan registrado de generación en generación. De esta manera, paso a paso, los grupos humanos van comprendiendo los cambios que su proceso vital les ha significado y la relación que existe entre sus condiciones generales de vida y sus costumbres alimentarias.

Es así como el hecho cotidiano de alimentarse deja de ser un acto instintivo o puramente energético y se convierte en una síntesis del querer ser y de la voluntad de vivir de una comunidad. Igualmente, mediante la reconstrucción de la memoria alimentaria, las personas pueden tomar distancia crítica de los diferentes discursos alimentarios que circulan a su alrededor y tienen la oportunidad de recuperar el control sobre la evolución de sus identidades culturales alimentarias.

b. Minuta campesina

Basada en metodologías provenientes de la historia oral, la minuta municipal procede de la recuperación de la memoria alimentaria de las diferentes generaciones y colonias del municipio. Posteriormente, con las expertas y expertos culinarios de las comunidades de la localidad se elabora una guía alimentaria nutritiva y económica que respeta y valoriza las costumbres de la población. Esta guía contiene sugerencias para cada uno de los momentos alimentarios del día así como los intercambios de alimentos que permiten la variedad de las preparaciones cotidianas.

La minuta campesina es la estrategia básica para la estabilización de la demanda de alimentos en el municipio. Es por ello que debe convertirse en un patrón de referencia para la alimentación en el hogar así como para las preparaciones que se realizan en los programas de apoyo alimentario, en restaurantes escolares e incluso en los establecimientos y puestos de comida de la localidad.

Técnicamente, una minuta es una recomendación estructurada de alimentos en la que estos se organizan de modo que cubran los requerimientos nutricionales de acuerdo con los momentos alimentarios establecidos durante el día. Para el caso de la minuta campesina, se trata de establecer recomendaciones de manera participativa y con base en la propia cultura alimentaria. En otras palabras, no solamente se tienen en cuenta los alimentos que son culturalmente aceptados por las familias sino también las preparaciones habituales y los momentos alimentarios que tradicionalmente se han estructurado en las localidades. Así que, dependiendo de las costumbres locales, el número de momentos alimentarios pueden variar así como el horario y composición de los mismos. De esta manera, refrigerio, onces, tentempié, algo, merienda, piquete, medias-nueves, avío, etc. Son momentos alimentarios valorados desde la minuta campesina.

Por otra parte, un atributo esencial de la minuta campesina es la economía. Ya que se trata de una guía alimentaria construida participativamente, no basta con que sea nutritiva y agradable para el gusto de la cultura local sino que también debe ser accesible para la gran mayoría de pobladores del municipio. Nutritiva, económica y sabrosa, la minuta campesina debe constituirse en una síntesis de la identidad alimentaria de la población campesina contemporánea.

La construcción de la minuta municipal se apoya en la clasificación estratégica de los alimentos. Para ello, se recurre a la lista de alimentos tradicionales y a la lista de alimentos básicos y complementarios de cada municipio. El procedimiento para construir la minuta campesina es el siguiente:

a) RECUPERACION DE LA MEMORIA ALIMENTARIA

Por colonias y por generaciones se realiza una serie de talleres de historia oral en los que los pobladores evocan las diferentes etapas de su vida alimentaria. Con base en las diferentes historias individuales se construye una línea de vida alimentaria y se identifican las diferentes preparaciones culinarias que se han ido construyendo en el municipio a lo largo de su historia.

b) ELABORACION DE LA PROPUESTA DE MINUTA MUNICIPAL

La propuesta se elabora con personas de la comunidad expertas en alimentación: Madres comunitarias, personal de los restaurantes, manipuladores de alimentos, etc. Por medio de

mesas creativas se construye una tabla que contiene los tiempos alimentarios propios del municipio y las diferentes preparaciones que conforman la minuta campesina.

c) VALIDACION SOCIAL Y DIFUSION

A través de festivales gastronómicos y degustaciones los platos que componen la minuta municipal son sometidos al juicio de los pobladores. Con base en la opinión ciudadana, se produce y edita el Álbum Gastronómico Local. Este documento contiene los siguientes aspectos:

- Tabla de alimentos básicos, complementarios y tradicionales
- Tabla de minuta campesina con los respectivos tiempos de comida
- Recetario local:
 - Nombre del plato
 - Ingredientes
 - Preparación
 - Costo
 - Tiempo de preparación

3. Zonas de Reserva Alimentaria

Uno de los aspectos en los que más se reflejan los cambios alimentarios y los impactos sobre la cultura gastronómica es el territorio. La cultura y el territorio son dos dimensiones que inevitablemente se afectan la una a la otra. La adopción de una costumbre alimentaria, como por ejemplo el consumo de la papa, implica la instalación de cierta infraestructura sobre el territorio para que este alimento pueda ser accesible a quienes lo han incorporado a sus dietas. Igualmente, la transformación de un bosque, por ejemplo para la explotación minera, conlleva la pérdida de la cultura ancestral ligada al consumo de carne de monte.

Es así como el inextricable vínculo entre la cultura alimentaria y el territorio opera como un elemento constructor de seguridad alimentaria o como un factor generador de hambre. Este último efecto ocurre en aquellos casos en los que el territorio se transforma de manera desordenada y sin concertación con sus pobladores.

En este marco de reflexión, consideramos que la alimentación es un criterio clave de zonificación y ordenamiento con miras a una forma de desarrollo social, económico y humano integral. Por lo tanto, es preciso valorar el territorio como sustento de la alimentación y avanzar en el establecimiento de un uso acordado del mismo para alimentar a la gente. La alimentación (en términos de seguridad y autonomía alimentarias) es una dimensión que, de suyo, materializa el vínculo entre el ser humano y la naturaleza. Implica el uso de los recursos naturales para el sustento de las actuales generaciones y la conservación de los mismos para el sustento de las futuras.

Es en este marco de ideas que se ha propuesto el desarrollo de Zonas de Reserva Alimentaria (ZRA) como una estrategia destinada a garantizar la apropiación del territorio con criterios humanos, ambientales y económicos. Se trata de avanzar en formas de ordenamiento territorial que cumplan tanto con las exigencias ambientales como con las

culturales y económicas que favorezcan el desarrollo alternativo. No obstante, para que así sea, es preciso enfatizar que una Zona de Reserva Alimentaria se debería caracterizar por:

- Ser un espacio en el que hace vida la cultura alimentaria de un pueblo o comunidad. En ese sentido, la base para la proposición de una ZRA es la identificación de la cultura alimentaria local ya que la zona está orientada a la conservación y desarrollo de dicha cultura.
- Estar destinada a favorecer la autonomía alimentaria local. La autonomía alimentaria es el control integral del ciclo alimentario, desde la producción y reproducción de semillas, a partir de la disponibilidad real de tierras, manejo de agua y control territorial. Por lo tanto, una ZRA estaría en función de asegurar, para las comunidades residentes en un territorio específico, la disponibilidad de los alimentos que constituyen la base de su dieta, de su tradición alimentaria y de su canasta alimentaria.
- Ser una propuesta no extractiva que preserva corredores biológicos y protege las aguas. La preservación de las culturas alimentarias implica también el mismo compromiso con los recursos naturales de las cuales dependen. El hecho de que las ZRA estén ligadas a las culturas alimentarias locales puede promover la conciencia de protección ambiental por parte de los habitantes del territorio.
- Las ZRA encuentran su pleno sentido en la dimensión de lo local (municipal-regional) ya que es allí en donde las culturas y autonomías alimentarias se expresan en formas de mercado controlables por los y las pobladoras. A partir de allí, el escenario local permite desarrollar economías incluyentes, que democratizan la riqueza y hagan viable el desarrollo de las diversas culturas alimentarias.
- Finalmente, a partir de los planteamientos anteriores, es claro que las ZRA no se dedicarían a formas de producción agroindustrial dirigidas a satisfacer necesidades de habitantes de otros territorios sino esencialmente al abastecimiento alimentario de la población de la localidad.

Aunque las ZRA pueden corresponder a áreas protegidas, lo cual implicaría una reglamentación específica para ellas, su principal función está en la ordenación del territorio y, más específicamente, en la determinación del uso de las diferentes áreas del territorio.

Con base en los anteriores atributos, las ZRA pueden ser definidas como sigue:

“Delimitaciones del uso de un territorio determinado, construidas participativamente por los pobladores y pobladoras del mismo, con un enfoque ambientalmente responsable y destinadas a promover la autonomía alimentaria de la población, a consolidar y desarrollar su cultura alimentaria y a garantizar el sustento alimentario de las generaciones futuras”.

Es importante recalcar que las ZRA no son figuras normativas ni legislativas en Colombia por lo cual tampoco son necesariamente figuras delimitadas geográficamente al estilo de las zonas de reserva forestal o de otras áreas protegidas. De cierto modo, esta situación favorece el desarrollo de las ZRA como formas de concertación ciudadana sobre el uso del territorio. Es decir, se trata de acuerdos que, avalados por el gobierno local, pueden desarrollarse entre los diferentes sectores que conviven en un municipio.

Desde el punto de vista del ordenamiento territorial, algunas características fundamentales de las ZRA son las siguientes¹⁸:

- Son formas terrestres dentro del proceso de formación cultural que captan y concentran la oferta de alimentos para la población y por ende aseguran su supervivencia. Las formas de alimentación han ordenado por siglos el territorio.
- A partir de las ZRA los ciudadanos pueden determinar los usos principales, compatibles y condicionados de las diferentes áreas de los municipios y también pueden acordar la prohibición de usos que atenten contra la cultura y la autonomía alimentarias de la población local.
- Las ZRA pueden incluirse dentro del ordenamiento territorial, como áreas específicas para la producción sostenible dentro de otra figura de ordenación o dentro de una clasificación del suelo, que reflejan manifestaciones socio culturales y económicas en una región o país.
- Las ZRA no son objetos de conservación, son sujetos de conservación porque allí se hace cultura y se sostiene los habitantes de un territorio, son elementos COSMOGONICOS QUE REPRODUCEN LA CULTURA de un territorio, y como tal en cierto momento puede reglamentarse dentro de los usos del suelo.

a. Cartografía alimentaria

Manifiestamente derivada de la cartografía social, la cartografía alimentaria es una propuesta mediante la que se procura explorar elementos específicos de la vida municipal o regional y relacionarlos en mapas que proporcionen una nueva comprensión del territorio que se habita.

Normalmente, las rutinas a las que están sometidas las personas favorecen el ocultamiento de sus saberes y conocimientos sobre el territorio que habitan. Adicionalmente, los procesos adaptativos, con frecuencia conducen al desarrollo de una mirada funcional sobre el propio territorio en la que solo se atienden aquellos componentes que resultan útiles para la resolución de las tareas cotidianas.

En ese sentido, los trabajos de cartografía social han demostrado que no solamente activan la conciencia de las comunidades sobre su propio saber territorial sino que provocan un significativo efecto en términos de arraigo e identidad. El lanzamiento de una nueva mirada hacia el territorio, más aguda y atenta, devela situaciones poco reconocidas, evidencia otras que se sospechaban y reafirma algunas que ya eran de dominio público. Pero ante todo, se crea una instancia de diálogo, basada en hallazgos concretos, que incrementa las posibilidades de construcción de proyectos de vida colectivos y propuestas de acción eficaces.

Para el caso de la cartografía alimentaria, la sensibilidad y proximidad del tema alimentario facilitan aún más la comprensión de la vida local y la construcción de acuerdos para la vida en común. Con esta metodología se identifican y planean las redes de mercado local y subregional, la infraestructura de vías y plataforma logística y el uso del territorio por parte de los diferentes actores. Sus principales objetivos son:

¹⁸ Aportes a la construcción de las Zonas de Reserva Alimentaria por parte de Bárcenas, Luisa Rubiela. CDPMM. 2010. Sin publicar.

- Construir mapas del pasado, del presente y de futuro que permitan evidenciar en el territorio los cambios sufridos a través del tiempo. Todo ello con el fin de mejorar la comprensión del territorio.
- Elaborar mapas alimentarios públicos que llamen la atención de la ciudadanía en general y garanticen la validación social simultánea de los mapas.
- Evidenciar en el territorio los distintos aspectos físicos, políticos y culturales que se producen en la cotidianidad alimentaria.
- Fundamentar el planteamiento de las zonas de reserva alimentaria y consolidar la visión de futuro alimentario de las comunidades.

b. Actividades Tipo

Los mapas públicos

En espacios públicos, se elaborará participativamente el mapa del ayer y hoy. La idea es hacer visible el trabajo de los grupos comunitarios de manera que ganen protagonismo dentro de la localidad. Así mismo, se busca atraer la atención de la ciudadanía en general alrededor del tema alimentario.

Es aconsejable tomar 25 años atrás como referencia del pasado y, por lo tanto, que la realización de este mapa convoque como autores a las personas nacidas mayores de 40 años. Es decir, que tuviesen por lo menos 15 años para la época que se pretende evocar. Los mapas del hoy deben ser elaborados por personas que se encuentran entre 15 y 40 años.

¿Qué deben mostrar los mapas alimentarios?

Los circuitos económicos alimentarios que comprenden:

- Intercambios
- Abastecimiento

La producción campesina

- Siembras
- Agua
- Semillas
- Zonas de producción campesina
- Provisión de combustible, leña y bosques

¿Cuáles deben ser los temas de los mapas?

- BASICOS: Croquis, mapa físico, vías y centros poblados.
- ALIMENTARIOS: Producción de alimentos, rutas y centros de abastecimiento.
- AMBIENTALES: Fuentes para consumo humano de agua y para riego.

La elaboración del mapa debe ser acompañada del desarrollo de actividades culturales y gastronómicas, tipo feria o festival, que estimulen la participación comunitaria y contribuyan a posicionar el tema de la alimentación en la agenda pública local. En ese mismo sentido, la jornada debe estar acompañada por un cubrimiento de prensa y una estrategia de difusión que garantice el interés de la población en los resultados y el conocimiento amplio de los mismos por parte de las comunidades.

Expedición local

Se trata de recorridos planificados que realizarán los equipos comunitarios con el fin de reconocer algunos sectores específicos de su municipio que susciten interés especial debido a su papel estratégico dentro de la alimentación de la población. Para el desarrollo de la expedición se deben tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Disponer de un mapa previo de hipótesis sobre las características del municipio en general y de las zonas sobre las que se pretende profundizar el conocimiento.
- Concertar entre los miembros del equipo el recorrido y las rutas claves del mismo.
- Mantener una relación cordial con la alcaldía de modo que ésta conozca los planes del equipo y se pueda contar con su cooperación, respaldo y, de ser necesario, su protección.
- Desarrollar un protocolo de seguridad que prevea las situaciones correspondientes que se puedan presentar. Específicamente, deben tenerse en cuenta los aspectos sanitarios como la hidratación, la previsión de accidentes, la disponibilidad de botiquín, etc. Y, por otro lado, la seguridad también se refiere a aspectos de orden público en los que debe evitarse el tránsito por zonas en las que haya presencia de actores armados ilegales.
- Se deben crear comisiones de observación que den cuenta de los diferentes aspectos que se van a describir durante el recorrido. Por ejemplo:
 - Cultivos existentes
 - Tiendas y puntos de venta de alimentos
 - Transporte de alimentos
 - Aguas de consumo y de riego
 - Animales domésticos
 - Bosques, fauna y flora
 - Basuras
- Finalmente, tendrá que desarrollarse una estrategia de información pública que difunda todos los aspectos relacionados con la expedición. Es importante que la salida sea cubierta por medios locales de tal forma que se generen expectativas sobre el recorrido, debe preverse la elaboración de las bitácoras que informen diariamente a la ciudadanía sobre el desarrollo de las jornadas y al finalizar deberá rendirse una especie de informe público sobre lo aprendido y experimentado durante la travesía.

4. Promoción del mercados locales de alimentos básicos

Para muchos especialistas, empeñados en desarrollar respuestas sostenibles al problema alimentario de la humanidad, el mercado local de alimentos básicos es la expresión final del ideal de seguridad, autonomía y soberanía alimentarias. Este mercado tiene la virtud de integrar a los productores, comercializadores y consumidores en una economía de escala local que provee a la población de casi todos sus requerimientos nutricionales y, por lo tanto, contribuye a preservar la salud de la misma. Igualmente, el mercado local de alimentos básicos potencia la cultura alimentaria de la población, activa los circuitos económicos del municipio y es un generador de empleo digno y sostenible.

Y, aunque algunos lo duden, el mercado local de alimentos también es un buen negocio. Para el año 2010, según las investigaciones de Obusinga en el sur del Cesar, por cada

10.000 habitantes el mercado local de alimentos fue por lo menos de 980 millones de pesos mensuales¹⁹. Se trata de una cifra para nada despreciable que, paradójicamente, ni siquiera alcanza para que la población quede bien alimentada. Los 980 millones de pesos mensuales proceden de los gastos en que incurren las familias de estratos más bajos quienes invierten más de la mitad de sus ingresos tan solo en alimentarse. Por supuesto, si su condición alimentaria mejorara, también se incrementaría la magnitud del mercado local de alimentos.

Desgraciadamente, en la actualidad, la mayor parte del gasto en alimentos en que incurren las familias tiende a salir de los municipios y a engrosar las arcas de intermediarios y grandes empresas. Esta situación se explica debido a la ausencia generalizada de planeación de la producción local de alimentos, al bajo desarrollo de las plataformas logísticas de mercado, al deterioro de la red vial para la comercialización y a la inestabilidad de la demanda de los productos, entre otros aspectos.

Es claro que, si las mismas familias de estas localidades participaran en la oferta de alimentos básicos las inversiones locales se quedarían en el municipio y activarían su economía y desarrollo. Sin embargo, la activación del mercado local no se logra de manera espontánea sino que implica un cuidadoso proceso de planificación e inversión estratégica.

En ese sentido, es preciso recordar que un mercado está constituido por tres elementos fundamentales: la oferta, la demanda y la logística que conecta a la primera con la segunda. Por lo tanto, si se pretende promover el mercado local no se trata solo de producir y vender alimentos sino de articular estratégicamente los tres componentes planteados.

Generalmente, en los pequeños municipios se realizan grandes esfuerzos para aumentar la productividad de las poblaciones campesinas sin planificar siquiera el contexto en que se ofrecerá el producto. Algunos parecen homologar la producción a la oferta y suponer que, una vez iniciado el proceso productivo, el asunto de su venta se resuelve por sí solo. Pero resulta que la oferta no solo se constituye con la producción local sino también con los productos que llegan de otros lugares por lo cual se corre el riesgo de saturar el mercado y ofrecer mucho más de lo que se puede vender. Esta situación, con frecuencia conduce a pérdidas significativas para las comunidades campesinas o a que los labriegos tengan que enviar sus productos a otros lugares bajo el sometimiento a intermediarios que sacan provecho de su necesidad.

Desde la otra orilla, se considera que la población general de los pequeños municipios no representa una demanda interesante sobre todo porque su capacidad de compra es muy baja. Con frecuencia, los pobladores de los pequeños municipios no son apreciados como consumidores activos sino como "estómagos vacíos" que el estado debe asistir. De tal modo que pocos se detienen a revisar las características de la demanda local, los productos que más se consumen y sus patrones de compra.

Estas dos situaciones han venido configurando una economía alimentaria de gran escala que niega los mercados locales. O, dicho de otro modo, hay una fuerte tendencia a que la

¹⁹ Corporación Obusinga, Sistema de Información para la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SISAN). 2011.

producción salga de los municipios hacia los grandes centros de procesamiento y que el consumo local se satisfaga con productos que vienen de lejos. Por ello mismo, la conectividad al interior del municipio, valga decir, la infraestructura para vías de comunicación y centros de intercambio internos, no se considera prioritaria. A partir de allí, progresivamente los mercados locales van perdiendo importancia y los municipios cada vez se hacen alimentariamente más dependientes.

Por otra parte, las posibilidades de que un municipio saque provecho de sus propias necesidades alimentarias mediante el fortalecimiento del mercado local de alimentos están latentes y se configuran como una auténtica oportunidad de desarrollo alternativo. Se trata de reconvertir la economía alimentaria mediante la generación de circuitos alimentarios localizados o, dicho de otra manera, a través del fomento del autoabastecimiento alimentario. No obstante, este proceso no se produce espontáneamente sino que debe ser objeto de una cuidadosa planificación que disminuya los riesgos en que incurren los productores y comercializadores que pretenden comprometerse con formas alternativas de desarrollo.

a. Asesoría en planes de negocio para el mercado local de alimentos

Las comunidades campesinas de los pequeños municipios tienden a tener un comportamiento productivo que podría calificarse como vegetativo. Cultivan de acuerdo con sus tradiciones sin atender ni analizar los cambios en el mercado ni las necesidades de los consumidores. Normalmente, el campesino no piensa en las necesidades de aquellas personas que se benefician de lo que él produce por lo tanto no se considera un actor de mercado. La idea es transformar su condición de productores para que se conviertan en proveedores o abastecedores de mercado. Y para ello, se debe promover la formulación e implementación de planes de negocio por parte de grupos de campesinos o de familias de cada municipalidad de tal manera que abastezcan con regularidad y estabilidad el mercado y se esfuercen por satisfacer la demanda local.

Para asegurar que los planes de negocio sean viables dentro del mercado local de alimentos, es preciso examinar la demanda de alimentos que hay en el municipio. Se debe conocer la cantidad de alimento que los consumidores compran en los diferentes puntos del municipio y las pautas de compra de las familias. Dónde compra la gente, en qué cantidad, con qué frecuencia.

Esta información es precisamente uno de los principales aportes que se pueden obtener de los estudios de Canasta Alimentaria Básica (CAB). Como se vio atrás, la CAB es una encuesta de hogares basada en un muestreo multivariado que indaga con precisión el nivel de acceso y consumo de alimentos por parte de la población. Por supuesto, la indagación permite identificar la manera como las familias acceden a los alimentos. Bien sea porque los compran, porque ellas mismas los producen o porque los reciben como una donación. La extrapolación de los datos que arroja la encuesta permite conocer los niveles de consumo de toda la población y con ello acceder a una radiografía bastante aproximada de la demanda local de alimentos.

Ya con esta información, los campesinos pueden planificar su producción. Esto significa, en primer lugar, que deben elegir los alimentos que ellos pueden producir pero que

igualmente se requieren en el mercado local. No basta con saber cultivar es preciso que exista un mercado conocido para lo que se produce. En segundo lugar, deben determinar sus metas productivas no solamente considerando su capacidad para cultivar sino teniendo en cuenta la dimensión del mercado. Si sobrepasan la demanda del producto pueden terminar por saturar el mercado y sufrir las consecuencias que ya relatamos atrás. En tercer lugar, su participación estable en el mercado de alimentos también depende de su capacidad para atender las demandas del cliente local. En ese sentido, en su manejo post-cosecha deben acondicionar su producto a los patrones de compra que ya han desarrollado los consumidores de tal manera que aseguren una clientela dentro del mercado local.

b. Formación para el desarrollo de Unidades Agroalimentarias de Producción a Escala Local

El mercado local de alimentos corresponde a una escala productiva y consumidora distinta a la que hoy por hoy caracteriza la producción campesina. En este mercado la demanda es mucho más variada y se da en cantidades mucho menores que en los mercados nacionales y globales que se han promovido durante los últimos años. Por ejemplo, 260 toneladas de frijol pueden ser consumidas en una semana por una ciudad de un millón de habitantes mientras un municipio de 20.000 habitantes consumiría la misma cantidad en un año.

Proveer a las ciudades puede implicar una producción a gran escala o de una red de comercializadores avezados que compren el producto en diferentes municipios, lo transporten, lo almacenen y lo distribuyan adecuadamente. Proveer al pequeño municipio implica un cultivo escalonado que asegure la salida semanal y constante de cantidades mucho más pequeñas del producto.

El autoabastecimiento alimentario, desde el punto de vista productivo, implica entonces importantes ajustes de tipo tecnológico en los cultivos. Aunque, la descripción detallada de estos elementos excede los propósitos de este módulo, resulta pertinente resaltar algunos de los criterios que deben guiar el enfoque tecnológico agropecuario para el mercado local de alimentos básicos.

- Cinco líneas productivas. Desde el punto de vista nutricional existen algunas recomendaciones genéricas sobre el consumo alimentario que facilitan las decisiones de las familias. Por ejemplo, es bien conocida aquella regla que recomienda consumir al menos un alimento regulador, uno energético y uno constructor en cada una de las comidas principales del día. Del mismo modo, se puede establecer una recomendación productiva tendiente a garantizar el abastecimiento alimentario de un municipio. Se trata de promover cinco líneas productivas cada una con sus propias características y tecnología de producción. Estas son:
 - Granos: corresponden a cultivos de corto plazo (entre 3 y 5 meses) que comprenden leguminosas y cereales.
 - Raíces, tubérculos y plátanos: conocidos popularmente como bastimentos o pancoger, corresponden a cultivos de mediano plazo (alrededor de 1 año) que generalmente dependen de los ciclos bimodales de lluvias.

- Hortalizas: se trata de verduras y condimentos naturales de huerta cuya producción se realiza a pequeña escala y en periodos inferiores a cuatro meses.
 - Frutales: aquí aparecen cultivos de tardío rendimiento cuya producción se alcanza tres años después de la siembra.
 - Pecuarios: se trata de la producción de peces, aves o diversos tipos de mamíferos que garanticen el acceso a carnes y lácteos.
- Producción escalonada y policultivos. El desarrollo de negocios alimentarios para la escala local implica formas de producción escalonada que permitan sostener la oferta alimentaria para los consumidores. Quien opte por abastecer el mercado local de alimentos debe ser capaz de ofrecer mensualmente una cantidad de alimento suficiente como para estabilizar su propio negocio en el mercado. Es decir, formar una clientela que reconozca su producto, lo espere y ante la cual se comprometa como proveedor permanente.
 - Producción con ambientes controlados. Precisamente la producción escalonada puede exigir el desarrollo de tecnologías que permitan un nivel importante de independencia de las situaciones climáticas. Es decir, tecnologías mediante las que se controlan las cantidades de luminosidad, calor y humedad. Dentro de ellas figuran los sistemas de riego, los invernaderos y los acolchados. Todas ellas son técnicas que pueden ser apropiadas para pequeñas comunidades de manera que no aumenten significativamente los costos de producción y, en cambio, sí permitan una producción más atenta a los requerimientos del mercado local.
 - Agricultura orgánica o limpia. Aunque estas formas de agricultura son bien acogidas por la mayor parte de propuestas de SAN también son consideradas costosas ya que aparentemente implican una mayor cantidad de mano de obra. No obstante, deben ser apreciadas como inversiones de más largo aliento puesto que contribuyen a la recuperación de los suelos y, con el paso del tiempo, garantizan una mayor autonomía productiva para el campesinado. Es decir, evitan la grave dependencia de insumos agroindustriales. Es muy diferente obtener abonos provenientes de los reciclajes de la propia finca a depender de agroinsumos cuyos costos oscilan según los vaivenes de la economía especulativa mundial.
 - Utilización de semillas nativas. Como muchos lo reconocen, el factor determinante para el futuro alimentario de la humanidad son las semillas. La manera como se ha desarrollado la agricultura moderna ha conducido por una parte a la disminución dramática de las variedades de semillas en el mundo y a la extinción de millares de especies vegetales que antes, en manos de los campesinos, estaban a disposición de la humanidad. Por otro lado, se viene presentando el control progresivo del material genético por parte de poderosos laboratorios multinacionales quienes podrían terminar por decidir lo que se producen en cada uno de los rincones del planeta. Así que existen suficientes razones para que se trabaje fuertemente en la recuperación y uso solidario de las semillas nativas. Estas son la garantía a largo plazo de la SAN para todas las comunidades.

c. Desarrollo de formas alternativas de comercialización. Los Alimentos con Sello Campesino

Sin duda el desafío más importante para la economía campesina actual se centra en la comercialización. Es justo en este punto en donde la oferta campesina luce débil, atrasada

e ineficiente. Aunque esta postración de la economía campesina se deriva del complejo entrecruzamiento de distintas fuerzas sociales contemporáneas se puede esquematizar en dos grandes problemáticas. Aquellas relacionadas directamente con las falencias de las formas de producción y comercialización campesinas y las que provienen de un contexto adverso y hostil hacia las mismas. Dentro de las debilidades propias del sector campesino en este apartado queremos destacar las formas de producción con volúmenes no planificados, el desconocimiento de la demanda y los patrones de compra de los distintos mercados y las deficiencias en los procedimientos de post-cosecha, embalaje, transporte y presentación de sus productos.

Sin embargo, en la práctica el contexto social así como las políticas públicas hacen parecer al campesinado como un sector menos eficiente. Por una parte, los costos ecológicos de la mayor parte de formas de producción agroindustrial, representados en degradación de suelos, contaminación de aguas y agotamiento de fuentes hídricas, no son transferidos al producto que se comercializa. Es decir, el costo ecológico de una forma de producción no sustentable no se expresa en el costo económico del producto. Por este motivo, una gallina criolla puede terminar costando cinco veces más que un pollo de un galpón industrial.

Por otro lado, los sistemas de subsidios e incentivos a la producción agrícola están diseñados de modo que favorecen a las formas de producción agroindustrial. De la misma manera, las vías de comunicación se trazan en función de la comercialización agroindustrial o si se prefiere de los mercados de gran escala. Con ello, se disminuyen los costos de producción y comercialización de estos productos y, quienes los promueven, alcanzan mayor competitividad en los distintos mercados.

Valga decir aquí que en la mayor parte de comunidades la competitividad está definida por el precio del producto. Más de la mitad de las familias colombianas consume estrictamente lo que puede comprar por lo cual el precio es el factor que determina sus decisiones como consumidores. Así mismo, los bajos ingresos son la causa inmediata del hambre crónica y oculta que afecta a la inmensa mayoría de familias del país. Por lo tanto, la única manera de contribuir a la disminución del hambre es alcanzando niveles importantes de competitividad en el mercado. Efecto que por ahora parecen generarlo en mayor medida las grandes empresas de alimentos.

No obstante, estos fenómenos también señalan que, de lograrse un mayor respaldo institucional hacia el sector campesino, su competitividad también podría aumentarse sensiblemente. Pero ello depende de la movilización social que se logre en función de esta causa de tal forma que se alcancen niveles importantes de incidencia en las decisiones que se tomen en las instituciones públicas.

ALIMENTOS CON SELLO CAMPESINO

Es en este marco de análisis en donde aparece la propuesta y la experiencia de Alimentos con Sello Campesino. Se trata de una marca que identifica la producción campesina para el mercado local y que funciona como patrimonio comunitario y como bien público. Con el concepto de marca, se pretende trascender la visión campesina demasiado concentrada en la producción y promover un análisis permanente del mercado como condición previa a

la producción. Por otro lado, a pesar de tratarse de una marca, Alimentos con Sello Campesino, no es propiedad de nadie en particular tan solo es un distintivo que caracteriza unos productos que se ofrecen a los consumidores. Es a partir de allí que la marca se convierte en un bien público que puede ser objeto de inversiones por parte del estado y de las empresas que deben desarrollar trabajos de responsabilidad social. En la medida en que se atraigan las inversiones que se requieren, los costos de producción y comercialización disminuirán y los productos amparados por la marca podrán ser ofrecidos a precios más favorables a los consumidores locales.

ESLOGAN O MENSAJE PRINCIPAL

El lema o eslogan de Alimentos con sello campesino reza: "Porque la vida de una nación depende de la mano que la alimenta". La marca apela a la confianza que aún produce entre los diferentes públicos la forma de ser campesina. Tras de la mano campesina aparecen valores esenciales del país como la sinceridad, la honestidad, la laboriosidad y el amor por la tierra. Por supuesto, la coherencia que exista entre lo que representa la marca y las prácticas agropecuarias de quienes la portan es el factor fundamental de éxito de la propuesta.

LAS REGLAS BASICAS PARA EL MANEJO DE LA MARCA

Se busca que con muy pocas reglas la marca pueda operar en distintos ámbitos y localidades. Igualmente, con estas pocas reglas, se trata de crear un escenario de mercado en el que los distintos actores desarrollen transacciones libremente. La marca debe funcionar como un dispositivo de confianza entre las distintas personas que participan en los negocios alimentarios. Las normas fundamentales son:

1. Los equipos gestores de autonomía alimentaria son los únicos facultados para la administración de la marca Alimentos con Sello Campesino en su respectivo municipio. Los equipos gestores son comités o grupos representativos de las distintas organizaciones campesinas y comunitarias del municipio.
2. El derecho a administrar la marca así como la certificación para utilizarla son totalmente gratuitos. Todo aquel que pretenda ofrecer sus productos en los puntos de venta de Alimentos con Sello Campesino tendrá que ser certificado previamente por el equipo gestor.
3. Alimentos con Sello Campesino está destinado exclusivamente al mercado local y regional. Si el producto sale de las fronteras del municipio o de la región, pierde su calidad de Sello Campesino.
4. La marca de Alimentos con Sello Campesino ampara solamente a los pequeños productores campesinos y comunitarios.
5. Alimentos con Sello Campesino es producido mediante agricultura limpia u orgánica.
6. En los puntos de venta de Alimentos con Sello Campesino no puede haber ninguna otra marca de alimentos.