



Módulo 1

Derecho a una alimentación sana, segura y soberana



Módulo 1

Derecho a una alimentación Sana, Segura y Soberana

Autoridades

Ministro de Desarrollo Social de la Nación

Sr. Juan Horacio Zabaleta

Secretaria de Inclusión Social

Lic. Laura Valeria Alonso

Directora Nacional de Seguridad Alimentaria

Dra. Karina Yarochevski

Directora de Políticas de Seguridad Alimentaria

Mgtr. Mercedes Paiva

Autoras

Cecilia Antún
(Licenciada en Nutrición)

María Belén Amicone
(Licenciada en Nutrición)

Marina Bitar
(Licenciada en Sociología)

Silvia Vidal
(Ingeniera Agrónoma)

Revisión general de contenidos

Mgr. Mercedes Paiva

Índice

pág. 07 // Derecho a la Alimentación. Seguridad y Soberanía Alimentaria.

pág. 12 // Extractivismo vs. Sistemas Alimentarios Sostenibles para una alimentación saludable.

pág. 14 // Alimentos y productos comestibles.

pág. 18 // Inseguridad alimentaria.

pág. 21 // Bibliografía.

pág. 25 // Actividades.

**Campesino, campesino,
Campesino**

(Atahualpa Yupanqui)

Campesino, campesino,
por ti canto, campesino.

Unos son tierra menuda,
otros, la raíz del trigo.
Otros son piedras dispersas
en la orillita del río.

Derecho a la Alimentación Seguridad y Soberanía Alimentaria

¿Qué entendemos por Derecho a la Alimentación?

En cualquier proceso de formación y de construcción de saberes es importante situar la posición respecto del tema que se aborda. En este sentido, se tratará la temática del derecho a una **ALIMENTACIÓN SANA, SEGURA Y SOBERANA** desde la concepción de la política social con enfoque de derechos. Si bien aquí también incluimos el enfoque de género, no lo profundizaremos ya que habrá un módulo completo para dedicarle al tema. Este posicionamiento marca no sólo el contenido sino la metodología de trabajo con los y las titulares de derecho. He aquí la primera cuestión a tener en cuenta: la política con enfoque de derechos no implica, como se suele decir, “un beneficio” sino que es consecuente con la obligación indelegable del Estado de garantizar el ejercicio de los derechos con una visión integral e inclusiva. En este sentido, nuestro país no sólo ha adherido a distintos Pactos y Tratados Internacionales de Derechos Humanos, sino que, además, la Reforma Constitucional de 1994 los incluyó con jerarquía constitucional al incorporarlos en el Art. 75. Inc. 22.

El **enfoque de derechos** promueve que las políticas se basen en «acciones positivas destinadas a superar situaciones graves de exclusión y desigualdad estructural de vastos sectores de la población»⁽¹⁾ garantizando el acceso **universal, integral y progresivo** al ejercicio de sus derechos.

Entonces, ¿Por qué decimos que no son beneficios? Porque no se trata de una acción caritativa o compensatoria de los “desajustes” del sistema. Ya sabemos que el mercado no se autorregula y tampoco derrama sino que, por el contrario, tiende a una concentración cada vez mayor en menos manos. Entonces, se hace necesaria la acción directa y explícita del Estado para velar por la distribución de recursos y servicios indispensables para que todas las personas y las generaciones futuras puedan gozar de una vida digna. Este accionar del Estado estará en relación con la influencia ejercida por la amplia gama de organizaciones de la sociedad civil, con sus variados intereses.

Los Derechos Humanos, entre ellos el Derecho a la Alimentación, son las condiciones instrumentales que permiten a las personas su realización y, por ello, tienen algunas características que los hacen distintos a cualquier otro. Son:

- **Universales:** son para todas las personas por el simple hecho de serlo, sin importar su origen, raza, sexo, edad, clase social, etc. Esto significa que no se debe hacer nada para “merecerlos”.

- **Indivisibles:** no pueden garantizarse de manera parcial, sino plenamente. Por ejemplo, una persona puede ser libre o no, pero no puede ser “un poco libre”.
- **Inalienables:** si una persona se ve privada de ellos, inevitablemente se afecta su dignidad humana.
- **Interdependientes:** la realización de cada derecho es indispensable para el pleno goce de los demás. Es probable que con un ejemplo esto se vea más claro: ¿Podría una niña o niño gozar del Derecho a la Educación si no contara previamente con el acceso al sistema de salud, a una alimentación adecuada y al cuidado necesario para su crecimiento y desarrollo físico, emocional y cognitivo?

En función de pensar y hacer política con enfoque de derechos, las y los destinatarios de la misma son titulares de derecho y esa titularidad es la que busca desafiar la relación pasiva que existe entre la y el sujeto titular de derechos y las formas de la administración pública para garantizarlos. Por ejemplo, *“tengo derecho a la salud porque hay una norma que me convierte en titular de esta expectativa –la de acceder al sistema de salud– y crea a otras y otros sujetos su obligación correlativa de proporcionarme los medios y las instancias de calidad para que ejerza mi derecho a concurrir a un centro de salud”⁽²⁾.*

Hablar de **Derecho a la Alimentación** refiere a la posibilidad de tener acceso sin interrupciones (a partir de su autoproducción o de la compra) a alimentos en cantidad suficiente, calidad adecuada y de acuerdo a la cultura y tradiciones de la población, como para garantizar a las personas y a las próximas generaciones, no sólo a nivel individual, sino también colectivo, una vida plena y digna.

¿Qué otros derechos son necesarios para garantizar el Derecho a la Alimentación?

¿Se cumple este derecho?

Retomando la cuestión de la interdependencia de los DDHH, para gozar plenamente del Derecho a la Alimentación, se debe contar, al mismo tiempo, con:

- **Derecho a la Información y a Disfrutar de los beneficios del Avance Científico**, para poder tener recursos para reflexionar acerca de las propias prácticas y elecciones alimentarias.
- **Derecho a una Educación** que se oriente al pleno desarrollo y dignidad de las personas, y que fortalezca el respeto por los DDHH y las libertades fundamentales.
- **Derecho al Acceso a los Recursos**, como la tierra, el agua y las semillas, tanto para la producción directa como para que la producción de alimentos (y sus precios) no tengan que competir con la producción de mercancías.

- **Derecho al Trabajo Digno y/o a la Seguridad Social**, para contar con ingresos que permitan la compra de los alimentos si no se los autoproduce.
- **Derecho al acceso a Agua Potable y a los recursos para cocinar.**
- **Derecho al Cuidado y al tiempo necesario** para preparar y disfrutar de las comidas. También se incluye aquí el derecho a disfrutar plenamente de la Lactancia Humana.
- **Derecho a la Salud y al Medio Ambiente sano** que, entre muchos otros derechos, son indispensables para que se produzca el Derecho a la Alimentación en el presente y a futuro.

Al analizar en clave de políticas públicas con enfoque de derechos, se observa, muchas veces, que los programas tienden a la satisfacción de sólo una parte del mismo, tomando acciones para combatir el hambre, como la provisión de alimentos, pero dejan de lado otros aspectos igualmente importantes como la adecuación cultural, el goce de la mesa familiar, el derecho a la salud ambiental, la división sexual e internacional del trabajo, la biodiversidad, la sustentabilidad, por mencionar algunos.

¿De qué hablamos cuando hablamos de Salud?

Como toda construcción social, lo que se entiende por Salud ha cambiado a lo largo de la historia y, aún en la actualidad, no es unánime y pueden encontrarse distintas concepciones entre las sociedades que habitan el planeta. Por ejemplo, ya en la filosofía antigua Hipócrates se ocupó del tema y sentenció *“Que tu alimento sea tu medicina y tu medicina sea tu alimento”* y siglos más adelante, durante la Edad Media, las cuestiones relacionadas con la salud, la enfermedad, la vida y la muerte eran consideradas como obra de dios o del demonio. En esa época se encontraba absolutamente prohibido estudiar el interior del cuerpo humano.

Hoy se habla de **Salud Integral**. En algunas definiciones actuales se entiende que *“La salud y la enfermedad no son acontecimientos que ocurran exclusivamente en el espacio privado de nuestra vida personal. La calidad de la vida, el cuidado y la promoción de la salud, la prevención, la rehabilitación, los problemas de salud, y la muerte misma, acontecen en el denso tejido social y ecológico en el que transcurre la historia personal”*⁽³⁾.

Desde la O.M.S. en el año 1985 se la definió como *“La capacidad de realizar el propio potencial personal y responder de forma positiva a los problemas del ambiente”*⁽³⁾.

En estas definiciones, se considera a la salud como un recurso para la vida, pero no como el objetivo último de la misma. Esto significa que no vivimos para tener salud, sino que buscamos tener salud para vivir una vida mejor, pudiendo hacer frente a los problemas cotidianos.

¿Cómo lograr que las personas adopten hábitos saludables? La clave es pensar en acciones de **Promoción de la Salud**.

Un ejemplo de ellas podría ser la realización de un programa de Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) en una comunidad para fomentar elecciones alimentarias saludables. Lo que comemos va a repercutir indefectiblemente de manera positiva o negativa en nuestra salud y, si mejoramos la alimentación, estaremos generando condiciones para gozar de un mejor estado de salud en el futuro.

Por otro lado, existen momentos de la vida (como la gestación, la infancia y la pubertad) que son verdaderas “ventanas de oportunidad” en los que, por la velocidad a la que se crece, las acciones de salud van a tener un mayor impacto en el presente y también a futuro. Pensemos en los primeros “mil días”: tanto la alimentación durante la gestación como durante el período de lactancia tendrán importantes efectos que irán más allá de ese momento. De eso se trata la idea de “potencial de crecimiento”. Cuanto mejor sea la alimentación durante estos períodos, mayor será el crecimiento que se podrá alcanzar.

Retomando al enfoque de derechos en las políticas públicas, al considerar al individuo como único o el principal responsable de sus conductas o estilo de vida en sus consecuencias para la salud, se puede caer en el error de no tener en cuenta la influencia del “entorno” en estas decisiones, a la sociedad y sus instituciones en el origen de la enfermedad y de su desigual distribución. *“La elección de una mejor alimentación, de hacer ejercicio físico, de no beber o hacerlo moderadamente, de no fumar o no consumir otras drogas depende en gran medida del ambiente cultural, social, económico e incluso físico en el que se vive. Elegir un estilo de vida saludable no sólo depende de la voluntad (“querer”), sino también del conocimiento (“saber”) y de la accesibilidad al mismo (“poder”)”*⁽²⁾.

En estrecha relación con el enfoque de derechos surgió en los años 70’ el concepto técnico de **Seguridad Alimentaria**.

Su definición se fue refinando con el correr de los años. Al principio se relacionaba estrechamente con la **disponibilidad** suficiente de alimentos para todas las personas, suponiendo que, si se lograba aumentar la producción, con la incorporación de tecnología, se solucionaría el problema del hambre. Sin embargo en 1985 se logró la Disponibilidad Plena de alimentos a nivel mundial. Esto quiere decir que la cantidad de alimentos que se producía en el mundo en ese año resultaba suficiente para cubrir las necesidades de todas las personas que habitaban el planeta. Sin embargo, al mismo tiempo la FAO registraba 875 millones desnutridas. Habiendo alimentos suficientes para todas las personas, una proporción importante de la población no lograba acceder a los mismos. En los debates que se dieron en esa época, el enfoque estuvo puesto en entender al Derecho a la Alimentación como una “capacidad”, haciendo responsables a los individuos de cubrir sus necesidades alimentarias. Más adelante se logró un cambio en la manera de entender el tema, incorporando la dimensión del **acceso físico y económico** a los alimentos, para lo cual es **fundamental mantener una correcta relación entre precio de los alimentos, nivel de empleo y valor de los salarios**.

En debates posteriores se sumó el componente de la **utilización biológica**, que hace referencia a las condiciones sanitarias, el saneamiento, el acceso a la atención médica y al agua segura, además de la propia calidad biológica de los alimentos y el componente de la **estabilidad** a lo largo del tiempo de las tres dimensiones anteriores.

*Existe **Seguridad Alimentaria** cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana. (Cumbre Mundial sobre la Alimentación, 1996).*

Extractivismo vs. Sistemas Alimentarios Sostenibles para una alimentación saludable

En las últimas décadas y bajo la lógica mercantilista del sistema agroalimentario mundial, los alimentos pasaron de ser un derecho humano fundamental y un bien orientado a satisfacer las necesidades nutricionales de la población a bienes de cambio y, por lo mismo, a ser sometidos a la especulación financiera. Con la globalización económica, se impuso un modelo agroalimentario uniforme que cambió los sistemas productivos y los patrimonios culinarios nacionales y locales, impulsando la agricultura industrial y la producción de materias primas (*commodities*) en detrimento de los alimentos básicos. Este nuevo esquema relacional dejó el control de la alimentación en manos de unos pocos países y en menos de diez corporaciones transnacionales que hasta hoy controlan toda la cadena agroalimentaria: las semillas, la asistencia técnica, los productos fitosanitarios, la comercialización y la industrialización de los alimentos, entre otros insumos y servicios.

***Economía de enclave:** aquella que funciona dentro de un mercado globalizado, y en la que se localizan las actividades productivas en países subdesarrollados (donde los costos son menores) y se destinan a la exportación, sin tener en cuenta las necesidades ni la integración con el mercado local.

Así en América del Sur y otras regiones del planeta ricas en biodiversidad y condiciones ambientales aptas para la producción agrícola y pecuaria a gran escala, la misma continúa expandiéndose y en particular aquella que está orientada a la exportación. Como las nuevas formas de producción son cada vez más intensivas y con mayores impactos ecológicos y territoriales, se asemejan a otras formas de extractivismo: intensas, amplias y masivas apropiaciones de bienes naturales que son destinados a los mercados globales. De esta manera, la agroalimentación queda inmersa en procesos productivos que se asemejan a los que se observan en la minería o los hidrocarburos, caracterizados por economías de enclave⁽⁴⁾.

La producción extractiva de materias primas compite con la disponibilidad de suelo, agua, financiamiento y otros recursos productivos fundamentales para la producción de los verdaderos alimentos que las personas necesitan en el día a día para desarrollar una vida activa y saludable. Los mismos que son producidos en un 70% por el campesinado y la agricultura de base familiar⁽⁵⁾, sectores socioeconómicos que en forma creciente ven comprometido el control sobre la tierra, son excluidos y/o ven agravados sus problemas de rentabilidad y permanencia en el campo. A la vez, el modelo agroalimentario globalizado genera enormes pérdidas a nivel ambiental que se vinculan principalmente con la **contaminación** producida por la creciente aplicación de herbicidas y fitosanitarios para el control de malezas y enfermedades de los cultivos, la substancial producción de gases de efecto invernadero de la ganadería industrial y una **agricultura sustentada en el uso del petróleo** (maquinarias rurales, traslado kilométrico de alimentos desde el lugar de producción hasta el de

consumo) y el uso de **semillas genéticamente modificadas y patentadas**, que además de efectos no estudiados de impactos a largo plazo en la salud y la contaminación genética de especies vegetales nativas, ponen en riesgo el control sobre la agrobiodiversidad y el uso y conservación de las semillas, erosionando el derecho a la alimentación de la humanidad⁽⁶⁾. Por otra parte, la producción de alimentos a escala industrial es responsable de la **deforestación de bosques nativos y la desertificación de los suelos** por la expansión de la frontera agropecuaria en zonas altamente frágiles y estratégicas para el equilibrio ecológico y del clima. También de la proliferación de zoonosis: enfermedad de las vacas locas, gripe aviar, SARS, MERS, Covid-19.

En respuesta a los impactos negativos que imprime el modelo agroalimentario global sobre las personas y la naturaleza, surgen desde las organizaciones y movimientos sociales, pero también desde la academia y la institucionalidad nacional e internacional vinculadas a la alimentación, los derechos humanos y al desarrollo sostenible, los debates y la creación de alternativas para confrontarlo. Iniciativas todas ellas, que **ponen en el centro intereses globales como son: el cuidado ambiental, la seguridad y soberanía alimentaria, la creación de mercados de proximidad entre quienes producen y quienes consumen, la alimentación sana basada en la producción y el consumo agroecológico**. Un ejemplo de ello, en el marco de la Cumbre Mundial de la Alimentación de Roma realizada en 1996, es la emergencia del concepto de **Soberanía Alimentaria** atribuido a las luchas de los movimientos campesinos, que inaugura un nuevo paradigma en materia de Derecho a la Alimentación.

Soberanía Alimentaria: *Constituye el derecho de cada pueblo, y de todos los pueblos a definir sus propias políticas y estrategias de producción, distribución y consumo de alimentos, a fin de garantizar una alimentación cultural y nutricionalmente apropiada y suficiente para toda la población.*

A diferencia de la Seguridad Alimentaria, que es un concepto técnico, la Soberanía Alimentaria es un concepto político y, para realizarse, requiere de la soberanía en otros ámbitos, como ser político, económico y cultural. Entonces, el rol del Estado para garantizarla es crucial. De esta manera, va más allá de la Seguridad Alimentaria, aunque ese sea uno de sus objetivos.

Dentro de los sistemas alimentarios sostenibles emergentes, **la agroecología se plantea como un nuevo paradigma científico para el desarrollo de la agricultura**, que permite el manejo ecológico de los agroecosistemas a través de formas de acción social colectivas que se presentan como una alternativa al actual manejo industrial de los recursos naturales, mediante propuestas surgidas desde lo local. Y que a partir del desarrollo de procesos participativos, desde los

ámbitos de la producción y la circulación alternativa de alimentos, intenta establecer formas de producción y consumo que contribuyan a encarar la crisis ecológica y social y con ello, enfrentarse al neoliberalismo y la globalización económica⁽⁷⁾.

La agroecología propone una producción y consumo basados en la equidad, sustentabilidad y solidaridad.

Para confrontar a la agricultura industrial, la **agroecología** propone iniciar procesos de *transición agroecológica*, esto es, ir sustituyendo el modelo agroalimentario global por sistemas de producción localizados de alimentos, donde la producción y el consumo estén regidos por principios de equidad, sustentabilidad y solidaridad. Es de este modo que la agroecología, introduce como elementos centrales la equidad de género e intergeneracional y el cuidado de la naturaleza. Su racionalidad productiva, socio-ambiental y económica y su potencial político inspiran simultáneamente, la creación de estrategias de resistencia, experiencias replicables y políticas públicas para garantizar la seguridad y soberanía alimentaria.

Alimentos y productos comestibles

¿Qué ocurrió con los alimentos a partir del avance del modelo agroalimentario?

Los cambios económicos, demográficos, tecnológicos y culturales que vinieron con el avance del modelo de producción agroalimentario mundial tienen un profundo efecto en los estilos de vida, en los alimentos que consume la población y en la manera en que estos se producen, transforman, comercializan, distribuyen y consumen.

¿Qué cambios produjo la industrialización de los alimentos?

La forma actual en la que producimos y consumimos los alimentos tiene un alto impacto en el ambiente y los recursos naturales. La producción de alimentos representa el uso del 48% y el 70% de la tierra y el agua dulce, respectivamente.

Al mismo tiempo, estos cambios ocasionan impactos negativos para la salud de la población. Promover una alimentación saludable que se produzca de manera sostenible para mejorar la nutrición y la prevención de enfermedades no transmisibles (diabetes, enfermedades cardiovasculares, cáncer, otras) es un desafío actual de los sistemas alimentarios.

Clasificación de los alimentos

Habitualmente el enfoque que predomina para clasificar los alimentos y las recomendaciones de consumo se basa principalmente, en las características nutricionales de los mismos. Por ejemplo, las guías

alimentarias de muchos países, inclusive Argentina, toman este criterio y agrupan los alimentos considerando el contenido de nutrientes que poseen. Así, el grupo de legumbres y cereales integrales se recomiendan por su aporte en hidratos de carbono que proveen energía, vitaminas del complejo B, fibra en las versiones integrales, etc.

Guías alimentarias para la población argentina.



Para conocer más sobre este tema podés consultar el Módulo 2

Sin embargo, a partir de los cambios producidos por los avances tecnológicos de las últimas décadas, resulta fundamental incluir un nuevo enfoque que dé cuenta de la industrialización de los alimentos y su consecuente procesamiento. Es necesario evaluar y actuar sobre los efectos que tiene este procesamiento sobre los sistemas alimentarios, los hábitos y patrones de consumo; y la nutrición, salud y bienestar de la población.

Para conocer más sobre esta clasificación de alimentos podés consultar el Módulo 3

En este sentido surge el **sistema Nova de OPS⁽⁶⁾** que clasifica a los alimentos según la naturaleza, grado y finalidad del procesamiento al que se someten antes de comprarse o adquirirse.

Esta clasificación se compone de 4 grupos:

1. Los alimentos sin procesar o mínimamente procesados
2. Los ingredientes culinarios procesados
3. Los alimentos procesados
4. Los productos ultraprocesados

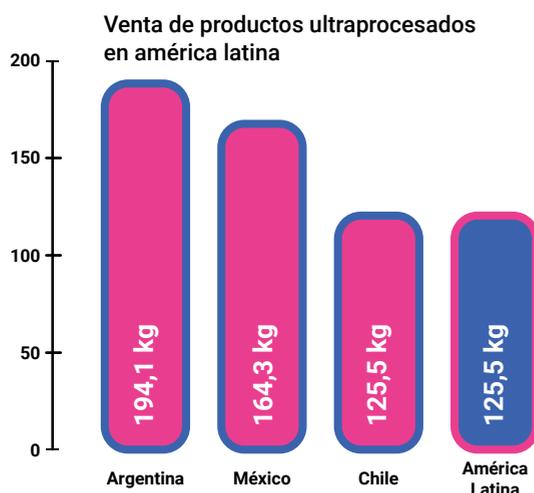
De estos grupos merece especial atención el de **productos ultraprocesados**. Estos productos se elaboran industrialmente a partir de sustancias derivadas de componentes de los alimentos, poseen alto contenido de grasas, sal, azúcar, calorías y se agregan aditivos para imitar e intensificar las cualidades sensoriales (color, textura, sabor y palatabilidad, que refiere a las sensaciones que se perciben en la nariz y la boca al mismo tiempo y se potencian entre sí) de los alimentos sin procesar o mínimamente procesados y las comidas caseras. Surgen con el fin de proporcionar productos listos para comer, beber o calentar, principalmente como snacks. Como ejemplos podemos mencionar a las bebidas azucaradas, las golosinas, los alimentos instantáneos, postres para reconstituir, etc.

Consumo de alimentos

Los cambios en los patrones de consumo, muestran un aumento elevado de estos “productos comestibles” y un menor consumo y desplazamiento de alimentos frescos o mínimamente procesados y comidas caseras.

La oferta y demanda de productos ultraprocesados varía en cada región y país y puede estudiarse según tres factores sociales y económicos determinantes: la urbanización, el crecimiento económico y la desregulación de los mercados⁽⁸⁾.

América Latina registra una venta de productos ultraprocesados de 129 kilos per cápita cada año (FAO). Argentina, México y Chile muestran las ventas anuales de productos ultraprocesados per cápita, más altas de la región: Argentina (194,1 kg), México (164,3 kg) y Chile (125,5 kg)⁽⁹⁾.



Fuente: Elaboración propia a partir de Zapata, M. E. y col. CESNI, 2016

En las últimas dos décadas, en Argentina se observa que el consumo de energía que proviene de productos ultraprocesados aumentó un 53%, llegando a ser el 30% de las calorías totales consumidas por la población en un día⁽¹⁰⁾.

Las niñas, niños y adolescentes presentan un patrón de consumo menos saludable que las personas adultas con mayor consumo de productos ultraprocesados.

Al mismo tiempo, según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición - ENNYS2⁽¹⁰⁾, hay una gran parte de la población que refiere un consumo diario de alimentos frescos como frutas, verduras, carnes y leche por debajo de las cantidades recomendadas. Al analizar por grupos de edad, las niñas, niños y adolescentes presentan un patrón de consumo menos saludable que las personas adultas con mayor consumo de productos ultraprocesados. Consumen un 40% más de bebidas azucaradas, el doble de productos de pastelería o productos de copetín y el triple de golosinas. Esta situación se acentúa en la población con niveles educativos bajos y menores ingresos.

En consecuencia, los grupos más vulnerables presentan un peor patrón alimentario dado no sólo por el aumento de alimentos de baja calidad nutricional, sino también por la disminución de alimentos frescos o mínimamente procesados.

Impacto de productos ultraprocesados en la salud

Este patrón de consumo con productos de baja calidad nutricional, alto contenido calórico y atributos que promueven su consumo excesivo, en detrimento de alimentos frescos, se encuentra entre las principales causas del alarmante aumento en la prevalencia del sobrepeso y obesidad.

Esta situación aumenta el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles, principal causa de muerte en nuestro país. **No sólo se pierden años de vida, sino también años con calidad de vida, como consecuencia de las complicaciones que aparecen con estas enfermedades.** También se ve afectada la salud mental. Todo ello genera importantes costos económicos, sociales y sanitarios y, además, aumentan las necesidades de cuidados en los casos en que estas complicaciones producen discapacidad.

Además de las características de su composición, los productos ultraprocesados presentan otras características que contribuyen a crear **Entornos Obesogénicos**. Se pueden mencionar publicidad y marketing intensivo, orientado a niñas, niños y adolescentes y su disponibilidad y accesibilidad en diferentes entornos y canales de comercialización que favorecen el consumo excesivo en múltiples ocasiones. Se hace

Para conocer más sobre el tema de la Construcción Social del Gusto podés consultar el Módulo 2.

necesario pensar cómo estos **productos ultraprocesados predisponen, condicionan e influyen en la construcción del gusto desde la infancia** para comprender la importancia de evitar el consumo de los mismos desde edades tempranas.

Por otro lado, la alimentación basada en alimentos frescos o mínimamente procesados y la comidas caseras a base de estos alimentos se asocia con una baja incidencia de enfermedades, buena salud y bienestar. Esto es producto de la calidad nutricional de esos alimentos y comidas y de las ventajas emocionales y sociales que implica cocinar y compartir las comidas.

Para frenar el aumento creciente del consumo de productos ultraprocesados y las tasas de sobrepeso y obesidad es necesaria la adopción de patrones alimentarios saludables. Esto implica no sólo promover cambios en el consumo de alimentos, sino que requiere estrategias integrales para la transformación de sistemas alimentarios más inclusivos y sostenibles con la participación de gobiernos, organizaciones de la sociedad civil, comunidad científica y comunidad. Estas políticas y estrategias contemplan campañas comunicación, educación alimentaria, normativa sobre precios, regulación de la publicidad y marketing de alimentos, incentivos, agricultura y comercio para proteger y promover la agricultura familiar de alimentos frescos locales, los cultivos tradicionales, y la promoción de las habilidades culinarias, entre otras⁽¹¹⁾.

Inseguridad alimentaria

La inseguridad alimentaria y la malnutrición actual (la desnutrición, la carencia de nutrientes y el sobrepeso y obesidad) dan cuenta de los progresos insuficientes para garantizar el derecho humano a la alimentación y a la salud para la región. Desde Naciones Unidas se establecieron una serie de metas a las que los Estados parte se comprometieron a trabajar para alcanzar en 2030. Los países de América Latina y el Caribe no lograrán alcanzarlas sin el compromiso político y la participación de todos los actores de la sociedad para solucionar los problemas de malnutrición y garantizar la seguridad y soberanía alimentaria.

Las mujeres padecieron inseguridad alimentaria a razón de un 10% más que los hombres en 2020, frente a una proporción del 6% en 2019.

En 2020, 928 millones de personas (12% de la población mundial) se vieron afectadas por la inseguridad alimentaria, lo que representó 148 millones de personas más que en 2019. La brecha de género, en la prevalencia de inseguridad alimentaria a nivel mundial, se amplía en 2020. Las mujeres padecieron inseguridad alimentaria a razón de un 10% más que los hombres en 2020, frente a una proporción del 6% en 2019.⁽¹¹⁾.

El sobrepeso y la obesidad infantil continúan en aumento situándose en 2019 en el 7,5%, por encima del promedio mundial (5,6%).

Esta situación de inseguridad alimentaria contribuye a aumentar el riesgo de malnutrición especialmente en mujeres y niñas, niños y adolescentes, ya que la calidad de la dieta de estos grupos es la más frecuentemente afectada. A nivel regional, el sobrepeso y la obesidad aumentaron para todos los grupos de edad. El sobrepeso en las mujeres es mayor que en los hombres en todos los países de la región. Además, el 75% de las muertes causadas por enfermedades crónicas no transmisibles (diabetes, enfermedades cardiovasculares, etc) en la región se asocian a una alimentación no saludable aumentando el costo económico y social por malnutrición ⁽¹²⁾.

El impacto de la pandemia de COVID-19 predice, a partir de varios estudios disponibles sobre consumo de alimentos y la proyección sobre el aumento de la pobreza en la región, un agravamiento de la situación ^(11,12,13).

Estimación de la inseguridad alimentaria

¿Qué significa inseguridad alimentaria?

En páginas anteriores se planteó la definición de Seguridad Alimentaria. Sus múltiples dimensiones hacen que la medición a partir de diversos instrumentos resulte compleja.

¿Cómo se puede estimar?

¿Quiénes son las personas más afectadas por la inseguridad alimentaria?

La prevalencia de inseguridad alimentaria estima las personas sin acceso a alimentos nutritivos y suficientes por falta de recursos económicos o de otro tipo. Para ello se cuenta con diferentes instrumentos según el país y región, que permiten identificar el grado de severidad de la inseguridad alimentaria. A partir del instrumento, la **seguridad alimentaria** queda definida en 3 rangos: **seguridad alimentaria**, **inseguridad alimentaria grave o severa** (las personas probablemente se han quedado sin alimentos, sufren hambre y, en el caso más extremo, pasan días sin comer), **inseguridad alimentaria moderada** (las personas afrontan incertidumbres con respecto a su capacidad de obtener alimentos y, en ciertas épocas del año, se ven obligadas a reducir la cantidad o calidad de los alimentos que consumen por carecer de dinero o de otros recursos).

Situación de la inseguridad alimentaria en América Latina y Argentina

La inseguridad alimentaria ha seguido aumentando en América Latina durante los últimos 5 años. En 2019, un tercio de la población

padeció inseguridad alimentaria. En 2020, América Latina registró el segundo lugar en el incremento mundial con un 9% de aumento en relación con 2019⁽¹²⁾.

En Argentina, El Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA) evalúa desde 2009 periódicamente la inseguridad alimentaria a través de la Encuesta de la Deuda Social Argentina (EDSA).

Un estudio reciente⁽¹⁴⁾ refiere la evolución de la inseguridad alimentaria con un incremento a nivel total (incluye la inseguridad alimentaria severa y moderada) y a nivel severo entre 2019 y 2020.

En hogares con niñas y niños la inseguridad alimentaria aumentó. La inseguridad alimentaria severa se incrementó de 11,8% a 13,8% (aumento de 17,6%). Mientras que el aumento de la inseguridad total pasó de 28,4% a 33% (aumento del 16,2%).

En 2019, la inseguridad alimentaria severa afectaba al 11,5% de niñas y niños y alcanzó el 16% en 2020 (aumento del 38,8%). En concordancia, la inseguridad alimentaria total aumentó entre niñas, niños y adolescentes un 33,8% (pasando de un 28 a 37,5% respectivamente).

La situación socioeconómica del país, el precio de los alimentos, la incidencia de la pobreza e indigencia que se agudiza por la pandemia Covid-19 agrava la vulnerabilidad y el riesgo de inseguridad alimentaria y, en consecuencia, incrementa el riesgo de las diversas formas de malnutrición.

Esta situación se acentúa en la población de niñas, niños y adolescentes y en los hogares más numerosos o que tienen mayor cantidad de ellas y ellos. ^(10,11,14)

La disponibilidad de alimentos frescos y la variedad de los mismos no es suficiente para alcanzar las recomendaciones de las Guías Alimentarias para la población argentina.

En cuanto a la disponibilidad de alimentos, como otra dimensión de la Seguridad Alimentaria, también se encuentra afectada y ha ido disminuyendo para algunos grupos. Un estudio reciente de nuestro país⁽¹⁵⁾, muestra que la disponibilidad de alimentos frescos, sin procesar o mínimamente procesados, necesarios para una alimentación saludable como frutas y verduras, legumbres, variedad de cereales y leche, no es suficiente para alcanzar con las recomendaciones de las Guías Alimentarias. Sin disponibilidad, no hay suficientes alimentos para garantizar el derecho a la alimentación.

Es por ello, que se destaca la importancia del diseño, aplicación y evaluación de políticas públicas que tiendan a asegurar la producción y la disponibilidad de alimentos como así también el acceso y consumo saludable para garantizar una alimentación sana, segura y soberana para toda la población.

Bibliografía

1. Abramovich, Víctor (2006). Los estándares interamericanos de derechos humanos como marco para la formulación y el control de las políticas sociales, en Anuario de Derechos Humanos, Santiago, Centro de Derechos Humanos-Universidad de Chile, pp. 13-51.
2. Pautassi, Laura (2008). La articulación entre políticas públicas y derechos, vínculos difusos, en Políticas públicas para un Estado social de derechos. El paradigma de los derechos universales. LOM Ediciones, Fundación Henry Dunant América Latina. Santiago de Chile.
3. Gavidia, V., Talaverea, M. (2012) La construcción del concepto de salud, Universidad de Valencia, España.
4. Gudynas, Eduardo. (2010). Agropecuaria y nuevo extractivismo bajo los gobiernos progresistas de América del Sur. Territorios Nro. 5. Instituto de Estudios Agrarios y Rurales. CONGCOOP, Guatemala.
5. FAO. (2020). El estado mundial de la agricultura y la alimentación. Superar los desafíos relacionados con el agua en la agricultura. En: <https://www.fao.org/state-of-food-agriculture/es/>
6. Papuccio de Vidal, Silvia. (2020). Feminismo y Agroecología. Acerca de la vida y el legado de Chabela Zanutigh. Último Recurso, Rosario.
7. Sevilla Guzmán, E. (2010). Bases científicas y sociales de la Agroecología, introduciendo la Soberanía Alimentaria. Jornadas de Agroecología, Facultad de Cs. Agrarias, UNLZ.
8. OPS, (2015). Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas. Washington.
9. Zapata, M. E. y col. CESNI, (2016). La mesa argentina en las últimas dos décadas: cambios en el patrón de consumo de alimentos y nutrientes 1996-2013.
10. Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. (2019). Encuesta Nacional de Nutrición y salud. Resumen Ejecutivo.
11. FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. (2021). Versión resumida de El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2021. Transformación de los sistemas alimentarios en aras de la seguridad alimentaria, una mejor nutrición y dietas asequibles y saludables para todos. Roma, FAO. <https://doi.org/10.4060/cb5409es>

12. FAO, FIDA, OPS, WFP y UNICEF. (2020). Panorama de la seguridad alimentaria y nutrición en América Latina y el Caribe 2020. Santiago de Chile. <https://doi.org/10.4060/cb2242es>

13. FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. (2020). El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2020. Transformación de los sistemas alimentarios para que promuevan dietas asequibles y saludables. Roma, FAO.

14. Poy, S.; Salvia, A.; Tuñón, I. (2021). Evaluación de impacto del Programa Tarjeta ALIMENTAR. Efectos directos e indirectos en la inseguridad alimentaria, consumos alimentarios y no alimentarios. Documento de investigación. Barómetro de la Deuda Social Argentina. 1ª ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Educa, 2021.

15. Roviroso, A.; Zapata, ME. CESNI (2021). La alimentación en la Argentina. Una mirada desde distintas aproximaciones CAPA I. Disponibilidad de alimentos y nutrientes a nivel país.

Bibliografía ampliatoria

OPS (2019). Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones. Washington.

FAO (2019). Nuevos patrones alimentarios, más desafíos para los sistemas alimentarios. 2030 - Alimentación, agricultura y desarrollo rural en América Latina y el Caribe, No. 11. Santiago de Chile.

OPS (2016). Modelo de perfil de nutrientes. Washington, DC: OPS.

Organización Panamericana de la Salud (2014). Plan de acción para la prevención de la obesidad en la niñez y la adolescencia. Washington, DC: OPS.

UNICEF (2019). Estado mundial de la infancia. Niños, alimentos y nutrición. Crecer bien en un mundo en transformación.

Paiva, M., Abajo, V., Derecho a la Alimentación, en Gorban, M. (2014). Seguridad y Soberanía Alimentaria (2da edición). Buenos Aires: Akadia Editorial.

Piaggio, L. (2016). El derecho a la alimentación en entornos obesogénicos: Reflexiones sobre el rol de los profesionales de la salud, ISCO UNLA, Buenos Aires.

Altieri, M. (1999). Agroecología. Bases científicas para una agricultura sustentable. Editorial Nordan–Comunidad, Montevideo.

Aguirre, P. (2015). *Cocinar y Comer en Argentina Hoy*. Buenos Aires: Fundasap.

Broccoli, A., *Agroecología y la construcción de sistemas agroalimentarios sustentables: de las semillas a los mercados locales*, en Gorban, M. (2014). *Seguridad y Soberanía Alimentaria* (2da edición). Buenos Aires: Akadia Editorial.

Carballo, C. *Soberanía Alimentaria y producción de alimentos en Argentina. Situación actual y desafíos para la transición*, en Gorban, M. (2014). *Seguridad y Soberanía Alimentaria* (2da edición). Buenos Aires: Akadia Editorial.

ACTIVIDADES

Objetivos

- Analizar los alimentos de consumo habitual desde una perspectiva de derecho, sostenibilidad y salud.
- Reflexionar sobre aspectos cotidianos donde se ejerce o no el derecho a la alimentación.
- Reflexionar sobre el impacto que tiene la Inseguridad Alimentaria en la posibilidad de vivir una vida plena y digna, a nivel individual, familiar, comunitario y nacional.
- Incorporar la mirada de enfoque de derechos y promoción de la salud para pensar una posible alternativa para una alimentación sana, segura y soberana.
- Comprender qué es un Entorno Obesogénico, cómo esto se expresa en la vida cotidiana de una persona, familia, comunidad o sociedad y por qué ello también pone en riesgo al Derecho a la Alimentación.
- Propiciar el debate y la reflexión acerca de cómo se pueden transformar en Entornos Alimentarios Saludables.

Actividad 1

Presentación

En pequeños grupos cada participante tendrá que elegir una comida y/o preparación habitual, o un menú del comedor, etc.

Desarrollo de la actividad

A partir de la elección de la comida o menú deberán analizar los siguientes aspectos:

¿Por qué eligieron esa preparación o comida? ¿Cuáles son los ingredientes de esa preparación o comida? ¿Cómo los clasificarían: son alimentos frescos, mínimamente procesados o productos comestibles ultraprocesados? ¿Qué información tienen sobre esos alimentos? ¿Los consideran saludables? ¿Por qué? ¿Dónde se produce ese alimento? ¿Cómo se produce, es de manera sostenible? ¿Dónde los compran? ¿A quién se los compran? ¿Quién/es los preparan? ¿Quiénes los comen? ¿Dónde y cómo se comen?

Cierre

Socializar las reflexiones de cada grupo y reflexionar sobre cuestiones que se podrían mejorar para promover un acceso a alimentos más saludables, culturalmente aceptados y que no tengan un impacto negativo en el ambiente.

Actividad 1 BIS

Desarrollo de la actividad

En caso de que hayan encontrado algún/os productos ultraprocesados dentro de la preparación:

¿Cuál/es fueron esos productos? ¿Por qué o para qué los están utilizando? ¿Cómo se los podría reemplazar por alimentos frescos o mínimamente procesados?

Respecto al precio, rendimiento y durabilidad: ¿Qué ocurre entre las distintas opciones? Y, ¿en cuanto a los desechos de envases y desperdicios que generan?

Cierre

Puesta en común, intercambio de reflexiones. Hacer énfasis en pensar qué cambiaría en el trabajo cotidiano de la cocina si se hiciera este reemplazo.

Actividad 2

Presentación

Imaginar que a partir de una acción de articulación con pequeñas y pequeños productores agroecológicos cercanos a la casa o a la organización, comienzan a recibir o comprar bolsones de alimentos Sanos, Seguros y Soberanos.

Desarrollo de la actividad

En pequeños grupos responder a las siguientes preguntas ¿Qué menú/ es se les ocurre que podrían realizar al ver el listado de los alimentos recibidos? ¿Faltan alimentos en el listado?

Bolsón Sano, Seguro y Soberano



●	Acelga - Kale - Calabaza - Repollo - Remolacha (con hojas) Zanahoria (con hojas) - Berenjenas - Tomates
●	Bananas - Naranjas - Mandarinas
●	Harina de trigo- Garbanzos Lentejas - Arroz - Papa
●	Huevos
●	Leche - Queso fresco
●	Aceite de girasol Maní - Semillas de girasol

Cierre

Puesta en común de las reflexiones. ¿Qué desafíos y oportunidades encontraron? ¿Qué cambios creen que se deberían introducir en el cotidiano de la cocina o la organización para que la incorporación de este bolsón se traduzca en una alimentación más sana, segura y soberana? ¿Qué ofertas de la comunidad (municipio, ferias, producciones locales, etc.) se podrían gestionar para mejorar la posibilidad de acceder a una alimentación Sana, Segura y Soberana?

Actividad 3

Presentación

Releer la definición de Derecho a la Alimentación y de los otros Derechos Humanos interrelacionados.

Desarrollo de la actividad

En pequeños grupos, escribir un listado de situaciones de la vida cotidiana en las que se logra hacer efectivo (o no) este derecho, atendiendo a toda su complejidad y su interrelación con otros Derechos Humanos.

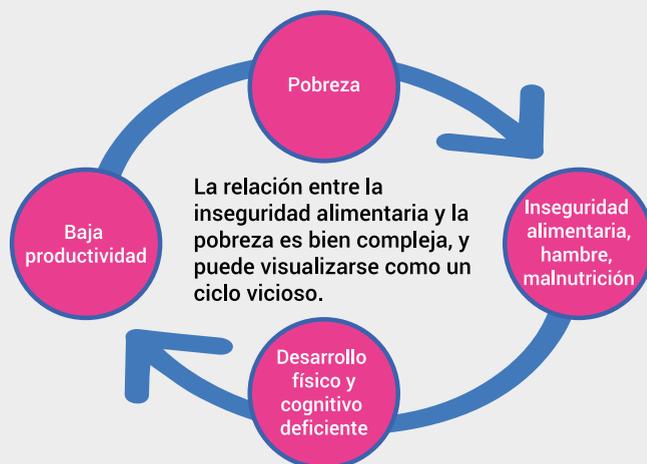
Cierre

Luego de poner en común los listados que hayan surgido, pensar entre todas y todos ¿Qué situaciones se podrían comenzar a trabajar con la comunidad para lograr una mayor garantía del Derecho a la Alimentación? ¿Con qué actores de la comunidad se podría trabajar?

Actividad 4

Presentación

Observar el siguiente gráfico que se publicó en un documento de la FAO para representar la compleja relación que existe entre la Inseguridad Alimentaria y la pobreza. Analizar e intercambiar reflexiones respecto a cada uno de sus componentes.



FAO (2015) El estado de la inseguridad alimentaria en el mundo.

Desarrollo de la actividad

Pensando en las acciones vinculadas con la alimentación de niñas, niños y adolescentes de la comunidad, qué acciones podrían tomarse en el presente para romper este círculo e introducir mejoras en su alimentación cotidiana.

Cierre

Puesta en común e intercambio de las reflexiones.

Actividad 5

Presentación

Trabajo en pequeños grupos. Se entrega la definición de Entorno Obesogénico y se propone leerla e intercambiar impresiones sobre la misma entre las personas del grupo.

Entornos obesogénicos

Aquel que fomenta la ingesta calórica elevada y el sedentarismo. Se tienen en cuenta los alimentos disponibles, asequibles, accesibles y promocionados; las oportunidades para practicar una actividad física; y las normas sociales en relación con la alimentación y la actividad física (OMS 2016).

Desarrollo de la actividad

Luego se propondrá una reflexión a partir de la siguiente frase: “Nos cuesta ver cómo se cuelan en nuestra vida cotidiana porque los Entornos Obesogénicos son como el aire que respiramos”.

Como personas sujetos de derecho, ¿Qué necesitamos para estar protegidas de este tipo de Entornos Alimentarios?

Cierre

Puesta en común e intercambio sobre las reflexiones trabajadas en grupo.

A continuación, proponer que entre todas y todos escriban las características o la definición de lo que sería un “Entorno Alimentario Saludable”. ¿Con qué acciones se pueden intervenir los entornos cotidianos para transformarlos en saludables?

Como opción, se puede proponer al grupo completo que invente un sketch, dibujo, afiche, collage, canción, historieta u otra forma de expresión que prefieran en la que busquen transmitir este concepto.



Secretaría de Inclusión Social

Av. 9 de Julio 1925 - Piso 16º

Tel: 0800-222-3294

pnsa@desarrollosocial.gob.ar

Argentina unida



Ministerio de
Desarrollo Social
Argentina