



Agricultura para la seguridad nutricional. Un enfoque del sistema alimentario

Laura A. Zaks

Especialista en relaciones internacionales con énfasis en política agropecuaria y reducción de pobreza. Experta en seguridad alimentaria y nutricional en el Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (Iica) (laura.zaks@iica.int).

 Cada sábado en la feria del agricultor, en Alajuela, veo filas y filas de estantes con hortalizas frescas y otros productos alimenticios a muy buen precio. Para una extranjera como yo, esta escena da la impresión de que Costa Rica es un paraíso para la buena alimentación de comidas altas en micronutrientes. Con razón, Costa Rica ha tenido mucho éxito en las últimas décadas en bajar la tasa del hambre, que es menor a 5 %, aunque la pobreza se ha mantenido en torno al 15-20 % durante casi 20 años (IFRPI, 2013). En comparación con sus vecinos centroamericanos, el desarrollo económico del país ha sido favorable para la seguridad alimentaria. Pero la escena está cambiando.

Por mucho tiempo, a varios países latinoamericanos se les asoció con problemas de malnutrición por deficiencias de calorías y de proteínas. Actualmente, enfrentamos un desafío muy complejo relativo a la seguridad alimentaria y nutricional. Se observa una malnutrición que incluye la problemática del hambre y que, al mismo tiempo, se manifiesta con sobrepeso y obesidad dentro de las mismas fronteras. La introducción de alimentos y bebidas provenientes



Volver al índice



A. Baltodano. Feria del agricultor de Coronado, San José.

de otras culturas ha promovido un cambio en los patrones de alimentación en la región. Otros factores también contribuyen, como cambios en estilos de vida, migración hacia centros urbanos, más trabajo en oficina y más gente viajando en carros particulares, entre otros. Todo esto provoca lo que ha sido llamado *transición nutricional*, fenómeno que se trata de delinear en este artículo.



Al contrario del modo en que la desnutrición es pintada en los medios de

comunicación, no es un problema distinto para los pobres (el de la desnutrición) y para los ricos (el de la sobrealimentación). La doble carga de enfermedades relacionadas a los alimentos se ha vuelto un desafío para toda la sociedad y, sobre todo, para grupos más vulnerables y pobres, simplemente porque los alimentos nutritivos tienden a ser más difíciles de obtener o son más caros.

El consumo de comidas diversas y nutritivas es fundamental para la salud. Una persona que consume mucha comida puede ser malnutrida debido a falta de vitaminas y minerales esenciales que

forman parte de una dieta diversa. En muchas comunidades vulnerables, un gran porcentaje de la dieta básica proviene de uno o dos alimentos, por ejemplo, el maíz y el arroz, limitando así el acceso a micronutrientes. Más y más, la disponibilidad de comidas baratas y altas en calorías tiene un impacto negativo en la salud y amenaza la seguridad nutricional, complicando muchas de las soluciones tradicionalmente implementadas para combatir el hambre.

Para tener un impacto duradero sobre el desarrollo, la reducción de la pobreza y el crecimiento económico, hace falta conceptualizar la desnutrición en un sentido más amplio, como también hay que hacerlo con los sistemas alimentarios y agrícolas que influyen en lo que está disponible, accesible y consumible. Algunas intervenciones agrícolas dirigidas específicamente a mejorar la nutrición se han puesto en marcha, por ejemplo, la biofortificación de cultivos básicos, las huertas familiares y el apoyo a micro-empresas. Aunque muchos proyectos han sido exitosos en mejorar la seguridad alimentaria, la mayoría no mide de una manera muy efectiva los resultados nutricionales específicamente. El hecho de producir más comida nutritiva no necesariamente significa que la gente que sufre de malnutrición va a consumir estos productos. Puede ser que la comida sea vendida y, aunque aumente los ingresos del productor y de otros dentro de la cadena de valor, no necesariamente corresponde a un mejoramiento de las dietas locales.

Nos encontramos en un punto crítico donde es más que urgente evaluar cómo las políticas agrícolas y alimentarias nacionales afectan, no solo la cantidad de alimentos disponibles y accesibles, sino también su calidad y valor nutritivo. La inversión global para mejorar la productividad de cultivos de cereal en el siglo pasado (lo que se dio a conocer como revolución verde) ayudó a millones de personas en Asia a salir de la pobreza y la desnutrición, pero la inversión se enfocó en cultivos que son bajos en micronutrientes, aunque tienen una alta densidad de energía calórica. Esto aceleró el fenómeno de que muchas comidas altas en micronutrientes son muy caras, mientras los granos básicos de baja densidad de micronutrientes son mucho más accesibles.

Costa Rica cuenta con una de las más altas tasas de longevidad en el mundo pero no ha sido inmune a la transición nutricional. Recientemente, se ha visto un aumento en las tasas de sobrepeso y obesidad, especialmente en niños y adolescentes. El 21,4 de niños entre 5 y 12 años de edad tienen sobrepeso u obesidad, según la Encuesta Nacional de Nutrición de Costa Rica de 2009. Aun peor, el 59,7 % de mujeres entre 20 y 44 años de edad sufren de sobrepeso o son obesas, y la tasa sube hasta el 77,3 % para mujeres entre 45 y 64 años. La tasa para los hombres es de 62,4%, (Ministerio de Salud, 2009).

Un estudio hecho por Harvard University manifestó que las dietas de los adolescentes costarricenses, como



A. Baltodano. Feria del agricultor de Coronado, San José.

proporción de energía, contienen menos micronutrientes que las dietas de sus parientes adultos, señalando que la cultura está cambiando, adoptando dietas no tradicionales (Kabagambe, Baylin, Irwig, Furtado, Siles, Kim y Campos, 2005). Esto se puede observar por el número de restaurantes de comida rápida visibles en las áreas urbanas y la prevalencia de gaseosas y comidas altamente procesadas, altas en calorías energéticas pero vacías de valor nutritivo.

Los problemas relacionados con el sobrepeso y la obesidad son complejos y requieren un análisis multidimensional

centrado en los factores estructurales del entorno de la población. Pero viendo la cantidad de hortalizas y otros productos agropecuarios en las ferias nacionales, es difícil saber si el problema es simplemente causado por la sobreabundancia de alimentos poco saludables o cambios en el estilo de vida, o si se relaciona con algo más profundo dentro del sistema alimentario.

Costa Rica ya cuenta con actividades dirigidas a la seguridad alimentaria, ante todo el sistema formal de mercados agrícolas y ferias locales y programas de alimentación escolar. Cuenta con la Política



A. Baltodano. Feria del agricultor de Coronado, San José.

Nacional de la Seguridad Alimentaria y Nutricional 2011-2021, instituida por el Ministerio de Salud. Lo que aún no queda claro es cómo va el proceso de implementación y qué efectos ha tenido. Dado que la seguridad nutricional no es algo que cuadra dentro de solo una institución o sector, sino más bien es un tema multidisciplinario, una política amplia requiere alta coordinación entre los ministerios de agricultura, educación, salud y comercio. Cuando un tema tan complejo está a cargo de un solo sector, el problema no es tratado de manera holística y duradera, y queda mucho por hacer para frenar los efectos de la transición nutricional.

Es cierto que en Costa Rica, como en otros países de la región, la inflación de los alimentos se ha acelerado en los últimos años, lo que impacta más a los grupos pobres y vulnerables a la inseguridad alimentaria. No es suficiente hablar de la educación nutricional o de programas escolares, porque la seguridad nutricional es también una cuestión de mercados y de precios. Cuando la comida saludable es más costosa que la comida baja en nutrientes, esto señala que el sistema alimentario en sí está fallando. A final de cuentas, no solo pagan las personas malnutridas, sino también la sociedad en general y, por supuesto, el

Estado que costea los servicios de salud y también paga por la disminución de la productividad de su población causada por enfermedades no transmisibles.

Para enfrentar los desafíos emergentes de la seguridad alimentaria, no solo importa mejorar el nivel de producción agropecuario, sino además hay que considerar que la oferta de alimentos favorece la salud y la nutrición de la población, es decir, el sistema alimentario responde a necesidades humanas. Solo así se puede diseñar políticas que respondan a estas necesidades: con un entendimiento profundo de qué es una política agropecuaria que realmente contribuya a la seguridad alimentaria y nutricional. El reto es evaluar, innovar y apoyar un sistema alimentario para reducir pérdidas y usar de una manera sostenible los recursos para hacer accesibles alimentos variados y nutritivos, en coordinación con esfuerzos para educar sobre la prevención de enfermedades a través de la alimentación.

Aumentar la productividad agrícola genera más ingresos para comprar alimentos más nutritivos. En algunos casos, aumenta el consumo de la producción propia. Además, el aumento de la oferta de alimentos baja los precios de los alimentos disponibles. Al priorizar cultivos comerciales de exportación se permite mejorar los ingresos de los productores y otros actores dentro de la cadena alimenticia. A la vez, al priorizar cultivos de exportación en términos de la seguridad alimentaria y la accesibilidad de alimentos altos en nutrientes, estas políticas se

quedan cortas. Una clave es la inclusión de mujeres en inversiones agrícolas. Hay un gran efecto multiplicador, porque el aumento de los ingresos de las mujeres tiene un impacto considerable sobre la salud y la nutrición ya que son ellas las que, generalmente, toman las decisiones sobre la alimentación familiar.

El médico norteamericano Robert Lustig recientemente publicó un libro sobre el cambio de paradigma que observamos hoy en día, cuando las enfermedades no transmisibles representan una amenaza más potente que las enfermedades infecciosas para el mundo en desarrollo y también para los países desarrollados. Cada país que ha adoptado una dieta occidental, o propia de los países industrializados, ha sido testigo de las crecientes tasas de obesidad y síndromes metabólicos que causan diabetes y otras enfermedades. Según Lustig, hay 30 % más obesos que desnutridos en el planeta y el 80 % de las muertes por enfermedades del corazón y otras no transmisibles ocurren en países de ingresos bajos y medios (Lustig, 2013).

Hay un notable crecimiento del compromiso mundial en mejorar la nutrición, ya que las enfermedades crónicas influenciadas por la dieta y el comportamiento son enfermedades de todos y no solo de los países desarrollados o clases altas. En 2011, la Organización Mundial de la Salud estimó que casi 9 de cada 10 personas que mueren por enfermedades no transmisibles antes de cumplir 60 años viven en el mundo en desarrollo.

Ellas tienen menos protección contra los riesgos y las consecuencias de estas enfermedades que la gente en el mundo desarrollado (WHO, 2010).

En *El Estado Mundial de la Agricultura y la Alimentación 2013*, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (Fao) destacó que “la malnutrición en todas sus formas -desnutrición, carencias de micronutrientes y sobrepeso y obesidad- impone costos económicos y sociales inaceptablemente altos a los países de todos los niveles de ingresos” (Fao, 2013). Recientemente, el Banco Mundial y otras instituciones internacionales también han tomado el tema en cuenta en varias iniciativas. Sin embargo, falta que las agendas políticas se comprometan plenamente a conectar la agricultura con la nutrición.

Los esfuerzos para afrontar dietas insalubres, densas en energía calórica pero bajas en nutrientes, han tenido algunos resultados prometedores, pero la investigación sigue siendo limitada y los métodos necesitan ser mejorados. Lo que queda claro es que la seguridad alimentaria y nutricional requiere coordinación multisectorial. Las políticas y la investigación agrícolas deben seguir apoyando el crecimiento de la productividad de la canasta básica y otros alimentos altos en proteínas y micronutrientes. Al mismo tiempo, el sistema de salud pública debe intervenir en la prevención de enfermedades no transmisibles a través de dietas y estilos de vida saludables, con el apoyo de iniciativas educativas para

niños, adolescentes y adultos. El éxito de las ferias agrícolas en Costa Rica indica que sí existe una cultura que agradece la riqueza del sector agropecuario. Lo que necesitamos, más que nada, es una perspectiva más holística que mire el sistema alimentario completo y no solo, separadamente, ciertos aspectos de la producción y el consumo. Solo así se puede lograr y mantener la seguridad alimentaria y nutricional.

Referencias

- Fao. *Nutrition Country Profiles. Costa Rica*. Disponible en http://www.fao.org/ag/agn/nutrition/cri_en.stm
- Fao. (2013). *El estado mundial de la agricultura y la alimentación*. Roma.
- Fao. (2013, febrero). *Synthesis of Guiding Principles on Agriculture Programming for Nutrition*. Roma. Disponible en http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/wa_workshop/docs/Synthesis_of_Ag-Nutr_Guidance_FAO_IssuePaper_Draft.pdf
- IFPRI. (2013). *Global Hunger Index*. Disponible en <http://www.ifpri.org/sites/default/files/publications/ghi13.pdf>
- Kabagambe, E. K, Baylin, A, Irwig, M. S., Furtado, J, Siles, X., Kim, M. K. & Campos, H. (2005, abril). Costa Rican adolescents have a deleterious nutritional profile as compared to adults in terms of lower dietary and plasma concentrations of antioxidant micronutrients. *J Am Coll Nutr.* 24(2):122-8.
- Lustig, R. (2013). *Fat Chance: Beating the Odds against Sugar, Processed Food, Obesity, and Disease*. New York: Hudson Street Press.
- Ministerio de Salud. (2009). *Encuesta Nacional de Nutrición, Costa Rica*. Disponible en http://www.ministeriodesalud.go.cr/inicio/estadisticas/encuestas/resultado_ENN_2008_2009_8_octu_09.pdf
- Organización Mundial de la Salud (2011). *Informe sobre la situación mundial de las enfermedades no transmisibles, 2010*. Ginebra.