

Consumo responsable y solidario

¡COME LO NUESTRO, SANO Y SOBERANO!

LO NUESTRO:
Productos nacionales, de organizaciones de pequeños productores.

SANO:
Alimentos buenos para el cuerpo, naturales, de alto valor nutricional, buenos para la tierra en la cual se producen, libres de pesticidas, agroquímicos y transgénicos.

SOBERANO:

- Alimentos producidos según sistemas de cultivos tradicionales, basados en la equidad y reciprocidad.
- Producidos a partir de semillas compartidas de generación en generación, patrimonio colectivo, fundamento y origen de las culturas, sustento de la agricultura y soberanía alimentaria.
- Que satisfacen necesidades de poblaciones urbanas y rurales que los eligen responsablemente fomentando la producción campesina local

Alianza para el consumo responsable y solidario...

www.soberanalimentaria.org.bo

Alianza para el consumo responsable y solidario....

VETERINARIOS SIN FRONTERAS

AYUNTAMIENTO DE CORDOBA | Direccion General de Igualdad y Cooperación
Departamento de Cooperación

SOMOS RECOLECTORES PROCESADORES Y EXPORTADORES BAIK

Mala alimentación

- La globalización y la urbanización en los países en desarrollo muestran sus efectos en los sistemas de producción de alimentos, los cuales llevan a que muchos países pobres se enfrenten actualmente a un doble reto:
- El hambre generalizada y la desnutrición
- Y el rápido aumento de la obesidad y el sobrepeso que contribuyen a la incidencia de enfermedades no transmisibles tales como la diabetes, las cardiopatías y algunos cánceres.



Consumo responsable y solidario

- A nivel mundial, 800 millones de personas, en su mayoría del área rural, padecen hambre y malnutrición.
- A consecuencia de esto, cada año mueren más de cinco millones de niños y niñas y más de 20 millones de lactantes nacen con insuficiencia de peso en los países en desarrollo.
- Estos bebés corren más peligro de morir en la infancia, y aquellos que sobreviven a menudo padecen discapacidades físicas y mentales durante toda su vida.

Consumo responsable y solidario

- Por otra parte, en todo el mundo cerca de 22 millones de niños/as, menores de cinco años, están con problemas de sobrepeso u obesidad debido, principalmente, a una mala alimentación abundante en:
 - Azúcares
 - Grasas
 - Sal
- Y carentes de nutrientes esenciales para una buena salud. Esta situación provoca que sea posible encontrar problemas de obesidad y desnutrición en una misma persona.



Desnutrición y obesidad en el país

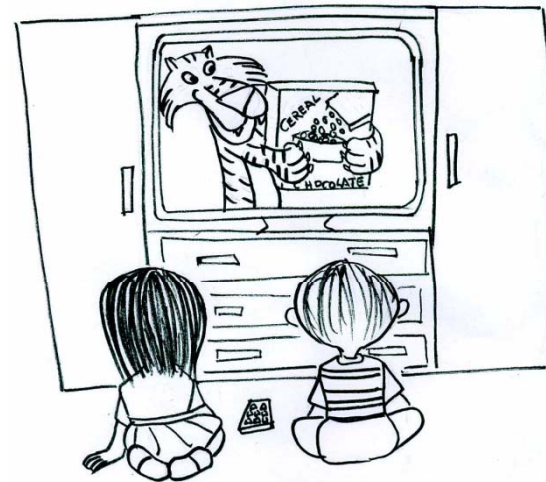
En Bolivia, el 29 por ciento de los niños y niñas presenta problemas de desnutrición, de los cuales el 9 por ciento se encuentra en edad escolar.

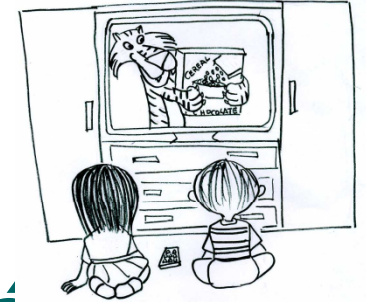
Hay que tener en cuenta que la desnutrición en escolares es crónica, pues cuando ésta se presenta en niños mayores de dos años es insuperable.

Por otro lado, en el país tenemos 35 por ciento de obesidad, factor que ha posibilitado que se haya sobrepasado el millón de diabéticos a nivel nacional.

Causas de la mala alimentación

La desnutrición y el hambre están más relacionadas con el negocio comercial de alimentos que con su producción debido a que:





Causas de la mala alimentación

- Las empresas comercializadoras de alimentos (transnacionales) , a través de campañas agresivas, extensas promociones y publicidad, saturan el mercado nacional con productos chatarra (gaseosas, papas fritas, margarinas, productos procesados con un importante contenido de soya, jarabes y otros derivados industriales del maíz, embutidos y leches importadas) que tienen escaso valor nutritivo y que, incluso, son peligrosos para la salud, impidiendo el ingreso de alimentos nutritivos y sanos de la producción campesina.

Causas de la mala alimentación

Esta situación ha provocado que el 70% de los países en desarrollo que antes eran productores de alimentos se hayan convertido en la actualidad en importadores de estos.

Otra de las causas de la desnutrición es que gran parte de la producción campesina es destinada a la exportación y ni siquiera los propios productores consumen sus alimentos.



Los alimentos como negocio comercial

El negocio comercial de alimentos alcanza la mesa de cada habitante imponiendo una cultura consumista que rompe con los parámetros culturales.

De esta forma, los derechos ciudadanos se reducen a la mera capacidad económica del consumidor, impidiendo el acceso a alimentos sanos y de producción campesina.

Los alimentos como negocio comercial

Para hacernos una idea de la importancia que las transnacionales dan a nuestros hábitos de consumo, necesarios para mantener sus negocios, hay que revisar los montos que dedican a condicionar e influir en nuestra alimentación.



Los alimentos como negocio comercial

- Según Consumers Internacional, por un dólar que la Organización Mundial de la Salud (OMS) invierte en tratar de mejorar la nutrición de la población mundial, la industria alimentaria gasta 500 dólares en promover alimentos procesados (chatarra).
- En EUA, The New York Times preveía para el 2001 un gasto publicitario de **494.000 millones de dólares**.
- Con ese monto podrían comer **450 millones de latinoamericanos** durante todo el año como lo hacen los europeos.

Entonces, ¿Que hacer?

- **Es necesario cambiar el modelo de consumo que ha sido impuesto por las grandes transnacionales.**
- **El consumo responsable es una acción consciente que salvaguarda la vida, es solidario con el mundo de la agricultura tradicional y familiar, respeta los ecosistemas y lucha por un mundo más libre y más justo.**

Entonces, ¿Que hacer?



Lo deseable entonces es reconstruir los vínculos humanos y comerciales con los agricultores, consumiendo productos de temporada que se cultiven o críen en el entorno más próximo y en armonía con el ambiente, estableciendo una nueva relación solidaria entre el campo y la ciudad.

Consumir responsablemente implica recuperar toda una cultura de alimentación, dando valor a los productos y elaboraciones artesanales.

Entonces, ¿Que hacer?

- Hay que rechazar alimentos contaminados por transgénicos y envenenados por productos químicos, pero además es fundamental la relación de proximidad, conocimiento y confianza con los productores.
- Como parte de nuestra actitud como consumidores responsables y, a pesar de las limitaciones del trabajo, de la ciudad y la escasez de tiempo, debemos priorizar los productos locales y de temporada, las ferias y el pequeño comercio local.

Entonces, ¿Que hacer?

- De esta manera no se apoya a las grandes cadenas de comercialización y distribución, que son los verdaderos beneficiarios del modelo agroindustrial.
- Para cambiar el modelo de producción y de comercialización es necesario cambiar el modelo de consumo y viceversa.

Bolivia, territorio de alimentos sanos

- El país, en sus diferentes regiones, es centro de origen de biodiversidad, misma que ha sido desarrollada por sus habitantes a través del manejo y conservación durante miles de años.
- Nuestra contribución a la alimentación del mundo incorpora productos como papa, maíz, maní, castaña y diferentes raíces y granos andinos como la quinua, cañahua, además de numerosas hierbas medicinales, ajíes y toda la diversidad de cada uno de estos cultivos.



Bolivia, territorio de alimentos sanos

- En la actualidad, las exportaciones de quinua de la zona andina, castaña de la región amazónica, así como café y cacao de los Yungas, representan valores muy importantes para los ingresos nacionales, debido a la demanda creciente en Europa y Estados Unidos, países que muestran gran interés por nuestros alimentos, que aparte de ser muy nutritivos, son sanos, ya que gran parte de ellos son ecológicos debido a que se produce sin elementos tóxicos (pesticidas) que a la larga afectan a la salud.

Alternativas de consumo

- Gracias a que Bolivia es uno de los países con mayor biodiversidad se cuenta con una gran variedad de alimentos, y su consumo permite prevenir enfermedades y proporcionar los nutrientes necesarios para mantener una buena salud, en contraposición a las monodietas (comida chatarra) introducidas a través de la propaganda.

Alternativas de consumo

- Además somos sobreproductores de alimentos. El país produce en proteínas seis veces los requerimientos de su población, esta cantidad, más los otros alimentos, serviría para alimentar a 32 millones de personas con todos los requerimientos de proteína.
- La misma situación ocurre en el caso de energía: tenemos para alimentar tres veces a la población nacional total.

¿Cómo podríamos prevenir la desnutrición?

Se puede prevenir la desnutrición infantil con:

- La lactancia materna
- Higiene
- El consumo de comida nutritiva sana y variada como:

¿Cómo podríamos prevenir la desnutrición?

- Frutas (plátano, mango, manzana, uva, granadilla, tumbo, acerola, copoasú, entre otras)
- Verduras (lechuga, tomate, zanahoria, brócoli, zapallo y otras)
- Legumbres (haba, arveja, frijol)
- Cereales (Cañahua, amaranto, quinua y otros)
- Nueces (castaña, maní, macadamia, cayú y otras).

Y otros alimentos a los que se encuentra acostumbrada la población.

¿Cómo podríamos prevenir la desnutrición?

Con estas acciones y el consumo de estos alimentos, bajan a cero:

- Los problemas de desnutrición
- Los riesgos de adquirir enfermedades, ya que estos alimentos tienen la característica de actuar como protectores gracias al gran aporte nutricional que brindan.

¿Cómo podríamos prevenir la desnutrición?

- Es claro, entonces, que para la prevención de enfermedades y desnutrición hay que enfocarse en la producción nacional, ya sea natural o procesada.

Producción nacional

- En Bolivia, existen asociaciones ecológicas y organizaciones campesinas económico productivas de alimentos, asociadas a:
- AOPEB http://www.aopeb.org/web_aopeb/
- CIOEC www.cioecbolivia.org/
- Mismas que ofrecen productos de alta calidad y sólo requieren de acceso y mayor demanda en los mercados locales. Al mismo tiempo, estos productores garantizan alimentos sanos, libres de transgénicos y de alto valor nutritivo.

