

Aumentando la Diversidad de la Dieta para Mejorar el Estado Nutricional de Mujeres y Niños en el Altiplano Occidental de Guatemala: Recomendaciones para el Sector Agrícola en Guatemala

Casi uno de cada dos niños menores de 5 años en Guatemala padece de retardo de crecimiento. En el Altiplano Occidental, la situación es más grave, donde 7 de cada 10 niños sufre de retardo de crecimiento. Niños con retardo de crecimiento son más bajos que los niños saludables de la misma edad. Retardo de crecimiento resulta de la desnutrición crónica, causada por el inadecuado consumo, en cantidad y variedad, de alimentos con alta densidad de nutrientes y/o por repetidas enfermedades, que puede perjudicar la salud y el desarrollo físico y cognitivo. El retardo de crecimiento en niños pequeños aumenta el riesgo de: mortalidad por infecciones, capacidad cognitiva reducida, matriculación en la escuela a una edad mayor, menor rendimiento en la escuela, mayor abandono de estudios, productividad laboral reducida y enfermedades crónicas en la vida adulta. La prevención del retardo de crecimiento a través de intervenciones clave durante el periodo crítico de los 1,000 días, en el embarazo y los primeros dos años de vida, es importante porque después de este período puede ser más difícil revertir las consecuencias del retardo de crecimiento.

Una de las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud para prevenir la desnutrición crónica es promover el consumo de alimentos variados, con una alta densidad de nutrientes y

Cuadro 1: Resumen de las Recomendaciones Basadas en Alimentos

Mujeres embarazadas y mujeres lactantes: hígado, verduras y un atol espeso hecho con una mezcla de harina fortificada

Niños de 6 a 11 meses: huevos, frijoles y una papilla hecha con una mezcla de harina fortificada

Niños de 12 a 23 meses: hortalizas de hoja verde, huevos, frijoles y una papilla hecha con una mezcla de harina fortificada

localmente disponibles. Sin embargo, esto puede ser un reto para familias en comunidades pobres en el Altiplano Occidental de Guatemala, donde las familias tienen ingresos muy bajos, acceso limitado a tierra fértil y agua segura para la producción de alimentos y muchos miembros que alimentar. Para mejor entender la factibilidad de usar alimentos locales para alcanzar las necesidades nutricionales en esta área de Guatemala, FANTA, en colaboración con el Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP), realizó un estudio para identificar

- 1 Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. 2010. *Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil 2008 (ENSMI-2008/09)*. Guatemala: Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social/Instituto Nacional de Estadística/Centros de Control y Prevención de Enfermedades.
- 2 Black, R.E. et al. 2013. "Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries." *The Lancet*. Vol. 382, No. 9890, p. 427–451; Grantham-McGregor, S. et al. 2007. "Developmental potential for children in the first 5 years for children in developing countries." *The Lancet*. Vol. 369, No. 9555, pp. 60–70; Hodinott, J. et al. 2008. "Effect of a nutrition intervention during early childhood on economic productivity in Guatemalan adults." *The Lancet*. Vol. 371, p. 411–416; Maluccio, J.A. et al. 2009. "The impact of improving nutrition during early childhood on education among Guatemalan adults." *The Economic Journal*. Vol. 119, pp. 734–763; Martorell, R.; Khan, L.K.; and Schroeder, D.G. 1994. "Reversibility of stunting: epidemiological findings in children from developing countries." *European Journal of Clinical Nutrition*. Vol. 48, Suppl 1, pp. S45–57.
- 3 Martorell et al. 1994.
- 4 World Health Organization. 2008. *Strengthening action to improve feeding of infants and young children 6-23 month of age in nutrition and child health programmes*. Report of proceedings, Geneva, October 6–9.

y validar un conjunto de recomendaciones basadas en alimentos (RBA). Las RBA fueron desarrolladas y validadas específicamente para llenar brechas nutricionales de mujeres y niños pequeños en los departamentos de Huehuetenango y Quiché en el Altiplano Occidental. El cuadro 1 presenta un resumen de las RBA final, que deben ser consumidas en adición a la dieta habitual.

Las pruebas de factibilidad revelaron desafíos que las mujeres enfrentaron en acceder, preparar y consumir los alimentos recomendados para ellas mismas o para sus niños (ver el siguiente cuadro). Estos retos estuvieron principalmente relacionados con:

- Falta de acceso económico a los alimentos recomendados o a mercados donde se venden los alimentos

- Limitaciones al nivel del hogar, como falta de tiempo para viajar a mercados y/o recursos para prevenir que los alimentos perecederos se echan a perder
- Falta de o inadecuada producción de alimentos recomendados en el hogar
- Barreras culturales relacionados con apoyo familiar o permiso para comprar y preparar ciertos alimentos recomendados, particularmente de abuelas, esposos y suegras

Otros retos mencionados por las familias incluyen falta de propiedad de la tierra y acceso inconsistente al agua para el cultivo de alimentos recomendados u otros alimentos que podrían ser vendidos para comprar los alimentos recomendados.

Desafíos en la Implementación de las Recomendaciones Basadas en Alimentos

Desafíos		Alimentos RBA para Mujeres Embarazadas y Mujeres Lactantes		Alimentos RBA para Niños de 6–23 Meses de Edad		
		Hígado	Vegetales	Huevos	Frijoles Negros	Verduras de Hoja Verde
Económico	Coste debido a la frecuencia recomendada; necesidad de comprar/ preparar para toda la familia		✓	✓	✓	
	Acceso estacional/alto costo en ciertas temporadas		✓		✓	✓
	Necesidad de dinero de la familia para la compra/ otros miembros de la familia controlan la compra			✓	✓	
	Necesidad de dinero para viajar al mercado	✓	✓		✓	
Nivel del Hogar	Necesidad de tiempo, agua y leña para cocinar				✓	
	Necesidad de tiempo para acceder al mercado	✓	✓		✓	
	Se echan a perder rápidamente	✓	✓			
Producción de alimentos	Producción en el hogar ausente, inadecuado, o estacional*		✓	✓	✓	✓
	Producción solamente para la venta		✓			
	Mortalidad de gallinas			✓		
	Sequía				✓	
Cultural	No se reconoce como nutritiva o la familia no apoya su compra/uso		✓			✓
	Necesidad de permiso de la familia para comprar/ preparar			✓		

* El hígado generalmente no se obtiene de la crianza de animales en el hogar, por lo que no fue mencionado en relación con la falta de producción en el hogar.

Recomendaciones para el Sector Agrícola Guatemalteca

La agricultura es una de los principales medios de vida de hogares en el altiplano occidental y el sector agrícola (ambos público y privado) tiene un papel significativo para mejorar el estado nutricional de mujeres y niños. El fortalecimiento del vínculo entre la agricultura y la nutrición es crítico para aumentar la disponibilidad de y acceso a alimentos locales con alta densidad de nutrientes para mejorar la diversidad de la dieta y reducir brechas nutricionales de mujeres embarazadas, mujeres lactantes y niños de 6 a 23 meses.

Los resultados de las pruebas de la factibilidad de las RBA y los retos experimentados por las familias cuando practicaban las RBA señalan un número de acciones que el sector agrícola en Guatemala (incluyendo el gobierno, organizaciones no-gubernamentales y el sector privado) pueden tomar. A continuación, se mencionan acciones claves y actividades agrícolas específicas que pueden apoyar a llenar brechas nutricionales de mujeres, especialmente mujeres embarazadas y mujeres lactantes y niños pequeños.

Acciones claves	Actividades del Sector Agrícola
Aumentar la producción de alimentos incluidos en las RBA	<ul style="list-style-type: none"> • Aumentar el énfasis en la producción y apoyo para producir alimentos incluidos en las RBA que pueden hacer una diferencia verdadera para abordar las brechas nutricionales a nivel del hogar y a nivel de la comunidad. Estos alimentos incluyen huevos, frijoles negros, vegetales y vegetales de hoja verde. • Mejorar los conocimientos del personal que labora en el sector agrícola sobre la importancia de los alimentos incluidos en las RBA. • Capacitar a familias en el uso de tecnologías sostenibles para aumentar el rendimiento de los cultivos de alimentos incluidos en las RBA para reducir los costos de compra de estos alimentos, así como la dependencia de mujeres en recibir dinero de miembros de la familia para su compra. • Mejorar el manejo de agua de lluvia (por ejemplo, construcción de cisternas) y de reciclaje de aguas grises y expandir la disponibilidad de sistemas de riego por goteo para aumentar la producción de cultivos (incluyendo cultivos RBA). • Apoyar la producción de variedades de cultivos adaptadas localmente y tolerantes a la sequía para aumentar el acceso a alimentos con alta densidad de nutrientes, como frijoles negros, incluso cuando familias enfrentan condiciones climáticas difíciles. • Proporcionar asistencia técnica para la crianza de gallinas ponedoras para disminuir su mortalidad. La asistencia debe incluir el apoyo a buenas prácticas de gestión, tales como vacunación, tratamiento de parásitos, suministro de agua, alimentación suplementaria y construcción de gallineros.⁵
Mejorar el acceso a mercados	<ul style="list-style-type: none"> • Apoyar el establecimiento de mercados locales de bajo costo o el acceso a vendedores ambulantes/carniceros o tiendas comunitarias para reducir el costo de transporte y de tiempo para la compra de alimentos incluidos en las RBA por las familias.
Promover el almacenamiento mejorado de alimentos RBA	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar tecnologías apropiadas de bajo costo para mejorar el almacenamiento de alimentos perecederos, como por ejemplo hígado y vegetales, incluyendo vegetales de hoja verde, y capacitar a miembros de la comunidad en su uso para disminuir la pérdida por descomposición de alimentos ricos en nutrientes.
Promover el consumo de alimentos RBA	<ul style="list-style-type: none"> • Promover el procesamiento doméstico o comercial de los alimentos RBA, como por ejemplo moler frijoles para hacer harinas y así lograr que su preparación sea más fácil, rápida y práctica para alimentar a los niños pequeños con porciones pequeñas, requiriendo así menos tiempo, agua y/o leña. • Dirigir las estrategias de cambios sociales y de comportamientos hacia tomadores de decisión a nivel familiar para instar la producción y consumo de alimentos RBA en el hogar; mejorar los conocimientos relacionados con su importancia nutricional, especialmente de mujeres embarazadas, mujeres lactantes y niños pequeños; y aumentar la demanda para su consumo. • Promover el consumo de plantas nativas de hojas verdes oscuras con alta densidad de nutrientes (por ejemplo, amaranto) que estén adaptadas a las condiciones climáticas del Altiplano Occidental.

5 Para más información ver: Food and Agriculture Organization of the United Nations. 2004. "Chapter 10: Research and Development for Family Poultry." In Small-Scale Poultry Production Technical Guide." Available at: <http://www.fao.org/docrep/OO8/y5169e/y5169eOb.htm>.

Además de las acciones clave mencionadas arriba para superar los retos en la producción y acceso a los alimentos RBA, el sector agrícola en Guatemala debiera continuar fortaleciendo las políticas y estrategias para el mejoramiento de los sistemas alimentarios y apoyar alcanzar los objetivos de la Estrategia Nacional para la Prevención de la Desnutrición Crónica. El Gobierno de Guatemala y sus socios de desarrollo también debieran aumentar el financiamiento para la planificación e implementación del programa nacional para la agricultura familiar, incluyendo apoyo para:

- Mejoramiento de la producción agrícola y crianza de animales
- Acceso a tierras apropiadas para la producción agrícola para las familias sin acceso

- Actividades de producción y pos-cosecha para aumentar los ingresos de las familias para que puedan comprar alimentos con mayor densidad nutricional
- Asegurar a mujeres el acceso a recursos productivos, información, servicios de extensión agrícola y oportunidades para la generación de ingresos

Aprenda más sobre el estudio de Optifood realizado en Guatemala en www.fantaproject.org/tools/optifood.



www.fantaproject.org

Información de contacto:

Food and Nutrition Technical Assistance III Project (FANTA)

FHI 360

1825 Connecticut Avenue, NW

Washington, DC 20009-5721

Tel: 202-884-8000

Email: fantamail@fhi360.org

Edificio Murano Center

14 Calle 3-51, Zona 10, Of 903

Guatemala, Guatemala

Tel: (502) 2366-6068 al 70



@FANTAPROJECT

Cita Recomendada: Food and Nutrition Technical Assistance III Project (FANTA). 2016. *Aumentando la Diversidad de la Dieta para Mejorar el Estado Nutricional de Mujeres y Niños en el Altiplano Occidental de Guatemala: Recomendaciones para el Sector Agrícola en Guatemala*. Washington, DC: FHI 360/FANTA.

Este resumen ha sido posible gracias al aporte generoso del pueblo de los Estados Unidos de América a través del apoyo de la Oficina de Salud, Enfermedades Infecciosas y Nutrición, Oficina para la Salud Global de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID) y USAID/Guatemala bajo los términos del Acuerdo Cooperativo No. AIDOAA-A-12-00005, a través del Proyecto de Asistencia Técnica en Alimentación y Nutrición III (FANTA), dirigido por FHI 360.

El contenido es responsabilidad de FHI 360 y no necesariamente refleja el punto de vista de USAID o del Gobierno de los Estados Unidos de América.