




Niños cuidando gallinas, comunidad Tacsana.  Edgar Olivera

De productores a consumidores

Sistema alimentario de las familias altoandinas en Ambato, Huancavelica

RAÚL CCANTO, CLAIRE LAGUNES, MARÍA SCURRAH, ALFREDO TITO

La región Huancavelica, Perú, ha sufrido históricamente altos niveles de pobreza que en la actualidad se manifiestan a través de consecuencias como la desnutrición crónica de más del 30% de niños y niñas menores de cinco años y la presencia de anemia en más de la mitad de los que tienen entre seis y 35 meses de edad. Los autores de este artículo, miembros del Grupo Yanapai, presentan estrategias para mejorar la nutrición infantil.

El Perú es un país con poblaciones heterogéneas debido a una combinación de factores socioeconómicos y culturales que establecen diferencias en el acceso a los alimentos, tanto en términos económicos de producción, distribución y adquisición, como en lo cultural. Bertrán Vilá (2010) plantea que los grupos humanos dan a los alimentos atributos o significados para clasificarlos de manera que guíen su elección según la ocasión, condición socioeconómica, edad, sexo, estado fisiológico, imagen corporal, prestigio, entre otros. También señala que los significados pueden ser externos e internos; los primeros se refieren a todas aquellas condiciones que no pertenecen al ámbito doméstico pero que pueden

intervenir sobre decisiones, como la disponibilidad y accesibilidad de los alimentos, horarios de trabajo, organización del tiempo, cuidado de los hijos, exposición a alimentos nuevos, por mencionar algunos; mientras que los significados internos constituyen lo que quieren decir las cosas para quien las usa, volviendo familiares e íntimas las condiciones del contexto.

Contexto regional

Huancavelica es una región con un clima variable que se caracteriza por sus bajas temperaturas, que pueden llegar a extremos de -8°C en algunas noches y madrugadas durante los meses de junio a agosto. La población conserva costumbres y

tradiciones sociales transmitidas de generación en generación que se expresan en su vestimenta, lengua, mitos y folclor. La población estimada en 2017 es de 502 100 habitantes, de los cuales el 49,3% son mujeres y el 50,3% varones (CPI, 2017), con 76,5% de población rural y tan solo 23,5% de población urbana. A diferencia de otras regiones del Perú, la tasa de crecimiento poblacional de Huancavelica ha aumentado de forma constante en las últimas tres décadas (CPI, 2017). En los últimos 20 años, la población rural se ha reducido de manera drástica. En 2007, un equivalente a la mitad de su población vivía fuera de su territorio: 48,5% residía en Lima, 31,9% en Junín, 11,3% 3% en Ica y 2,3% en Ayacucho (INEI, 2007). El terrorismo que asoló la región en la década de 1980 fue una de las principales causas de emigración. Después del periodo de violencia política, las razones de migración fueron más económicas: escasez de oportunidades de trabajo, riesgo agrícola y crecimiento poblacional, lo que ha obligado –especialmente a los jóvenes– a buscar oportunidades en otras regiones más productivas.

Alimentación y nutrición local

En Huancavelica la alimentación depende en buena medida de los recursos monetarios o de la producción del campo y de las posibilidades que la población tenga para acceder a ella. La desnutrición y la anemia, si bien son provocadas por múltiples factores, tienen entre los principales a la alimentación (ENDES, 2017): el 31,2% de niños y niñas menores de cinco años en Huancavelica sufre de desnutrición crónica y el 54,7% de niños y niñas de seis a 35 meses de edad presenta anemia. La población es pobre (31,9%) y el 68,2% de ella está en situación de pobreza extrema y no puede cubrir ni siquiera sus requerimientos nutricionales básicos.

Estudio de caso

El proyecto “Sembrando la dieta andina: escalando el uso de la agrobiodiversidad para una mejor nutrición infantil en las comunidades de Huancavelica”, financiado por la fundación McKnight, ha buscado mejorar la diversidad de la dieta en niños y niñas menores de 24 meses mediante el fortalecimiento de la producción y consumo de alimentos más nutritivos,

principalmente de origen animal, y una mejor adquisición de los alimentos escasos en la comunidad. En este marco se establecieron estrategias productivas dirigidas a la incorporación de papas nativas con alto contenido de micronutrientes, papas biofortificadas y crianza de gallinas con doble propósito (huevo y carne), y al fortalecimiento de capacidades para la lactancia materna exclusiva mediante capacitaciones lúdicas en alimentación complementaria, alimentos ricos en hierro y consistencia de los alimentos. Para fortalecer este aprendizaje se realizaron visitas domiciliarias de consejería y campañas de sensibilización y promoción de la mejor compra de alimentos en ferias y mercados locales.

El estudio fue realizado en la comunidad Ambato, distrito de Yauli. Se trata de una comunidad con varios pisos ecológicos, y altitudes que varían entre los 3600 y 4500 m.s.n.m., donde los eventos climáticos propios de su ubicación geográfica son frecuentes (sequías, granizadas, heladas y otros). La agricultura es la base de la economía rural; se caracteriza por ser estacional y de autoconsumo, de baja producción, con una deficiente estructura de comercialización y vulnerable ante las condiciones del clima, que agravan la crisis en el área rural. Cabe resaltar que la mano de obra disponible en el campo es utilizada solo en forma estacional, observándose elevadas tasas de subempleo y desempleo. La agricultura produce principalmente papa mejorada, papa nativa, cebada, habas, avena y otros tubérculos y cereales andinos; además se practica la ganadería extensiva. Los cultivos, en su mayoría, necesitan poca agua. Las mujeres se dedican a la artesanía como fuente adicional de ingresos.

A fin de determinar la relación de alimentos que se consumen en la comunidad de Ambato, se realizó un censo a las madres con niños y niñas entre seis y 24 meses. Se encontraron 126 niños y niñas en este rango de edad. Antes de aplicar la encuesta, se obtuvo el consentimiento informado de todas las madres y padres. El recojo de los datos sobre la frecuencia de consumo de alimentos (FCA) se hizo durante septiembre y octubre de 2017, en las visitas domiciliarias coordinadas previamente con las promotoras locales. La revisión, la depuración de datos y el análisis descriptivo fueron realizados con el programa estadístico SPSS v.20.

Mujeres promoviendo consumo de alimentos de origen animal. ■ Raúl Ccanto



Resultados

Patrones alimentarios en la comunidad Ambato

El alimento de mayor consumo en la población de Ambato es la papa. Generalmente se come hervida o como ingrediente de guisos y sopas, y también transformada en chuño a través de un proceso de deshidratación. El consumo de cebada es por lo general como harina a partir del grano tostado y molido, llamada máchica (del quechua *machka*); también se consume el morón americano o morón nacional, que es el grano de cebada partido. La frecuencia diaria de consumo de alimentos es de dos a tres comidas al día: desayuno, almuerzo y, a veces, cena. Para media mañana preparan la merienda o fiambre para los adultos que irán a la chacra y la lonchera para los niños en edad escolar. El horario del desayuno se establece con frecuencia entre las seis y siete de la mañana, antes de que los niños vayan a la escuela; este horario depende de la distancia entre la casa y la escuela, la chacra o el trabajo. El desayuno consiste en una bebida caliente (mate de hierbas locales), una sopa y papa hervida, maíz tostado o chuño. El almuerzo se sirve entre las dos y tres de la tarde; consta de sopa –mayormente de morón– y un guisado de papa con verduras o menestras acompañadas de arroz, un mate de hierbas locales y papas hervidas, maíz tostado o hervido y chuño. A menudo, lo que queda del almuerzo se consume en la cena, entre las seis y siete de la noche, que con frecuencia es una sopa o mazamorra, mate o café de cebada, papa hervida o maíz tostado. Esporádicamente se consumen alimentos de origen animal. En algunas ocasiones los niños no comen alimentos espesos por costumbres y creencias locales; es decir, se considera que lo nutritivo de la sopa se encuentra en el caldo y no en los alimentos sólidos que pueda contener.

Rol de los agricultores en la alimentación

Agricultores productores: los alimentos producidos por los agricultores de la comunidad son principalmente para autoconsumo: papa nativa mejorada y biofortificada, cebada, habas (*Vicia faba*), oca (*Oxalis tuberosa*), olluco (*Ullucus tuberosus*), mashua (*Tropaeolum tuberosum*). Los alimentos de origen animal que consumen las familias provienen principalmente de sus propias crianzas: cuyes, gallinas, cerdos y, en menor proporción, ovinos y vacunos. Los excedentes de los cultivos cosechados son comercializados; los animales mayores constituyen el ahorro de la familia, mientras que los animales menores son la “caja chica” de la mujer-madre, que frecuentemente destina este recurso a la seguridad alimentaria y a festividades familiares.

Agricultores consumidores: los alimentos procesados adquiridos por los agricultores en su rol de consumidores en las bodegas del distrito o ferias semanales realizadas en las mismas comunidades son por lo general fideos, arroz, azúcar, aceite. Otros alimentos adquiridos de consumo menos frecuente son: vísceras de llama o alpaca, cabeza y patas de llama, grasa, pescado. Estos productos los compran generalmente para ser consumidos durante la semana. El consumo de huevos y quesos se ha incrementado, y también el de algunas verduras para aderezar (cebolla, ajos, zanahoria, zapallo, orégano), como también el de frutas de estación (naranjas, plátanos, mandarinas, granadillas y otras) que igualmente son adquiridas en las ferias semanales.

Cambios en los patrones alimentarios

El estudio recoge información de la alimentación de niños y niñas de seis a 24 meses de edad después de dos años de intervención. Se encontró que ahora su alimentación es más variada. El 81% del conjunto de niños y niñas tiene un consumo adecuado de papa y otros tubérculos, y el 87% consume cereales. Se observa que la papa y la cebada han disminuido en la dieta, pero aún existen familias pobres que tienen una

Cuadro 1. Tipo de alimentos en la dieta de los niños de Ambato

Alimento	Porcentaje de consumo en niños entre 6 y 24 meses de edad*	Tasa de cambio en el consumo
Papa	81%	-18%
Cereales	87%	-13%
Carne	57%	50%
Huevo	87%	74%
Pescado	7%	0

* Según respuesta de la población que ha recibido capacitación en nutrición infantil. Fuente: elaboración propia.

dieta muy monótona basada en papa, cebada y alimentos producidos localmente, más algunas verduras o hierbas que recogen en el campo como el yuyo (*Brassica campestris*), ataco (*Amarantus quitensis*), hojas de olluco (*Ullucus tuberosus*), hojas de quinua (*Chenopodium quinoa*), berros (*Nasturtium officinale*), sacha col (*Brassica sp*), hoja de papa Yungay (*Solanum tuberosum*) y ocasionalmente carne u otros productos de origen animal.

Cabe destacar el incremento del consumo de carne de pollo y gallina, carne y vísceras de alpaca, llama o cordero; el 57% de los niños tiene un consumo adecuado de carne. El consumo de carne en las fiestas contrasta con el de la comida cotidiana. Las fechas festivas en las comunidades siempre están acompañadas por alimentos con carne, principalmente de alpaca o cuyes. La carne de cordero se consume en menor cantidad debido al alto precio que tiene en el mercado local, por lo que las familias prefieren venderla antes que consumirla, ya que es un ingreso que les permite comprar otros alimentos ausentes en la chacra. El 87% de los niños tiene un consumo adecuado de huevo, pero solo el 7% tiene un consumo adecuado de pescado, lo que implica la necesidad de un mayor trabajo al respecto (cuadro 1).

Importancia de los mercados y ferias locales

La producción de agricultura en Ambato es una actividad que se reduce cada vez más y la compra de alimentos ha crecido. La producción local disminuye debido a la escasez de tierras y de mano de obra, y a la inestabilidad climática; así, en algunos casos, producir papa para consumo propio resulta más caro que comprarla. En los últimos tiempos han surgido los mercados de abasto por la nueva ruralidad, donde las comunidades son reflejo de las ciudades. Los mercados mayoristas y de abasto, ubicados generalmente en la capital de la provincia, distribuyen alimentos a las capitales de distrito y en las propias comunidades a través de intermediarios y comerciantes itinerantes que circulan de feria en feria con alimentos no perecibles y perecibles. Las verduras, frutas, pescado y pollo son distribuidos en las ferias, generalmente una vez por semana, donde se congregan los productores-consumidores a comprar alimentos que no producen en sus chacras.

Alimentos procesados y frescos disponibles en ferias locales

Los alimentos que más se adquieren en el mercado son azúcar y arroz, que se compran por saco (50 kg) o medio saco (25 kg), cantidades que tienen una duración de tres a seis meses, dependiendo del número de miembros de la familia. El aceite es adquirido por caja (12 l) o balde (20 l) que duran aproximadamente entre ocho y 12 meses. Los fideos se adquieren en paquetes de 6 kg y se usan en la preparación de sopas, mientras que las hortalizas de hoja verde (41% de los niños tiene un consumo adecuado) y hortalizas de colores (79% de los niños tiene consumo adecuado), las frutas de estación (68% de



Madre alimentando con sangrecita. Comunidad Tacsana. ■ Edgar Olivera

los niños tiene consumo adecuado) y los alimentos de origen animal, como carne de pollo, pescado, alpaca o menudencias (vísceras), son adquiridos semanalmente por ser perecibles.

El 100% de niños de seis a 24 meses tiene un consumo adecuado de aceite porque se les agrega “una cucharadita” en las comidas, recomendación que reciben de diferentes instituciones y con la que logran cubrir sus requerimientos nutricionales.

Importancia de las bodegas locales

La disponibilidad de alimentos procesados y de alimentos no producidos localmente ha mejorado. Actualmente, pequeñas bodegas en los centros poblados venden alimentos considerados básicos por los pobladores del lugar, como azúcar, aceite, arroz, fideos, harina, bebidas gaseosas y jugos de fruta envasados, muchas veces de marcas sin registro sanitario. Escasamente se pueden encontrar frutas frescas como naranjas, plátanos y mandarinas. Estas bodegas solo atienden por las mañanas –porque los dueños son agricultores que deben salir a la chacra– y por las tardes, a partir de las 15 o 16 horas, cuando las hijas o hijos hayan regresado del colegio o de la chacra. Asimismo, son lugares donde los niños y jóvenes tienen disponibilidad y acceso a alimentos de alta densidad energética como las gaseosas, pasteles, galletas, caramelos, chicles o comidas al paso como salchipapas o pollo broster. Es lamentable que los alimentos ultraprocesados hayan ingresado con éxito y ahora sean una fuente de ingreso para quienes los comercializan; probablemente contribuyen al problema de obesidad especialmente entre las mujeres jóvenes. En Ambato han pasado en poco tiempo de una dieta monótona y escasa a una dieta más variada con acceso a alimentos diversos, muchos de ellos de procedencia industrial, lo que significa para el poblador un mejor estatus al interior de la comunidad.

Lecciones aprendidas

El estudio nos permite tener una mirada de cambio en los patrones alimentarios de los pobladores de Ambato. Se aprecia el incremento en el consumo de alimentos de origen animal, situación que permite visualizar una mejora en la diversidad de la dieta para los niños y niñas. Se debe tener presente que las comunidades son dinámicas y están vinculadas al mercado bajo distintas estrategias de disponibilidad y acceso a alimentos que no son producidos localmente. Los agricultores no solo son productores; por el contrario, son también consumidores que generan oportunidades de negocio a comerciantes foráneos y locales.

Es importante que la población de Ambato tenga mayor conocimiento de las ventajas y desventajas que tienen los alimentos industriales que llegan a su comunidad. Al mismo tiempo, es necesario continuar con las campañas de “la mejor compra”, que permitan a los agricultores-consumidores decidir la adquisición de sus alimentos de manera informada. ●

Raúl Ccanto

Investigador y coordinador de Agrobiodiversidad y Cultivos.
Grupo Yanapai.
raulccanto@yahoo.com.pe

Claire Lagunes

Investigadora nutricionista. Grupo Yanapai.
Claire_2690@hotmail.com

María Scurrah

Directora. Grupo Yanapai.
scurrah@gmail.com

Alfredo Tito

Investigador agrónomo. Grupo Yanapai.
Alfreth_93_t19@hotmail.com

Referencias

- Bertrán Vilá, Miriam (2010). **Acercamiento antropológico de la alimentación y salud en México**. *Physis-Revista de Saude Colectiva* 2010. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=400838227004>ISSNO1037331>
- Compañía Peruana de Estudios de Mercados y Opinión Pública S.A.C. (CPI) (2017). **Perú: población 2017**. *Marketreport*. 07. Agosto de 2017. Lima.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (2017). **Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES 2017)**. Perú: Indicadores de Resultados de los Programas Presupuestales, 2012-2017. Lima: INEI.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (2007). **Perfil sociodemográfico del Departamento de Huancaavelica**. <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicacionesdigitales/Est/Lib0838/Libro03/cap01.pdf>
- Ministerio de Salud del Perú (2017). **Plan nacional para la reducción y control de la anemia materno-infantil y la desnutrición crónica infantil en el Perú, 2017- 2021**. Documento técnico aprobado con Resolución Ministerial 249-2017/MINSA. Lima.