

RESULTADOS DEL PROYECTO DE LA PRÁCTICA PRE PROFESIONAL DE GRADO "APOYO A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA EN EL ASENTAMIENTO SANTA LIBRADA"

Alumnos: Karen Janina Leguizamón Brizueña, Mirian Luz Medina Duarte, Paloma Giselle Villagra Collar y Viviana Yissel Villalba González

Tutora: Patricia Serafín

Facultad de Ciencias Médicas. Carrera de Nutrición. Universidad del Pacífico. Asunción, Paraguay

IDENTIFICACIÓN DEL PROYECTO

Nombre del Proyecto: Apoyo a la Seguridad Alimentaria al Asentamiento Santa Librada.

Localización del Proyecto: El lugar de estudio es el Asentamiento de Santa Librada de la ciudad de Limpio en el periodo de febrero - marzo del año 2021.

Ubicación geográfica: Geográficamente el área de estudio se encuentra situada en la ciudad de Limpio perteneciente al departamento central y se halla distante a 23 km de Asunción.

MODALIDAD DEL PROYECTO

El presente trabajo se realiza en el marco de la Práctica Pre-Profesional en Salud Pública de la carrera de Nutrición de la Universidad del Pacífico en el periodo de febrero-marzo del año 2021. La iniciativa del mismo se enmarca en el tema de Apoyo a la Seguridad Alimentaria al Asentamiento Santa Librada, ubicado en la ciudad de Limpio, elaborada por las alumnas de la carrera, coordinada por la profesora Patricia Serafín y con el apoyo de la Institución.

Se propone la modalidad de intervención basada en proyectos sociales y en el ciclo de proyectos, donde el Asentamiento tiene una participación activa en todas sus etapas desde el diagnóstico de situación hasta su evaluación.

En ese sentido, el proyecto partió con la recolección de datos para realizar el diagnóstico situacional del asentamiento, como punto de partida para la elaboración de una propuesta de actividades a desarrollarse por los futuros grupos de alumnos de pasantías en Salud Pública, así como generar la articulación interdisciplinaria para la implementación por las demás carreras de la Universidad.

Una vez recolectada la información, la misma fue cargada en una base de datos y analizada para obtener la valoración del estado de la seguridad alimentaria nutricional de las familias, lo que dio los insumos para la realización de una lluvia de ideas de propuestas de actividades a ser desarrolladas.

Este proceso se realizó en conjunto y con la participación de referentes comunitarios en un espacio de análisis y generación de propuestas para el combate del problema mediante diversas estrategias de solución basadas en su propia realidad a ser implementadas.

El proyecto está orientado a la elaboración y organización de propuestas según los cuatro pilares de la Seguridad Alimentaria Nutricional: disponibilidad, acceso, utilización y estabilidad, para afrontar los desafíos existentes, teniendo en cuenta la perspectiva de derechos humanos, el enfoque de género, equidad e igualdad.

El proyecto, buscará promover la autonomía alimentaria del asentamiento, buscando fortalecer su seguridad alimentaria a corto, medio y largo plazo, abordando los problemas de producción, acceso e ingresos, a través de actividades relacionadas con la capacitación y fortalecimiento de los conocimientos de las familias.

En definitiva, mejorar el acceso de una comunidad a fuentes sostenibles de alimentos e ingresos, hace con que este proyecto este diseñado para atender las necesidades específicas de esta comunidad.

Por otro lado, cabe resaltar que todas las actividades se llevarán a cabo cumpliendo con todos los protocolos seguridad emitida por el ministerio de salud por la pandemia – COVID 19.

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto se basa en trabajar en el fortalecimiento a la seguridad Alimentaria y Nutricional de las familias del Asentamiento Santa Librada situado en el distrito de Limpio. Dicha localidad fue identificada dada a la situación de vulnerabilidad socioeconómica en que se encuentra.

El aprender desde la práctica es la premisa que guía el proceso de enseñanza – aprendizaje en la Carrera de Nutrición de la Universidad del Pacífico. La Universidad promueve espacios de prácticas que facilitan el acercamiento real del futuro profesional a su población objetivo. Una de las estrategias utilizadas es el ABP aprendizaje basado en proyectos, utilizada para el desarrollo de diferentes asignaturas y como instancia final de la carrera donde el estudiante pone en práctica todo lo aprendido en el transcurso de su carrera en la Práctica Pre Profesional de Grado. La Universidad comprometida con la sociedad impulsa a través de estos proyectos la Responsabilidad Social Universitaria, sensibilizando al futuro profesional sobre las condiciones de vida de la población, su responsabilidad con la misma como nutricionista y las posibilidades que tiene de coadyuvar en el mejoramiento de la calidad de vida de las personas.

El Asentamiento Santa librada tiene una dimensión geográfica de 8.160 m² cada manzana, fue fundado el 20 de julio del año 2006; cuenta con servicio de salud, escuelas y una comisión vecinal vigente hace 15 años con 18 miembros, siendo la Sra. Yenni Leguizamón la actual presidenta, la misma con 5 años de antigüedad en el cargo. Actualmente habitan en el territorio 150 personas que conforman 85 familias y en donde cada una de ellas tiene en su poder documentos y contratos que constatan ser propietarios del terreno.

A nivel nacional, según la Encuesta Permanente de Hogares (EPH, 2019), el 23,5% de la población paraguaya está en situación de pobreza. Esto significa que alrededor de 1,657 millones de personas residen en hogares cuyos ingresos son inferiores al costo de una canasta básica de consumo estimado para dicho año (11).

En ese sentido y en base a la agenda 2030 de los ODS, el proyecto se enfoca en el ODS 1 “fin de la pobreza” y ODS 2 “hambre cero”, planteando actividades para fortalecer el capital humano, generando la participación protagónica de los actores locales en su desarrollo sostenible (12).

Para medir el estado del avance para el logro de la meta ODS 2 “Poner fin al hambre y asegurar el acceso de todas las personas a una alimentación sana, nutritiva y suficiente durante todo el año”, en Paraguay se toma un indicador alternativo al propuesto por la ONU, por la falta de datos precisos para la construcción de dicho indicador. Se utiliza la “Proporción de hogares con disponibilidad calórica deficiente”, y se menciona que estos datos no son obtenidos periódicamente en el país, lo cual dificulta el control del progreso (13).

Dada esa realidad el proyecto de pasantía se enfocó en identificar la situación de la seguridad alimentaria nutricional de las familias y proponer acciones que puedan contribuir a las situaciones presentes en el asentamiento y así determinar y priorizar

la problemática encontrada de forma a mejorar la condición nutricional de las familias.

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

Una de las causas principales de la inseguridad alimentaria es la pobreza y para combatirla es necesario tener un suministro variado y nutritivo de alimentos suficientes para poder alimentar a todos los integrantes del hogar, manteniendo el suministro de alimentos por periodo de un año y de año a otro. Asegurar el acceso de todas las familias a los alimentos es un logro de la seguridad alimentaria, el estado para eso debe trabajar en base a tres dimensiones: en primer lugar brindar un suministro alimentario suficiente en todos los hogares del país, en segundo lugar hay que mantener la estabilidad en los suministros de los alimentos a lo largo de un año y de año a otro, y en tercer lugar asegurar el acceso físico y económico de todos los hogares a los alimentos, así como la capacidad para producir y obtener los alimentos que necesita (14).

Por lo que cabe resaltar que en la actualidad se puede decir que la crisis alimentaria en el mundo, no es un problema de producción sino de inequidad en el acceso y la distribución de los alimentos, donde la seguridad alimentaria está relacionada también con la nutrición y salud.

En Paraguay (2020) la pandemia del COVID-19 está poniendo en peligro tanto las vidas como los medios de subsistencia, los mayores afectados serán los sectores más vulnerables, por lo que mantener activas las cadenas de suministro de alimentos y lograr mitigar los efectos de la pandemia en el sistema alimentario, son medidas cruciales en esta lucha que supone un gran desafío para garantizar la seguridad alimentaria y el estado nutricional de muchas personas.

Por otra parte, existe una contracción de la demanda que se genera debido a la reducción de las fuentes formales e informales de trabajo, lo que ocasiona, a su vez, la evidente reducción de los ingresos y la disminución de la capacidad de consumo.

El Gobierno está realizando un esfuerzo significativo para mantener los ingresos con ayuda económica brindada a través del Programa Pytyvõ a trabajadores informales, que están fuera del sistema de seguridad social, a la población en situación de vulnerabilidad con el Programa Ñangareko, y con transferencias adicionales realizadas en el Programa Tekoporã y la pensión a la tercera edad (15).

Por otra parte, el 71% de la Población Económicamente Activa (PEA), trabaja en condiciones de informalidad. Estas personas viven el día a día, y se han quedado sin fuentes de ingresos, lo que significa que perdieron la posibilidad de satisfacer sus necesidades básicas. Esta situación ha empeorado a partir de la crisis sanitaria, desencadenada por el desarrollo de la pandemia y en este contexto, uno de los aspectos más delicados es la alimentación de la población más vulnerable. Los grupos más desprotegidos, ubicados en asentamientos de áreas urbanas y periurbanas están sufriendo dificultades de acceso y falta de disponibilidad de alimentos y, si bien el gobierno está tomando algunas medidas de protección social, estas no llegan con la celeridad necesaria y tampoco alcanza a todas las personas en situación de vulnerabilidad (16).

Por esta razón, fue muy interesante identificar mediante la encuesta aplicada, las carencias que han obstaculizado la seguridad alimentaria del asentamiento Santa librada. El trabajo es la principal fuente de ingresos de los hogares paraguayos y se pudo percatar según los datos relevados que 14 familias (n=26) del total de la población estudiada, tienen un ingreso mensual menor que el salario mínimo vigente

y el nivel de ingreso de la población que se dedica a su ocupación principal es relativamente bajo, asumiendo una familia tipo con un solo proveedor.

De tal manera, la inactividad laboral afecta principalmente a las mujeres ya que más de la mitad que corresponden a 20 mujeres (n=26) del total de las mujeres encuestadas son ama de casa, lo que refleja de que la sobrecarga de trabajo doméstico y de cuidado reduce las oportunidades económicas de las mismas.

Sobre las razones de la inactividad laboral se lo atribuye al escaso nivel educativo de la población estudiada, que como se vio 12 (n=26) del total tiene la primaria incompleta y solo 8 (n=26) llegaron a culminar la secundaria.

En base a lo descripto anteriormente, se decidió elaborar este proyecto de forma conjunta con las familias en el cual se propone, a partir de la información recabada y analizada, implementar acciones basadas en los componentes de la Seguridad Alimentaria Nutricional, para brindar herramientas prácticas a las familias del Asentamiento Santa Librada. Estas actividades tienen el objetivo de fortalecer las capacidades locales, aumentar la seguridad alimentaria nutricional y por ende la calidad de vida de las familias.

MARCO TEÓRICO

El proyecto se basa en trabajar en propuestas de actividades para mejorar la SAN que está enmarcada en los ODS y además en uno de los derechos fundamentales del ser humano que es la alimentación. En este apartado se describen los conceptos abordados a lo largo de este proyecto.

1. El derecho a la alimentación

El original concepto sobre la Seguridad Alimentaria Nutricional (SAN), es el expresado en esta, mencionando el derecho que tienen los seres humanos a tener alimentos para la vida, todos los hombres, las mujeres y niños tienen el derecho propio a no padecer hambre, por tanto cuando hay una privación del derecho a la alimentación, entendiéndose como el acceso a una alimentación adecuada en cantidad, calidad, inocuidad y que sea aceptada culturalmente a un número creciente de personas, las cuales por diferentes razones no pueden acceder a éste, la sociedad y el Estado y en especial este último tiene una gran responsabilidad en esta situación (10).

2. Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible, conocidos también como Objetivos Mundiales, adoptados por todos los Estados Miembros en el 2015 como un llamado universal para erradicar la pobreza, así como la protección del planeta, poder garantizar que todas las personas puedan gozar de paz y bienestar agendado para el 2030 (4).

La agenda incluye un compromiso común y universal, sin embargo, debido a que cada país afronta retos específicos en su búsqueda del desarrollo sostenible, los Estados involucrados tienen soberanía plena sobre su riqueza, recursos y actividad económica, y cada miembro deberá fijar sus propias metas nacionales, apegarse a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), dispone el texto aprobado por la Asamblea General (5).

2.1. Objetivo 1: FIN DE LA POBREZA (Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo)

La pobreza es más que solo la falta de ingresos y recursos para garantizar los medios de una vida sostenible, es una problemática de los derechos humanos. En ella figuran el hambre, la malnutrición, la falta de una vivienda digna y el acceso limitado a otros servicios básicos

como la educación o la salud. También incluye la discriminación y la exclusión social, por ejemplo, la nula participación de la gente pobre en la toma de decisiones, principalmente de aquellas que les afectan (6). Para poder lograr este Objetivo 1, el crecimiento económico debe ser inclusivo, se deben crear empleos sostenibles y promover la igualdad. Los sistemas de asistencia social deben superponerse para aminorar los riesgos de los países más expuestos a sufrir desastres y ofrecer apoyo para afrontar las dificultades económicas. Dichos sistemas van ayudar a reforzar las respuestas de las poblaciones afectadas ante sus pérdidas económicas inesperadas durante los desastres y así, ayudarán a erradicar la pobreza extrema en las zonas más empobrecidas (6).

Metas el Objetivo 1:

- ∞ Para 2030, erradicar la pobreza extrema para todas las personas en el mundo, actualmente medida por un ingreso por persona inferior a 1,25 dólares de los Estados Unidos al día.
- ∞ Para 2030, reducir al menos a la mitad la proporción de hombres, mujeres y niños de todas las edades que viven en la pobreza en todas sus dimensiones con arreglo a las definiciones nacionales.
- ∞ Poner en práctica a nivel nacional sistemas y medidas apropiadas de protección social para todos, incluidos niveles mínimos, y, para 2030, lograr una amplia cobertura de los pobres y los vulnerables.
- ∞ Para 2030, garantizar que todos los hombres y mujeres, en particular los pobres y los vulnerables, tengan los mismos derechos a los recursos económicos, así como acceso a los servicios básicos, la propiedad y el control de las tierras y otros bienes, la herencia, los recursos naturales, las nuevas tecnologías apropiadas y los servicios financieros, incluida la micro financiación.
- ∞ Para 2030, fomentar la resiliencia de los pobres y las personas que se encuentran en situaciones vulnerables y reducir su exposición y vulnerabilidad a los fenómenos extremos relacionados con el clima y otras crisis y desastres económicos, sociales y ambientales.
- ∞ Garantizar una movilización importante de recursos procedentes de diversas fuentes, incluso mediante la mejora de la cooperación para el desarrollo, a fin de proporcionar medios suficientes y previsibles a los países en desarrollo, en particular los países menos adelantados, para poner en práctica programas y políticas encaminados a poner fin a la pobreza en todas sus dimensiones.
- ∞ Crear marcos normativos sólidos en los planos nacional, regional e internacional, sobre la base de estrategias de desarrollo en favor de los pobres que tengan en cuenta las cuestiones de género, a fin de apoyar la inversión acelerada en medidas para erradicar la pobreza (7).

2.2. Objetivo 2: HAMBRE CERO

- ∞ Los Objetivos de Desarrollo Sostenible con el fin de terminar con todas las formas de hambre y desnutrición para el 2030, poder velar por el acceso de todas las personas, especialmente los niños, a una alimentación suficiente y nutritiva durante todo el año. Este trabajo involucra promover prácticas agrícolas sostenibles a través de apoyos a los pequeños agricultores y el acceso igualitario a la tierra, la tecnología y los mercados. Así mismo, se requiere el fomento de

la cooperación internacional para asegurar la inversión en la infraestructura y la tecnología necesaria para mejorar la productividad agrícola (8).

Metas del Objetivo 2:

- ∞ Para 2030, poner fin al hambre y asegurar el acceso de todas las personas, en particular los pobres y las personas en situaciones vulnerables, incluidos los lactantes, a una alimentación sana, nutritiva y suficiente durante todo el año.
- ∞ Para 2030, poner fin a todas las formas de malnutrición, incluso logrando, a más tardar en 2025, las metas convenidas internacionalmente sobre el retraso del crecimiento y la emaciación de los niños menores de 5 años, y abordar las necesidades de nutrición de las adolescentes, las mujeres embarazadas y lactantes y las personas de edad.
- ∞ Para 2030, duplicar la productividad agrícola y los ingresos de los productores de alimentos en pequeña escala, en particular las mujeres, los pueblos indígenas, los agricultores familiares, los pastores y los pescadores, entre otras cosas mediante un acceso seguro y equitativo a las tierras, a otros recursos de producción e insumos, conocimientos, servicios financieros, mercados y oportunidades para la generación de valor añadido y empleos no agrícolas.
- ∞ Para 2030, asegurar la sostenibilidad de los sistemas de producción de alimentos y aplicar prácticas agrícolas resilientes que aumenten la productividad y la producción, contribuyan al mantenimiento de los ecosistemas, fortalezcan la capacidad de adaptación al cambio climático, los fenómenos meteorológicos extremos, las sequías, las inundaciones y otros desastres, y mejoren progresivamente la calidad del suelo y la tierra.
- ∞ Para 2020, mantener la diversidad genética de las semillas, las plantas cultivadas y los animales de granja y domesticados y sus especies silvestres conexas, entre otras cosas mediante una buena gestión y diversificación de los bancos de semillas y plantas a nivel nacional, regional e internacional, y promover el acceso a los beneficios que se deriven de la utilización de los recursos genéticos y los conocimientos tradicionales y su distribución justa y equitativa, como se ha convenido internacionalmente.
- ∞ Aumentar las inversiones, incluso mediante una mayor cooperación internacional, en la infraestructura rural, la investigación agrícola y los servicios de extensión, el desarrollo tecnológico y los bancos de genes de plantas y ganado a fin de mejorar la capacidad de producción agrícola en los países en desarrollo, en particular en los países menos adelantados.
- ∞ Corregir y prevenir las restricciones y distorsiones comerciales en los mercados agropecuarios mundiales, entre otras cosas mediante la eliminación paralela de todas las formas de subvenciones a las exportaciones agrícolas y todas las medidas de exportación con efectos equivalentes, de conformidad con el mandato de la Ronda de Doha para el Desarrollo.
- ∞ Adoptar medidas para asegurar el buen funcionamiento de los mercados de productos básicos alimentarios y sus derivados y

facilitar el acceso oportuno a información sobre los mercados, en particular sobre las reservas de alimentos, a fin de ayudar a limitar la extrema volatilidad de los precios de los alimentos (8).

3. Seguridad Alimentaria Nutricional

El concepto de Seguridad Alimentaria nace en la década del 70, centrado en la producción y disponibilidad alimentaria a nivel global y nacional. En los años 80, se añadió la idea del acceso, ya sea en lo económico como en el físico y en la década del 90, llegaron al concepto actual que agrega la inocuidad y las preferencias culturales, reafirmando así la Seguridad Alimentaria como un derecho humano (1).

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), desde la Cumbre Mundial de la Alimentación (CMA) de 1996, la Seguridad Alimentaria "a nivel de individuo, hogar, nación y global, se consigue cuando todas las personas, en todo momento, tienen acceso físico y económico a suficiente alimento, seguro y nutritivo, para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias, con el objeto de llevar una vida activa y sana" (3).

Según el Instituto de Nutrición para Centroamérica y Panamá (INCAP), la Seguridad Alimentaria Nutricional (SAN) "es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo" (1).

3.1. Componentes básicos de la SAN

3.1.1 Disponibilidad física de los alimentos: a nivel local o nacional, teniendo en cuenta las producciones, las importaciones, el almacenamiento y la asistencia alimentaria. Para poder estimarlas se deben tener en cuenta las pérdidas pos cosecha y las exportaciones (1).

La disponibilidad es de mayor importancia dentro de estos componentes, debe garantizar el abastecimiento suficiente, variada y adecuada de alimentos sanos, nutritivos y accesibles para la población en general, este último dependiendo de una política de manejo eficiente de los recursos naturales, sustanciales mejoras en el campo de la producción y productividad agraria, en el uso de tecnologías, en la comercialización de los productos y en desarrollo de capacidades en los productores (3).

3.1.2. Acceso económico y físico a los alimentos: se refiere al derecho que tienen las personas a la alimentación, principalmente el de los sectores sociales más vulnerables ya sean niños, adultos mayores, embarazadas y lactantes, lo que incluye además el acceso físico a los alimentos y mejoramientos de ingresos económicos mediante el empleo, diversidad de fuentes de trabajo y el acceso a activos productivos (3).

3.1.3. Consumo y Utilización biológica de los alimentos: En cuanto al consumo menciona que las existencias alimentarias en los hogares respondan a las necesidades nutricionales, así mismo a la variedad, a la cultura y las preferencias alimentarias (1).

La Utilización biológica de los alimentos mediante una alimentación adecuada, agua potable, salud y atención médica, pudiendo lograr así

un estado de bienestar nutricional óptimo en el que se satisfagan todas las necesidades fisiológicas (3).

La calidad higiénico-sanitaria como factor de la SAN ha sido ampliamente estudiada y discutida, puesta que las enfermedades transmitidas por los alimentos, uno de los principales factores que contribuyen a los índices de morbilidad en los países de la América Latina. Para el Comité de Agricultura y Alimentación de la Organización de las Naciones Unidas (FAO), las enfermedades que se derivan de alimentos colocar contaminados pueden ser el mayor problema de salud en el mundo contemporáneo. Las enfermedades transmitidas por los alimentos son un importante problema de salud pública (9).

3.1.4. Estabilidad en el tiempo de las tres dimensiones anteriores: La seguridad alimentaria de una población, de un hogar o una persona depende del acceso a alimentos apropiados en todo momento, sin tener que correr el riesgo de quedarse sin ese acceso a consecuencia de algunas crisis inesperadas como una crisis económica o climática, ni de sucesos cíclicos como sería la inseguridad alimentaria estacional. Por ende, el concepto de estabilidad se refiere en tanto a la dimensión de la disponibilidad como a la del acceso de la seguridad alimentaria (3).

OBJETIVOS DEL PROYECTO

Objetivo General

Fortalecer la Seguridad Alimentaria Nutricional de las familias del Asentamiento Santa Librada del municipio de Limpio, en el periodo de febrero-julio del año 2021.

Objetivos Específicos

- ∞ Realizar una encuesta para relevar datos de la situación actual del Asentamiento.
- ∞ Analizar los factores asociados a la situación de SAN del Asentamiento.
- ∞ Elaborar propuestas de actividades a ser implementadas en el Asentamiento.

ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN RECOLECTADA

Para el desarrollo de este proyecto, así como se menciona en la metodología utilizada, la primera etapa consistió en relevar informaciones de las familias del Asentamiento Santa Librada, para identificar la situación en que se encuentra en relación a algunos aspectos de la seguridad alimentaria nutricional, que servirán para contextualizar la realidad y proponer ideas de actividades a ser realizadas con las mismas.

Se realizaron 26 encuestas a personas encargadas de la preparación de los alimentos en las casas. Las preguntas estuvieron centradas en identificar datos socioeconómicos de los hogares, la conformación de la estructura familiar y datos sobre seguridad alimentaria nutricional, incluyendo informaciones sobre hábitos alimentarios y un recordatorio de 24 horas de consumo de alimentos familiar.

A continuación, se presenta el análisis de los datos recolectados en relación a las diferentes variables propuestas:

7.1. Datos de las personas encuestadas

En cuanto a las variables de identificación de las personas encargadas de elaborar los alimentos la totalidad fueron mujeres, se visualizan que 77% de las

encuestados son amas de casa, donde un 54% percibe un ingreso menor al salario mínimo y el 38% percibe un salario mínimo. El 31% de las encuestadas culminaron la secundaria y 4% cursa la universidad. El 42% de la familia se componen de 4 a 5 integrantes y el 19% de 6 a más personas. Asimismo, 48% de los miembros de la familia tienen entre 18 a 59 años, menor a 5 años de edad representan 18% y 2% corresponden a los miembros de la familia con más de 60 años. Ver tabla 1.

Tabla 1. Características de las personas encargadas de la elaboración de alimentos

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Ocupación de las mujeres encuestadas		
Ama de casa	20	77
comerciante	5	19
Docente	1	4
Ingreso mensual		
Menos del salario mínimo	14	54
Salario mínimo	10	38
2 a 3 salarios mínimos	2	8
Escolaridad alcanzada		
Primaria completa	2	8
Primaria incompleta	12	46
Secundaria completa	8	31
Secundaria incompleta	2	8
Estudiante universitario	1	4
Cantidad de personas que viven en la casa		
1 a 3 personas	10	39
4 a 5 personas	11	42
6 o más personas	5	19
Edad de los miembros de la familia		
< 5 años	20	18
5 a 10 años	18	16
11 a 18 años	18	16
18 a 59 años	53	48
> 60 años	2	2

Fuente: Elaboración propia

7.2. Información sobre Seguridad Alimentaria Nutricional

En relación a las variables de identificación sobre la seguridad alimentaria nutricional, se observan que 54% de las encuestados recibieron ayuda del gobierno durante la pandemia a través de los diferentes programas. El 86% compra sus alimentos del mercado o despensa a cargo de las madres 81%. De las 26 familias encuestadas se encontró que en su mayoría las compras de la casa lo realizan la madre, solo en 2 ocasiones el padre, en 1 ocasión se va el hijo/a, y otros casos algún familiar como primo, tía o sobrino que se encarga de la compra de los alimentos. En cuanto a la relación entre las condiciones del camino y la compra de alimentos, se pudo observar que 14 familias sí pueden comprar sus alimentos sin ningún inconveniente, 9 solo a veces, sin embargo 3 familias manifestaron que no pueden ir a comprar dado a problemas de condiciones del camino. Se observó que 19 familias cocinan sus alimentos en la cocina, 4 lo hacen al aire libre y 3 de familias cocinan tanto adentro como afuera de la casa. Con respecto al agua que utilizan para beber, 20 familias lo hacen de ESSAP y solo 6 de agua mineral de botellón. El 46% de las encuestadas no utilizan ningún método para potabilizar el agua a consumir y solo el 16% hierven y 8% utiliza lavandina. El 69% almacena sus alimentos en alacenas, 38% lava algunos de sus alimentos y 96% de las encuestadas guardan sus alimentos frescos en la heladera. Ver tabla 2.

Tabla 2. Características de la Seguridad Alimentaria Nutricional

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Apoyo del gobierno		
Si	14	54
No	12	46
Programas del gobierno		
Pytyvõ	5	19
Ñangareko	1	4
Tekoporã	3	12
Más de 1 programa	5	19
No recibieron	12	46
Apoyo de alguna olla popular		
Sí	19	73
No	7	27
Cuántas veces recibieron apoyo de olla popular		
A veces	13	50
Siempre	6	23
No la recibieron	7	27
Obtiene alimentos		
Dispensa/Almacén/Mercado	22	84
Otros	4	16
Encuentra variedad de alimentos necesarios en el asentamiento		
Sí	25	96
A veces	1	4
De dónde consigue las frutas y verduras		
Dispensa/Almacén	13	50
Mercado	8	31
Macatero	2	8
Otros	3	11
Buenas condiciones del camino para comprar alimentos		
A veces	9	35
No	3	12
Sí	14	53
Encargado de las compras		
Madre	21	81
Padre	2	8
Otros	3	11
De dónde viene el agua que utiliza para beber		
Agua de botellón	6	23
Otros (ESSAP)	20	77
Formas de potabilizar el agua utilizada para beber y cocinar		
Hierve	4	16
Coloca lavandina	2	8
No hacen nada	12	46
Otro	8	30
En qué lugar de la casa cocina sus alimentos		
Cocina	19	73
Aire libre	4	15
Ambos	3	12
Lugar de almacenamientos de los alimentos		
Alacena	18	69
Recipiente de madera/plástico	5	19
No se almacena la comida	2	8
Otros	1	4
Formas de higienizar los alimentos		
Solo lava algunos	10	38
No lava	8	31
Lava con agua	8	31
Formas de guardar los alimentos frescos		
Se compran en el día y no se guardan	1	4
Heladera	25	96

Fuente: Elaboración propia

7.3. Hábitos alimentarios

En cuanto a las variables de hábitos alimentarios, se destacan que 50 % de las familias preparan caldos, el 54% tienen por costumbre de consumir frutas en la casa.

El 65% consumen vegetales y el 35% a veces. Sobre el consumo de sal yodada el 77% consumen sal. En tanto al tipo de aceite utilizado para cocinar alimentos el 73% utiliza aceite de girasol y el 19% lo hace con aceite mezcla. Ver Tabla 3.

Tabla 3. Características de la Seguridad Alimentaria Nutricional

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Tipo de preparación que realiza con más frecuencia		
Cocinados al horno	1	4
Caldos	13	50
Guisados	8	31
Otros	4	15
Tienen por costumbre comer frutas en la casa		
Si	14	54
No	1	4
A veces	11	42
Consumen vegetales y ensalada en la casa		
Si	17	65
A veces	9	35
Consume sal yodada		
Si	20	77
No	6	23
Qué tipo de aceite usa		
Girasol	19	73
Soja	5	19
Mezcla	2	8

Fuente: Elaboración propia

7.3.1. Análisis del Recordatorio de 24 horas:

a. Análisis de cantidad de familias y tiempos de comida.

Según las Guías Alimentarias de Paraguay, se recomienda el consumo de 5 comidas al día conformadas por desayuno, media mañana, almuerzo, merienda y cena. Al preguntar a las familias en relación a los tiempos de comida, 24 familias mencionaron realizar el desayuno, solo la mitad (n=13) media mañana, 25 almuerzan, 17 hacen la merienda y 25 realizan la cena.

Por otro lado, el recordatorio de 24 horas arrojó que 11 familias manifestaron realizar los (5 tiempos), 9 hacían solo (3 tiempos), 5 familias (4 tiempos) y solo 1 familia (2 tiempos).

b. Análisis de los alimentos más consumidos en el desayuno.

Para aportar los nutrientes necesarios que requiere el cuerpo durante el día, un desayuno saludable debe incluir un alimento de cada grupo, así como lo recomienda las Guías Alimentarias del Paraguay, estos consisten en: una porción de lácteos, un cereal y una fruta. En las familias del asentamiento pudimos observar que la mayoría de las familias desayunaban cocido o café con leche endulzado con azúcar, acompañado de galleta o pan, lo que muestra un promedio de 450 kcal consumidas en el desayuno. No se observó el consumo de frutas en ese tiempo de comida por ninguna de las familias.

c. Análisis del tipo de preparación más consumida en el almuerzo.

Un almuerzo saludable debe ser equilibrado. De acuerdo a los datos relevados en el recordatorio de 24 horas pudimos observar que la mayoría de las familias optó por preparaciones como guisos de fideo o arroz, de carne o pollo. De las 26 familias encuestas, se observó que la preparación de comida mencionada es la que se repite demostrando una monotonía en la alimentación sin variedades de preparaciones y la ausencia del consumo de ensaladas con verduras crudas.

d. Análisis del tipo de comida más consumida en la media mañana y la merienda.

Medina mañana: La mayoría (n=7) consume frutas como: banana, naranja, manzana, uva y mandarina. El resto (n=6) manifestó que consumen frituras o embutidos, acompañados con pan o mandioca.

Merienda: manifestaron que consumen lácteos como: leche sola, con café o cocido, además del yogurt, acompañados con galleta, pan, o masas dulces como: tortas caseras, bollos.

e. Análisis del tipo de comida más consumida en la cena.

Las cenas, además de ligeras, deben hacerse temprano para garantizar una mejor digestión (17). En el asentamiento Santa Librada se pudo observar que la mayoría de las familias optan por preparaciones rápidas, pero no muy saludables (n=13) como, por ejemplo, hamburguesas, sándwich de milanesa, empanadas, chorizo o asadito con mandioca, y otras (n=7) cenar opciones sin mucha elaboración como cocido con leche y pan, yogurt con pan, huevos y (n=1) caldo. O bien algunas cenar preparaciones que sobraron del almuerzo (n=4).

f. Análisis del consumo de tipos de líquidos en las comidas principales – almuerzo y cena.

En cuanto a los líquidos, el agua es la mejor y más saludable manera de cubrir las necesidades diarias de estas, además de los jugos naturales que contienen propiedades nutritivas importantes. Se pudo observar que, en 10 de las familias encuestadas, los líquidos consumidos con las comidas principales fueron jugos naturales, en sus diferentes variedades (zanahoria, naranja, limón, pomelo, melón, banana), al igual que gaseosas y jugos artificiales en otras 10 familias, y el resto (n=6) consumían agua.

g. Análisis del tipo de alimentación de almuerzo en comparación con la cena.

Al analizar lo que consumían las familias, pudimos prestar atención a que estas tenían como hábito preparaciones más elaboradas durante el tiempo del almuerzo, en cambio en la cena, optaban por preparaciones más rápidas y menos saludables, como comida rápida.

h. Análisis del promedio de calorías consumidas por las familias.

Los valores diarios de referencia en cuanto a valor energético para una persona adulta sana son de 2000 kcal/día, las cuales deben ser distribuidas en 300 g de carbohidratos, 75 g de proteínas y 55 g de grasas totales (18).

En base al recordatorio de 24 horas realizado, se pudo obtener un cálculo aproximado de las calorías y macronutrientes consumidos por persona de cada familia, siendo el promedio de calorías consumido de 1940 Kcal. Sin embargo, al analizar el consumo promedio de calorías, se detectó que en una familia existe un déficit de consumo de calorías 601 kcal diarias (Hc: 61,6 P: 22,3 G:29,5) y una con un exceso de 2725 kcal (Hc: 400,3 P: 94,4 G: 83,6).

ACTIVIDADES PARA LA IMPLEMENTACIÓN

Las actividades que se proponen en este proyecto, tuvieron como base el análisis de los resultados de la encuesta realizada y están enfocadas en los componentes de la Seguridad Alimentaria Nutricional. Con la implementación de las mismas, se busca fortalecer los conocimientos, habilidades y destrezas de las familias para mejorar su calidad de vida.

Los componentes de la SAN que se tuvieron en cuenta para las actividades son: Acceso, Disponibilidad, Consumo y Utilización y Sostenibilidad.

8.1. ACCESO

Para aumentar el acceso de las familias a los alimentos, se sugieren las siguientes actividades: Capacitar a las familias para tener una educación financiera y así poder hacer una compra inteligente; Asesorar para crear microempresas; Producir alimentos para el autoabastecimiento y Fortalecer las capacidades y educación formal técnica y de oficios: ayudante de cocina, taller de costura, albañilería, electricista, plomería, panadería, confitería, taller de motos, etc.

8.2. DISPONIBILIDAD

Para aumentar la disponibilidad de alimentos para las familias, se sugieren las siguientes actividades: Implementar cultivos de plantines frutales; Producir granos básicos para el consumo y venta; Implementar huerta familiar; Realizar ferias y espacio de comidas con los productos obtenidos dentro del asentamiento; Implementar gallineros en hogares y Elaborar actividades referentes a producción de alimentos caseros para el consumo y venta.

8.3. CONSUMO Y UTILIZACIÓN BIOLÓGICA

Para aumentar los conocimientos de las familias en relación al consumo de alimentos y su mejor aprovechamiento por el organismo, se sugieren las siguientes actividades: Desarrollar programas de concientización y educación sobre las alternativas de desinfección del agua para el consumo humano; Fomentar en las personas hábitos saludables en su alimentación, así como el aprovechamiento de los productos elaborados por ellas mismas. (Taller de preparación de comidas utilizando verduras y frutas); Educación en higiene en la manipulación de los alimentos y Educación alimentaria y nutricional. (Talleres de preparación de alimentos saludables, elaboración de recetarios de comidas saludables).

8.4. ESTABILIDAD

Para generar acciones sostenibles en relación a mejorar la SAN de las familias, se sugieren las siguientes actividades: Realizar charlas educativas específicas para enfrentar los problemas nutricionales desde una perspectiva más integral. (Educación alimentaria y nutricional, salud de la familia, planificación familiar, evaluación nutricional, signos de alerta de deficiencias y excesos alimentarios); Fortalecer de los sistemas productivos familiares; Promover ambientes alimentarios saludables en el interior de las escuelas. (Capacitación de docentes, dueños de cantinas, actividades con los estudiantes) y Realizar eventos de capacitación sobre la planificación de la economía del hogar con énfasis en el aporte que realizan las mujeres en la administración de recursos familiares.

CONCLUSIÓN

Las estrategias de intervención en seguridad alimentaria y nutricional en el asentamiento deben asegurar la autosuficiencia alimentaria familiar y promover el consumo de una alimentación variada y saludable, basada en alimentos producidos a nivel local (19).

La limitación para la compra de los alimentos se debe al bajo acceso a recursos económicos, siendo el mismo menos de un salario mínimo promedio por familia, lo que en muchas veces resulta insuficiente para cubrir todas las necesidades básicas.

Con este trabajo, se concluye que las mujeres son las encargadas de la preparación de los alimentos y que la alimentación de las familias está basada en poca variedad de preparaciones, haciendo con que tengan una alimentación monótona y poco saludable.

RECOMENDACIONES

A continuación, se enumeran una serie de recomendaciones cuya implementación serán vitales para mejorar el bienestar de las familias del Asentamiento Santa Librada:

1. Mediciones antropométricas para poder identificar el estado nutricional de niños y niñas, así como el de los adultos, ya que todavía no se realizó en dicho Asentamiento.
2. Se recomienda buscar contactos y articulación con otras instituciones como el SNPP para capacitaciones de los jóvenes y adultos, ya sea en mecánica automotriz, computación, panadería, electricista, albañilería, plomería, etc. Contactar con el Ministerio de Agricultura y Ganadería (MAG) para la implementación de huertas y cultivo de frutales.
3. Apoyo a las emprendedoras para organizarse para la venta de sus productos: ventas de plantas (Viveros), comida, artesanía, etc.
4. Generar un trabajo multidisciplinario dentro de la Universidad en el que involucre sus diferentes carreras. En el área de Psicología, dada a la gran necesidad del abordaje de la salud mental y sus complicaciones resultantes de la coyuntura actual en que se encuentra el país, a causa de la pandemia del COVID-19, identificados como depresión y ansiedad en muchos casos. En el área de administración y economía, llevar capacitaciones en educación financiera para fomentar la economía de las familias. En el área de la salud, llevar educación sexual y reproductiva para los jóvenes y las familias, atención odontológica, desparasitación, atención médica para la familia, control de carnet de vacunación, control pre natal, entre otros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. González Martell AD, Cilia G, Aradillas C, León A, Cruz-Gutiérrez A, Zúñiga-Bañuelos J, et al. La seguridad alimentaria y nutricional en una comunidad indígena de México. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*. 2019; 25:4-9.
2. Amarilla S. Seguridad alimentaria: diagnóstico de la situación de inseguridad alimentaria en el territorio social 1 de noviembre, CZU-PY [Tesis de grado]. Foz de Yguazú, Paraguay: Instituto Latino-Americano de Economía, Sociedad y Política; 2017. 66 p.
3. Estrategia Regional de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Región Loreto ERSAN 2012 -2022. 2012;65
4. Objetivos de Desarrollo Sostenible | PNUD. UNDP. Disponible en: <https://www.undp.org/content/undp/es/home/sustainable-development-goals.html>
5. Nuestra Agenda 2030. Disponible en: https://www.mre.gov.py/ods/ods/?page_id=1772
6. Fin de la pobreza. Disponible en: https://www.mre.gov.py/ods/ods/?us_portfolio=fin-de-la-pobreza
7. Objetivo 1: Fin de la pobreza | PNUD. UNDP. Disponible en: <https://www.undp.org/content/undp/es/home/sustainabledevelopment-goals/goal-1-no-poverty.html>
8. Objetivo 2: Hambre cero | PNUD. UNDP. Disponible en: <https://www.undp.org/content/undp/es/home/sustainabledevelopment-goals/goal-2-zero-hunger.html>

9. Assunta BM, Souza GL, Arruda Teo CRP, Pozzagnol M. Condiciones socioeconómicas e higiénico-sanitarias como dimensiones de la seguridad alimentaria y nutricional. *Rev Chil Nutr.* marzo de 2016;43(1):62-7.
10. García MB. La Seguridad Alimentaria Nutricional -SAN- Un acercamiento a la política pública. *Cuad Adm.* 2006;22(36-37):389-440.
11. Organizaciones de las Naciones Unidas para la Alimentación y Cultura. FAO en Paraguay. 2021. Disponible en: <http://www.fao.org/paraguay/fao-en-paraguay/paraguay-en-una-mirada/es/>
12. Plan Nacional de Desarrollo Paraguay 2030. Observatorio Regional de Planificación para el Desarrollo de América Latina y el Caribe. 2014. Disponible en: <https://observatorioplanificacion.cepal.org/es/planes/plan-nacional-dedesarrollo-paraguay-2030>
13. Verónica SG. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible. 2019;1-9. Disponible en: <http://www.cadep.org.py/uploads/2019/11/ODS2-1nov.pdf>
14. Gina de la Cruz C. Factores socioeconómicos que influyen en la inseguridad alimentaria de los hogares de la comunidad campesina. [tesis]. Huancayo- Perú. Universidad Nacional del Centro del Perú. 2018
15. Meza Robayo JA. Organizaciones de las Naciones Unidas para la Alimentación y Cultura. COVID-19 y seguridad alimentaria y nutricional 2021. Disponible en: <http://www.fao.org/paraguay/noticias/detailevents/es/c/1272661/>
16. Soledad Martínez S. Crisis sanitaria y alimentaria. 2020. Disponible en: <https://www.decidamos.org.py/2020/articulos/crisis-sanitaria-y-alimentaria/>
17. Beneficios de las cenas ligeras: Recetas y consejos. World Health Design. 2017. Disponible en: <https://worldhealthdesign.com/beneficios-cenas-ligeras/>
18. MERCOSUR/GMC/RES No 18/94. Reglamento Técnico MERCOSUR sobre el Rotulado Nutricional De Alimentos Envasados, agosto de 2018. Disponible en: http://abiam.com.br/wp-content/uploads/2019/05/lxvi_ca_03-18_a05-RES-46-03-RotuladoNutricional.pdf
19. González Martell AD, Cilia G, Aradillas C, León A, Cruz-Gutiérrez A, Zúñiga-Bañuelos J, et al. La seguridad alimentaria y nutricional en una comunidad indígena de México. *Revista Española de Nutrición Comunitaria.* 2019; 25:4-9.