



EL PAPEL DEL NUTRICIONISTA EN LA SEGURIDAD ALIMENTARIA

Por: Yolanda Lizano Araya / Docente de UCIMED

Recibido: 04-10-18

Aceptado: 17-10-18

La Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) se obtiene cuando todas las personas tienen en todo momento acceso a suficientes alimentos y que sean de calidad, pero que además de eso sean acordes a su cultura alimentaria y les sean de provecho biológicamente, todo con el fin de lograr el desarrollo humano (INCAP, 2009).

Esta es una definición muy amplia que nos incluye a todos, sin embargo, pocas veces se logra visibilizar bien el papel que tiene el profesional en nutrición en la SAN, empero su aporte es mucho más de lo esperado.

La falta de SAN puede generar situaciones que van en detrimento de la calidad de vida de la persona, lo que la puede llevar hasta la muerte. Por ejemplo, una persona sin SAN no puede disfrutar plenamente de sus capacidades, esto se refleja en la aparición de enfermedades crónicas transmisibles o no transmisibles o estados de poco bienestar familiar, social, económico, biológico que conlleva eventualmente a la muerte.

La SAN cuenta con varias dimensiones, desde una perspectiva sistémica, indispensables para su existencia, detallaré el aporte que puede hacer el profesional en nutrición en cada una de ellas.

Primeramente, está la dimensión sociocultural, en esta se incluyen todos los aspectos que marcan nuestro comportamiento como sociedad, la jerarquización dentro de los hogares o en las comunidades, los alimentos para autoconsumo, la reciprocidad o el compartir, además de todo lo referente a la cultura alimentaria. ¿Quién puede conocer más sobre cultura alimentaria que los nutricionistas que se encargan de indagar en los hábitos de la población? Es el nutricionista quien tiene el espacio para certeramente conocer como es la situación sociocultural de la alimentación, tanto a nivel individual como colectivo.

Nuestra función en esta dimensión es adaptar las

recomendaciones nutricionales o guías alimentarias a la cultura de cada individuo, es brindar herramientas para el desarrollo de siembras para autoconsumo, es promover el consumo local para el fortalecimiento de nuestras comunidades, es fomentar la solidaridad para quienes no tienen que comer.

Seguidamente contamos con la dimensión ambiental de la SAN, esta se refiere al cuidado del planeta en el que vivimos, del que nacimos y al que volveremos al morir. El crecimiento desmedido y la globalización descontrolada han causado que el planeta entre a un período de agotamiento en el que cada vez más recursos que se creían inagotables son causantes de conflictos por escasos. Es nuestra obligación, no solamente como nutricionistas sino como seres humanos proteger nuestros recursos naturales, el agua, el aire, la tierra, para así asegurarnos continuar comiendo, ya que sin ellos no se pueden producir alimentos.

Desde la perspectiva del nutricionista podemos empezar por educar en compra consciente y planificada, en el comercio justo, evitar el desperdicio y despilfarro de alimentos y fomentar una conciencia ambiental que vele por el cuidado de nuestro planeta.

También está la dimensión nutricional, que se refiere al análisis de la composición y mezcla adecuada de nutrientes para favorecer un buen estado nutricional, todo lo que respecta a valor nutricional y calidad nutricional de los alimentos entra en este apartado. Somos los nutricionistas quienes debemos conocer los alimentos de arriba para abajo, los más consumidos por la población, pero también esos no tan consumidos, pero de gran valor nutricional. Es nuestra la función de informar a la población la mejor manera de alimentarse para un adecuado desempeño.

Con respecto a la dimensión económica, esta se refiere al acceso que tengan las familias o personas a la alimentación, tiene que ver con los precios del mercado, los impuestos, las temporadas. Como nutricionistas debemos ser capaces de mostrar la mejor manera de conseguir alimentos de buena



BIBLIOGRAFÍA:

- Decreto Ejecutivo No41345-S-MTSS-MCJ-MEP-MIDEPOR. San José, Costa Rica. 16 octubre del 2018.
- FAO, IFAD, UNICEF, WFP y WHO. (2018). The State of Food Security and Nutrition in the World 2018. Building climate resilience for food security and nutrition. Rome. FAO.
- INCAP, Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá. (2009). La Iniciativa de Seguridad Alimentaria y Nutricional en Centroamérica. 2da Ed. Guatemala.

calidad a un buen precio, fomentando la economía social solidaria, el comercio justo y la siembra para autoconsumo como métodos para asegurar en todo momento el acceso económico a los alimentos.

Después está la dimensión política, que tiene que ver con el marco legal y político que cuida la SAN de nuestro país. Es pertinente al nutricionista, apoyar en la creación de políticas públicas que velen por el cuidado de la soberanía alimentaria y el derecho humano a la alimentación, así como participar activamente en la adhesión de nuevos lineamientos políticos en temas relacionados con la alimentación, como por ejemplo con el nuevo Decreto Ejecutivo N41345-S-MTSS-MCJ-MEP-MIDEPOR que busca desarrollar intervenciones para promover el bienestar.

Por último, pero no por eso menos importante, está la dimensión ética. Esta tiene que ver con la intencionalidad de las acciones y como esto afecta la SAN de las personas. Involucra desde los más altos mandos en materia de políticas en SAN, hasta nuestras acciones en el día a día. Aquí aplica de nuevo el evitar el desperdicio y el despilfarro de alimentos, el buscar productos de comercio justo, la solidaridad y el compartir.

Después de conocer un poco sobre las dimensiones de la SAN y la labor del nutricionista en el tema, es importante destacar que, contrario a lo que se creía, la desnutrición, al igual que el sobrepeso y obesidad, lamentablemente va en aumento a nivel mundial, principalmente producto de conflictos bélicos, políticos y desastres naturales (FAO, IFAD, UNICEF, WFP y WHO, 2018).

Nuestra función como nutricionistas es velar porque toda la población se alimente adecuadamente y si no existe la SAN, es imposible que esto suceda. Es nuestra obligación prevenir la Inseguridad Alimentaria y Nutricional a toda costa.

