

Derecho a la alimentación en contextos de inseguridad y desigualdad



LA REVISTA
BOLETÍN N° 79, 2018
SOCIEDAD SUIZA DE AMERICANISTAS

Coordinación de este número
Liliana Soler-Gómez Lutzelschwab,
Eduardo Toche, Liliana Zamalloa
y Molvina Zeballos



SOCIÉTÉ SUISSE DES AMERICANISTES
SCHWEIZERISCHE AMERIKANISTEN GESELLSCHAFT
SOCIEDAD SUIZA DE AMERICANISTAS
SWISS SOCIETY OF AMERICANISTS

SSA-SAG

CONTENIDO

Introducción	9
Panorama regional de la seguridad alimentaria en América Latina y el Caribe	
■ <i>María Elena Rojas Junes</i>	13
Accesos desiguales a los alimentos en contextos neoliberales. El caso del Perú 2000-2017	
■ <i>Eduardo Toche Medrano</i>	25
La compleja relación entre desigualdad y seguridad alimentaria en el Perú	
■ <i>Rebeca Giovanna Vásquez Luque</i>	39
La participación ciudadana en el derecho humano a una alimentación adecuada	
■ <i>Liliana Zamalloa Jordán</i>	51
Alimentación, cocina y biodiversidad: el origen del <i>boom</i> gastronómico del Perú	
■ <i>Jaime Delgado Zegarra</i>	63
Los porqués de una iniciativa por la agricultura familiar	
■ <i>Rosario Romero Banda</i>	75
La anemia y la desnutrición crónica infantil	
■ <i>Gissela Ottone Castañeda</i>	89
Hogares-microempresas: el eslabón perdido en el análisis de género en las cadenas de valor. Lecciones de un análisis de las cadenas de productos lácteos en Nicaragua	
■ <i>Selmira Flores / Johan Bastiaensen</i>	103
El derecho a la alimentación en el Acuerdo de Paz de Colombia: del congelador al centro de la mesa	
■ <i>Ricardo Agudelo Sedano</i>	117

ALIMENTACIÓN, COCINA Y BIODIVERSIDAD: EL ORIGEN DEL *BOOM* GASTRONÓMICO DEL PERÚ

■ JAIME DELGADO ZEGARRA

DIRECTOR DEL INSTITUTO DE CONSUMO DE LA FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN Y RECURSOS HUMANOS DE LA UNIVERSIDAD SAN MARTÍN DE PORRES,

RESUMEN / ABSTRACT

La alimentación hay que entenderla en su real y más amplia dimensión. El Perú es un país privilegiado por su cocina. Pero este no es solo un fenómeno de moda debido a nuestros famosos chefs, sino que es producto de miles de años de historia, cultura, tradiciones, mestizaje, condiciones geográficas especiales y la enorme biodiversidad que nos acompaña. Sin embargo, resulta paradójico que, junto con esta riqueza, aún tengamos serios problemas de malnutrición, sea por deficiencia o por exceso. También preocupa que las bases y condiciones para el desarrollo de esta cocina se pongan en riesgo por los nuevos fenómenos o modas que las pueden deteriorar, nos referimos a la tendencia al monocultivo, al uso indiscriminado de agroquímicos, al ultraprocesamiento de los alimentos y al incremento de la comida rápida con exceso de azúcar, sodio, grasas saturadas y grasas trans. Sin duda, la ausencia de políticas en favor de un desarrollo sostenible que tenga como base nuestra alimentación puede poner en riesgo uno de los legados más importantes que tenemos.

Food must be understood in its real and larger dimension. Peru is a country privileged for its cuisine. But this is not just a fashion phenomenon due to our famous chefs, but it is the product of thousands of years of history, culture, traditions, miscegenation, special geographical conditions and the enormous biodiversity that accompanies us. However, it is paradoxical that, together with this wealth, we still have serious problems of malnutrition, whether due to deficiency or excess. It is also worrying that these bases and conditions for the development of this kitchen are put at risk by the new phenomena or fashions that can deteriorate them, we refer to the tendency to monoculture, the indiscriminate use of agrochemicals, the ultra processing of food, Increase in fast food with excess sugar, sodium, saturated fat and trans fat. The absence of policies in favor of sustainable development based on our diet can put at risk one of the most important legacies we have.

El Perú es un país milenario, con una historia agrícola y gastronómica impresionante. En realidad, lo que hoy estamos viviendo como el gran *boom* gastronómico, que nos ha posicionado como uno de los principales destinos culinarios del mundo, es el resultado de miles de años de influencia cultural, biodiversidad, técnicas agrícolas, creatividad, desarrollo de un exigente paladar de los pobladores y otros factores.

Tenemos un territorio privilegiado desde el punto de vista de la biodiversidad, no por nada somos el centro de origen de muchísimas especies, entre ellas la papa, el tomate, la quinua, el olluco, el cacao, entre tantas otras variedades.

Sumado a ello, más de cinco mil años de agricultura no es poca cosa, especialmente en un territorio extremadamente diverso y adverso, tanto en climas, suelos, humedad, altura, vientos, agua, variedades vegetales, etc., donde, además, hubo un gran aporte del hombre al desarrollar los más impresionantes proyectos de agricultura, especialmente con el uso de tarrazas o andenería, venciendo así la accidentada geografía que nos tocó tener.

Y lo que pudiera parecer una desventaja, como el no tener grandes extensiones planas de territorio, ni agua de lluvia permanente en la Sierra y en la Costa, ni terrenos uniformes que faciliten el trabajo, sino más bien muchas montañas y muchos desiertos costeros, fue compensado por la gran habilidad de nuestros antepasados incas, y los anteriores a ellos, quienes lograron vencer los suelos más agrestes y difíciles para convertirlos en tierras agrícolas de gran envergadura.

El gran interés y vocación por la investigación y experimentación que tuvieron nuestros antepasados, buscando mejorar las especies, adaptándolas a diferentes territorios, obteniendo mejor productividad y, al mismo tiempo, mejorando su calidad y variedad, los llevó a construir grandes complejos agrícolas que hasta hoy se conservan, tales como Moray en el Cusco, uno de los grandes centros de experimentación agrícola de los incas.

Esta cultura agrícola está tan arraigada en la población que, a pesar del tiempo transcurrido y la existencia de otras actividades productivas mejor atendidas, tenemos más de tres millones de personas aún

dedicadas a ella, convirtiéndose estas en las principales abastecedoras de los mercados que atienden nuestras necesidades de alimentación cada día.

Dicha dedicación no solo es para producir y vender, sino que además su aporte es extraordinario en la preservación de la enorme reserva genética existente, pues hasta hoy mantienen la costumbre de intercambiar semillas entre los pobladores y así seguir enriqueciendo su patrimonio. El Muru Raymi o "fiesta de las semillas" es una prueba viviente de ello. Esta se celebra todos los años en el mes de junio en la localidad de Quisqui, región de Huánuco, en donde los campesinos vienen hasta la plaza principal en un gran festival para exhibir, o más bien ostentar, los cientos de variedades de papa, maíz, quinua y muchos más productos que cultivan. Al final de la tarde, se hace una ceremonia llena de ritualidad agradeciendo a la tierra, para luego proceder al intercambio de semillas entre toda la comunidad.

Y si bien gran parte de esta agricultura es familiar y de pequeña escala, es altamente significativa para el país, en todos los sentidos.

Lamentablemente, las condiciones en las que estas familias vienen trabajando no son las mejores, pues es una actividad muy abandonada o descuidada por el Estado, quien ha puesto prioridad en la inversión de multimillonarios proyectos de irrigación para favorecer a la gran agroindustria y/o agroexportación, privilegiando el monocultivo.

Pese a que nuestros agricultores son un importante sector del país, del cual dependemos para nuestra alimentación, son muy maltratados por el sistema, no existiendo una política de Estado para apoyarlos e incentivarlos, ni tampoco un relacionamiento horizontal y respetuoso hacia ellos, estando claro que no valoramos su aporte para nuestras vidas y para la conservación de la naturaleza.

Esa ausencia estatal es reclamada por la gente del campo:

A pesar de los avances y las estrategias adoptadas, el Estado no está cumpliendo con sus obligaciones en materia de Derechos Humanos, siendo la población rural la más afectada. La información recabada en este informe, usando las Directrices del DHAA, da cuenta

de que la inseguridad alimentaria evidencia el incumplimiento de la obligación del Estado de proveer una alimentación adecuada a toda su población, en especial a los más vulnerables. Este flagelo afecta, sobre todo, a la población en el área rural, donde se concentran los mayores índices de desnutrición crónica en los/las niños/as menores de 5 años y anemia nutricional y deficiencia de vitamina A en los infantes. También, el sobrepeso en la población infantil y el exceso de peso en su población adulta, incluidas las mujeres en edad fértil, constituyen un grave problema de salud pública. Por lo tanto, reforzar la voluntad política para luchar contra el hambre y cumplir con las obligaciones en materia de Derechos Humanos continúa siendo una tarea imperante para el Estado del Perú. (Agrobiodiversidad y Soberanía Alimentaria, 2015: 59).

En una reciente publicación de Slow Food, se nos propone un reto:

Las personas interesadas tienen que mirar “agua arriba”, interactuar con los productores, conocer sus historias, sus productos y los problemas con los que tienen que enfrentarse en el día a día. Solo de esta manera se puede dar el justo valor a su trabajo y sus esfuerzos, conscientes de las consecuencias de nuestras decisiones de consumo. (Slow Food, 2017: 17).

NUESTRA COMIDA Y LA INTERCULTURALIDAD

Nuestra comida ha sido influenciada por todos los grupos étnicos que han participado de nuestra historia. Primero, por todas las culturas preincas, tales como los paracas, moche, chimú, tiahuanaco, chavín y otras. Cada una de ellas ha aportado sabiduría y conocimientos en una serie de aspectos, al igual que en las técnicas agrícolas, de conservación de alimentos y, especialmente, en la gastronomía. Segundo, por la influencia española, con su presencia en nuestro territorio por más de 300 años, así como por africanos, asiáticos, italianos, franceses, etc., todos aportando sus conocimientos, habilidades, técnicas, recetas, etc., a este gran mestizaje cultural gastronómico del que hoy disfrutamos.

Pero la verdadera cocina no se desarrolló en los restaurantes, ni lo hicieron los famosos o grandes cocineros. La verdadera cocina se creó en casa, en cada uno de nuestros hogares o en las comunidades, y se conservó por la tradición, por la escuela que cada una de las madres tenía en su cocina para sus hijos, enseñándoles a cocinar, a disfrutar de los aromas, sabores, colores, texturas, variedades, de los secretos de la abuela, para luego, día a día, disfrutar del placer de comer juntos en el hogar, padres e hijos, y los fines de semana o días festivos compartir con los amigos y el resto de la familia.

La cocina siempre ha sido un acto cultural, social y familiar, una experiencia y un acontecimiento que nos integra, nos hace disfrutar, nos hace sentir en comunidad, pero sobre todo nos hace sentir muy orgullosos de nuestro país, nos da identidad, esa de la que adolecemos en muchos otros aspectos.

Desde nuestros antepasados podemos rescatar técnicas de cocina que aún practicamos, como es la comida bajo tierra o pachamanca, término que:

(...)proviene de las voces quechuas pacha, “tierra”, y manka, “olla”; por lo que su significado sería “olla de tierra”; pero cabe precisar que en lengua aimara el término munca o mankha significa “comida” por lo que un significado alternativo también es “comida de la tierra”. (Zapata Acha, 2006: 495)

Esta técnica consiste en calentar piedras con fuego, cavar un hueco en la tierra, colocar los alimentos a cocinarse (verduras, tubérculos, frutas, carnes, etc.), cubrirlos con hojas y una manta para luego tapar el hoyo y esperar un par de horas a fin de disfrutar de los sabores más maravillosos, en una cocina natural, sin artificio ni químico alguno.

Pero la pachamanca no solo es el hecho de comer. Es un encuentro en comunidad, es ocasión para compartir, fortalecer lazos, alianzas, concretar proyectos, resolver problemas, etc., pero, sobre todo, para disfrutar de las exquisiteces que nos brinda la naturaleza.

BIODIVERSIDAD Y GASTRONOMÍA

Nuestra cocina no se hubiera desarrollado a tal nivel de variedad y sofisticación si no tuviéramos como parte de nuestro patrimonio la enorme diversidad de especies vegetales y animales que poseemos en nuestro territorio.

No es casual que el Perú sea uno de los países con mayores recursos hidrobiológicos del mundo, aunque lamentablemente estos se destinen fundamentalmente a la producción de harina de pescado para la exportación y la alimentación de animales. Paradójicamente, en el Perú tenemos aún preocupantes niveles de pobreza, anemia y desnutrición infantil, pues para el 2013 se ha encontrado que:

(...) aproximadamente uno de cada tres niños de entre 6 y 59 meses, tiene anemia (34%), siendo este problema más común entre los niños que viven en las zonas rurales que entre los que viven en zonas urbanas (39.5% y 31.1%, respectivamente. (Instituto Nacional de Salud, 2015: 9).

Esa riqueza y variedad de especies hidrobiológicas ha significado que nuestra cocina, especialmente en las diversas regiones de la costa peruana, haya originado la creación de infinitas formas de preparación culinaria, sumada por supuesto a la infinidad de especias y condimentos regionales.

Nuestra cocina no se hubiera desarrollado a tal nivel de variedad y sofisticación si no tuviéramos como parte de nuestro patrimonio la enorme diversidad de especies vegetales y animales que poseemos en nuestro territorio. Solo con la papa, el Perú tiene más de 3600 variedades, de todos los colores, formas, sabores...

De igual modo, también es sorprendente la inmensa variedad de especies vegetales con la que contamos. Solo con la papa, el Perú tiene más de 3600 variedades, de todos los colores, formas, texturas, sabores, características, etc. Tan es así que los peruanos sabemos cuándo se usa papa blanca, o negra, o amarilla, o canchan, o tomasa, o huayro, o huamantanga, o peruanita, etc., según el plato que vayamos a preparar. Y ni que hablar de las papas nativas con su infinidad de presentaciones, que al mundo dejan sorprendido.

Y podríamos así seguir enumerando la infinidad de ajíes, frejoles, ollucos, algas, maíz, tubérculos, granos andinos (como la quinua, kañihua, kiwicha, etc.) que tenemos.

Los campesinos han cultivado y donado (a bancos genéticos nacionales e internacionales) 2.1 millones de variedades de plantas de las más de 7 mil especies de plantas domesticadas en el mundo. Entre 80% y 90% de las semillas campesinas se obtiene por intercambio o regalo, se selecciona del ciclo previo. O se compran localmente, de la cadena. Pero más importante todavía para la adaptación de la agricultura al cambio climático es el hecho de que los campesinos protegen y a menudo cruzan entre 50 mil y 60 mil variedades silvestres de los cultivos sin precio alguno, con un valor económico potencial estimado en 196 mil millones de dólares. (ETC Group, 2017: 19).

Nunca se ha valorizado el trabajo denodado de conservar esa enorme biodiversidad que tenemos en nuestro territorio, no en los laboratorios, no en los bancos de germoplasma, no en las universidades, sino en los propios campos de cultivo y a cargo de los propios campesinos, sin pago alguno, sin apoyo del Estado, sin reconocimientos y, peor aún, sin precios justos para sus productos. Prestamos mucha más atención al nuevo emprendimiento agroexportador, que no está en esencia resolviéndonos el problema de alimentación para el mercado local, aunque sí generando algunas divisas y creando empleo con bajos sueldos para los campesinos que pasaron de ser dueños de una tierra a asalariados de una industria. Así pues, es desproporcionado el apoyo que se brinda a la investigación tecnológica, al desarrollo de nuevas variedades, al invento de nuevos agroquími-

cos, a la creación de nuevas especies genéticamente modificadas, y casi nada al valiosísimo aporte de nuestros millones de agricultores.

Pero esto no ha sucedido solo en nuestro país:

Los modelos de desarrollo de los últimos 50 años han privilegiado sistemas de producción intensivos en capital y tecnologías, de alto consumo de combustibles provenientes de fuentes no renovables, con orientación al mercado externo y con limitados beneficios sociales. En los sistemas de producción tradicionales/ indígenas, los efectos de dichos modelos se expresan principalmente en su desplazamiento hacia la frontera agrícola, lo que ha causado deforestación, erosión de los recursos y pérdida de biodiversidad. Los sistemas agroecológicos/ orgánicos utilizados en el marco de los modelos predominantes se orientan a segmentos de mercados de alto poder adquisitivo, con lo que grandes sectores sociales quedan marginados de sus beneficios. (Evaluación internacional del conocimiento, ciencia y tecnología en el desarrollo agrícola, 2009: 2).

PALADAR Y OLFATO EXIGENTE Y SOFISTICADO

En el Perú se come tan variado y tan rico que tanto nuestro paladar como nuestro olfato se han desarrollado, son más exigentes, se han acostumbrado a la diversidad. Pero, además, la curiosidad por descubrir nuevos sabores es algo innato de los peruanos, no necesariamente en los restaurantes, sino en nuestra propia casa. Los peruanos, menos mal, seguimos cocinando en casa y eso jamás lo deberíamos perder. Y aunque disfrutemos de un buen restaurante, valoramos mucho comer en casa, comer en familia, disfrutar de este acto social y cultural que nos integra, nos une, nos hace felices.

Me contaban que una empresa había hecho una investigación de mercado para descubrir cuál era el modelo o tecnología que preferían los peruanos cuando adquirirían un horno de microondas. Los resultados obtenidos sorprendieron pues se descubrió que la mayoría de personas usa el microondas solo para calentar los alimentos, no para cocinar. Así

Los peruanos en su mayoría no conciben la idea de cocinar si no es en la olla, con el aderezo previo, con sus técnicas tradicionales. La curiosidad por descubrir nuevos sabores es algo innato, valoramos comer en familia, eso nos une, nos hace felices.

pues, los peruanos en su mayoría no conciben la idea de cocinar si no es en la olla, con el aderezo previo, con sus técnicas tradicionales.

Entonces, para qué tanta tecnología, botones por aquí y por allá, múltiples funciones, si lo único que quiere la mayoría de personas es prender y apagar para calentar.

Esta es solo una muestra de la identidad del peruano en cuanto a la cocina y a la gastronomía. Debemos conservar y seguir pasando de generación en generación ese amor por ellas, y los valores que proponen, teniendo una enorme responsabilidad en eso los padres, madres y centros educativos.

SU INFLUENCIA EN LOS PAÍSES VECINOS

Hoy la mejor gastronomía en Chile es sin duda la peruana, y de hecho los principales restaurantes en Santiago y otras ciudades del sur son peruanos. Felicitaciones a los chef o cocineros que han invertido y se han instalado en Chile, nuestro aplauso y reconocimiento para ellos, pero en realidad el verdadero mérito lo tienen las miles de mujeres que durante la década de los 80 y 90 tuvieron que migrar a nuestro vecino del sur debido a las precarias y violentas condiciones en las que vivíamos como consecuencia del terrorismo, la hiperinflación, el desempleo, etc. Ellas fueron a trabajar principalmente cuidando niños/niñas y, obviamente, al atenderlos, les cocinaban lo que ellas sabían hacer: lomo saltado, causa rellena, ceviche, tacu tacu, chupe de pescado, sopa a la

Esta es solo una muestra de la identidad del peruano en cuanto a la cocina y a la gastronomía. Debemos conservar y seguir pasando de generación en generación ese amor por ellas, y los valores que proponen. Tenemos una enorme responsabilidad.

minuta, pastel de papa, papa a la huancaína y cuanta delicia pudieran para satisfacerlos, pero también a los demás miembros de la familia. Así fue que las familias chilenas se quedaron fascinadas con la comida peruana. Entonces, la preferencia por contratar a “las peruanas” no solo era porque eran muy cuidadosas y responsables en el cuidado de sus niños/niñas, sino porque cocinaban muy rico.

Después de muchos años es que llegaron los chefs para poner los restaurantes y penetrar en un mercado que parecía difícil, pero que en realidad ya había sido doblegado por nuestras mujeres.

PROCESAMIENTO DE LOS ALIMENTOS

En nuestra rica cocina también ha intervenido el procesamiento de alimentos. Dicha práctica ha sido llevada a cabo por el hombre desde tiempos remotos con el objetivo de poder digerir los alimentos con facilidad. Por eso, cuando se descubrió el fuego se sometieron a cocción algunos alimentos, pudiéndose así ampliar la gama de productos que se podían consumir. También el procesamiento se desarrolló por motivos de conservación, a fin de evitar el deterioro temprano de los productos. Para esto se utilizaron diversas técnicas, tales como la deshidratación o secado, el salado, fermentado, etc.

Estas técnicas en realidad no alteran en lo fundamental la calidad o propiedades del producto, permitiéndose en cambio optimizar los recursos y disponer

de mayores reservas alimentarias para la población en tiempos de escasez.

En nuestro país, aún conservamos estas técnicas. Por ejemplo, en la famosa carapulcra, que no es otra cosa que papa picada y deshidratada; en el charqui o cecina, que es la carne de res secada; en el pescado seco salado; en la chicha, que es una bebida producto de la fermentación del maíz; o en el tocosh, que es la fermentación de la papa, producto altamente nutritivo.

Sin embargo, la industria moderna ha llegado a tal nivel de procesamiento y ultraprocesamiento que difícilmente podríamos seguir llamando alimentos a dichos productos.

Incluso muchos de estos alimentos industrializados se camuflan muy bien ante el público y hasta se presentan como “muy saludables”, cuando todo aquel que conozca un poco de nutrición se da cuenta de que esto es una farsa, desgraciadamente consentida por la sociedad y sobre todo por las autoridades que tienen la responsabilidad de controlar estas prácticas. (Delgado, 2011: 132).

La Organización Panamericana de la Salud describe a los productos ultraprocesados como:

(...) formulaciones industriales elaboradas a partir de sustancias derivadas de los alimentos o sintetizadas de otras fuentes orgánicas. En sus formas actuales, son inventos de la ciencia y la tecnología de los alimentos industriales modernas. La mayoría de estos productos contienen pocos alimentos enteros o ninguno. Vienen listos para consumirse o para calentar y, por lo tanto, requieren poca o ninguna preparación culinaria. (Organización Panamericana de la Salud, 2015: 2).

El problema de estos productos es que estamos poniendo en riesgo la salud de los consumidores, especialmente por los altos niveles de azúcares refinados, sodio, grasas saturadas, grasas trans o hidrogenadas, aparte de los colorantes y saborizantes artificiales, estabilizantes, conservadores, etc., a lo que se suma también la ingeniería genética que ha introducido alimentos genéticamente modificados en laboratorios.

Generalmente estos productos, que se llaman a sí mismos alimentos, en realidad son comida procesada comestible que, a pesar de que se basan en productos naturales, han sido sometidos a procesos de trituración, refinamiento, pasteurización, homogenización, conservación, coloración y texturizado, etc., deteriorando absolutamente las bondades o atributos que tuvo alguna vez ese alimento que le sirvió como base. Por eso es usual que la industria después tenga que adicionarle al resultado obtenido vitaminas, minerales, etc., resaltando luego en su publicidad y etiquetas, irónicamente, todo aquello que ha perdido.

El aumento del consumo de la comida procesada y de la llamada "rápida", es una gran amenaza en nuestro país, y en el mundo, llevándonos a niveles preocupantes de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles, convirtiéndose estas en las más recurrentes causas de muerte.

Lo paradójico es que mientras nuestros campesinos muchas veces disponen de los mejores productos que la tierra nos puede ofrecer, las modas y la influencia de la publicidad hacen que el acceso a estos se encarezca y se desplace su consumo hacia la comida procesada.

En el Perú, a pesar del incremento de la producción de alimentos y del crecimiento económico en la última década (el crecimiento del producto bruto interno agropecuario de 2002 a 2012 fue de 4.3% anual, y del producto bruto interno, de 6.4% anual), una parte importante de la población vive en situación de inseguridad alimentaria: 37% de niños rurales menores de cinco años sufren desnutrición crónica (INEI 2011), un hecho que incidirá más adelante en el capital humano. (Eguren, 2016: 92).

El caso de la quinua es un ejemplo de este fenómeno. Este producto de las zonas altoandinas y de consumo tradicional en esas regiones del país es considerado como uno de los mejores alimentos del mundo. Gracias a su *boom* en los mercados internacionales, sus precios subieron, obteniendo sus productores más dinero por sus ventas, pero no así una mejora en su alimentación. Muy por el contrario, con más dinero compran harinas refinadas, gaseosas y más productos ultraprocesados.

La modernidad muchas veces nos enceguece, nos confunde, nos emociona y nos hace actuar con mucha irracionalidad. Las modas no solo llegan para la vestimenta, sino también para la comida, siendo una muestra de ello el crecimiento de los centros comerciales o *malls*, que casi se han convertido en símbolo de desarrollo de las ciudades y centros de atracción. La gente ya no va a las plazas públicas o parques a distraerse, va a los *malls*, y, por ende, a los fabulosos patios de comida con todas las marcas y cadenas promocionadas en la televisión: McDonald's, Kentucky Fried Chicken, Bombos, Pizza Hut, etc.

LOS PROBLEMAS DEL SOBREPESO, OBESIDAD Y ENFERMEDADES CRÓNICAS

El sobrepeso y la obesidad han crecido a una gran velocidad en los últimos años, no solo por la vida sedentaria que tiene la población en las urbes, sino fundamentalmente por la mala alimentación, por el incremento del consumo de comida procesada y ultraprocesada. Esto ha generado como consecuencia el incremento de enfermedades crónicas no transmisibles que se derivan de las mencionadas condiciones físicas y metabólicas.

El problema de estos productos es que estamos poniendo en riesgo la salud de los consumidores, especialmente por los altos niveles de azúcares refinadas, sodio, grasas saturadas, grasas trans o hidrogenadas, aparte de los colorantes y saborizantes artificiales, estabilizantes, conservadores, a lo que se suma alimentos genéticamente modificados en laboratorios.

Según el Ministerio de Salud (Minsa):

El exceso de peso fue 6,4% (IC95%: 5,2-7,9), El sobrepeso en los niños de 5 a 9 años fue de 18,3% (IC95%: 16,3-20,4) y la obesidad de 11,1% (IC95%: 9,5-13,0). El sobrepeso en adolescentes fue de 17,5% (IC95%: 16,2-18,9) y la obesidad fue de 6,7% (IC95%: 5,8-7,7). La prevalencia de sobrepeso en los jóvenes fue de 30,7% (IC95%: 28,8-32,7) y la obesidad de 9,9% (IC95%: 8,7-11,4), el sobrepeso en los adultos fue 44,7% (IC95%: 43,4-46,0) y obesidad fue 23,1% (IC95%: 21,9-24,2). Uno de cada dos adultos mayores presentó adelgazamiento siendo mayor en las regiones de la sierra y selva, y los que se encontraron en situación de pobreza y pobreza extrema. El sobrepeso en adultos mayores fue de 21,4% (IC95%: 19,6-23,2) y obesidad de 11,9% (IC95%: 10,6-13,2). (Ministerio de Salud, 2015: 4).

El Minsa, en relación a las causas específicas de mortalidad, dice que, en el 2011, si bien las infecciones respiratorias agudas ocuparon el primer lugar, podemos observar que son las enfermedades crónico-degenerativas –entre ellas las relacionadas con la enfermedad metabólica y las neoplasias– las que ocuparon la mayor parte del listado de las 15 primeras causas de defunción en la población peruana. Las enfermedades cerebrovasculares y las enfermedades isquémicas del corazón se ubicaron en el segundo y tercer lugar, con 5.3% y 4.8%, respectivamente (Ministerio de Salud, 2013: 62).

LOS NIÑOS/NIÑAS SON EL GRUPO MÁS VULNERABLE DE LA POBLACIÓN

Los niños/niñas son el grupo más vulnerable frente a una deficiente alimentación, pues son el blanco favorito de la industria, la cual procura incentivarlos en hábitos que favorezcan a sus marcas, y no a una verdadera sana alimentación, con lo cual se aseguran consumidores para toda su vida. Además, explotan su ingenuidad, su falta de experiencia y conocimientos de lo que pueden o no comer para alimentarse apropiadamente. Los conquistan por la vista y por el gusto, utilizando sus personajes favoritos, superhéroes y todo cuanto pueda cautivarlos emocionalmente.

Cada vez hay más pruebas, señalan los expertos:

(...) que la publicidad televisiva, pese a su indudable importancia como herramienta de promoción de alimentos, es tan sólo parte de un esfuerzo promocional más amplio que suele centrarse en el reconocimiento de una marca y el establecimiento de relaciones de lealtad con los consumidores. El contenido de los mensajes publicitarios es fundamental en este proceso, sobre todo las estrategias creativas utilizadas, que están concebidas para aumentar el poder de los mensajes publicitarios de alimentos para influir en los niños. (Organización Panamericana de la Salud, 2011: 2).

Esta enorme influencia de la industria se refleja en la inversión publicitaria que estas hacen en los medios, especialmente en la televisión. La industria de alimentos procesados en el Perú invierte en publicidad alrededor de 22.7 millones de dólares mensuales para promocionar *spots* de comida poco saludables o no saludables, según el Consejo Consultivo de Radio y Televisión (Concortv). [Consejo Consultivo de Radio y Televisión, 2011: 14].

Según el estudio de Concortv, las industrias usan narrativas o historias fantasiosas (31%), apelan al antojo (19%), presentan promociones (18%), utilizan la música de forma protagónica (16%) y se asocian con dibujos animados, héroes (11%).

La industria de alimentos procesados en el Perú invierte en publicidad alrededor de 22.7 millones de dólares mensuales para promocionar *spots* de comida poco saludables o no saludables, según el Consejo Consultivo de Radio y Televisión. Esta publicidad procura incentivar hábitos que favorezcan a sus marcas, y no a una verdadera y sana alimentación.

Mientras la riqueza de nuestro agro radica precisamente en la diversidad y heterogeneidad, y en nuestra gastronomía también, el mundo, dícese desarrollado, camina hacia otro lado. Va por la explotación agroindustrial, por el monocultivo; si continuamos con esta corriente nuestras variedades desaparecerán.

Lo paradójico de esta situación es que en el Perú coexisten dos fenómenos en simultáneo: desnutrición/anemia y sobrepeso/obesidad. Incluso los mismos niños/niñas pueden en algún momento de su vida llegar a tener sobrepeso y al mismo tiempo desnutrición, todo esto debido a la mala alimentación.

LAS AMENAZAS CONTRA NUESTRA BIODIVERSIDAD

Mientras la riqueza de nuestro agro radica precisamente en la diversidad y heterogeneidad, y en nuestra gastronomía también, el mundo, dícese desarrollado, camina hacia otro lado. Va por la explotación agroindustrial, por el monocultivo, por la tecnificación, el uso de agroquímicos, la producción de productos genéticamente modificados, etc.

El problema de esto en nuestro territorio es que colisiona no solo con las formas tradicionales y responsables de hacer agricultura, sino que puede afectar todo el ecosistema.

En la agricultura tradicional el campesino nunca pone todos los huevos en la misma cesta, nunca siembra un solo tipo de plantas, siempre mezcla, siempre diversifica, no solo porque así dispone de mayor número y variedad de productos para su consumo y para la venta, sino porque esta es una forma de evitar o combatir las plagas. Ellos saben perfectamente que cuando hay un solo cultivo los suelos se degradan y las plagas los invaden.

Incluso nunca siembran al mismo tiempo, sino que lo hacen de manera escalonada, pues con ello se aseguran más tiempo de cosecha, menos pérdidas de sus productos y mejor manejo de precios. Tampoco siembran en un solo lugar, lo hacen en distintas parcelas, pues así aseguran mayor variedad y menores riesgos.

Este conocimiento tan diverso no ha sido fruto de la casualidad ni de un programa de instrucción, es el producto de miles de años de experimentación, desarrollo en el campo, habilidades y destrezas compartidas por los campesinos, por un amor profundo hacia lo suyo y lo que hacen, por una identificación que los liga a la naturaleza y los hace sentir parte de ella, y no su propietario.

Pero todo esto está siendo amenazado por esta corriente moderna y facilista de aplicar agroquímicos sin discriminación, mejorar la productividad a costa de la calidad e inocuidad, sembrar un solo producto para cumplir compromisos de venta, facilitar el trabajo y, supuestamente, ganar más dinero. "Los consumidores están desprotegidos y expuestos a los daños para la salud que ocasiona la ingesta permanente e inadvertida de sustancias tóxicas". (Delgado-Zegarra *et al.*, 2018: 4).

Peor aún, si continuamos con esta corriente del monocultivo, nuestras variedades desaparecerán y nuestra cocina sufrirá mucho porque no tendrá los insumos en la cantidad y diversidad que siempre la ha tenido. De hecho, una serie de platos ya se han ido perdiendo como consecuencia de esto. Por ejemplo, en Arequipa era típico el consumo de la arracacha, preparándose sopa de arracacha, pero en las últimas décadas ese cultivo se ha discontinuado y perdido, lo que ha ido en contra del inventario gastronómico arequipeño. Otra especie de mar que también ha desaparecido son las machas, un delicioso molusco con el cual se preparaban exquisitos platillos (como el sudado de machas, el saltadito de machas, la sarza de machas, el ceviche, etc.). Esa especie ya no existe, ya sea por el cambio climático, por la sobreexplotación, etc.

CONCLUSIÓN

Para afianzar la seguridad alimentaria, calidad de los productos, alto valor nutricional, cocina saludable y el prestigio de nuestra gastronomía, se requiere de una política de Estado integral que aborde desde todos los ángulos y perspectivas las condiciones e instrumentos necesarios para preservar y fomentar la conservación de nuestra biodiversidad; que apoye intensamente a los pequeños agricultores para que su actividad sea lo suficientemente rentable (ya que son la garantía del abastecimiento de los productos para la alimentación diaria), a fin de que nos provean de alimentos en las mejores condiciones y cumpliendo los mejores estándares; y que promueva la alimentación saludable en la población, la educación nutricional en los colegios, la conservación y el desarrollo de nuestro enorme patrimonio gastronómico nacional. Si esto no lo hacemos pronto corremos el riesgo de echar por la borda el esfuerzo de tantas generaciones y perder una ventaja comparativa que poseemos en términos de producción agrícola, diversificación, técnicas de cultivo orgánicas o ecológicas y, sobre todo, una cocina maravillosa, envidia del mundo.

BIBLIOGRAFÍA

Agrobiodiversidad y Soberanía Alimentaria (ABISA)

2015. *Informe sobre el Derecho a la Alimentación Adecuada: El Caso de Comunidades en Loreto, Lima y el Cusco*. Lima: Sociedad Peruana de Derecho Ambiental (SPDA). 78 p.

Consejo Consultivo de Radio y Televisión (Concortv)

2011. *Análisis de la publicidad de alimentos no saludables en la televisión peruana*. Lima: Concortv. 29 p.

Delgado, Jaime

2011. *Consumo al desnudo*. Gaceta Jurídica. Lima: Asociación Peruana de Consumidores y Usuarios (Aspec). 237 p.

Delgado-Zegarra, Jaime et al.

2018. "Uso indiscriminado de pesticidas y ausencia de control sanitario para el mercado interno en Perú". *Rev Panam Salud Publica* 42: 1-6.

Eguren, Fernando (comp.)

2016. *Seguridad Alimentaria en el Perú: Compendio de artículos en La Revista Agraria 2010-2015*. Lima: Centro Peruano de Estudios Sociales (Cepes). 212 p.

ETC Group

2017. *¿Quién nos alimentará? ¿La red campesina alimentaria o la cadena agroindustrial?* Ottawa: ETC Group. 65 p.

Evaluación internacional del conocimiento, ciencia y tecnología en el desarrollo agrícola (IAASTD)

2009. *Agriculture at a Crossroads. América Latina y el Caribe*. Washington D.C.: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación (FAO). 239 p.

Instituto Nacional de Salud

2015. *Anemia en la población infantil en el Perú: Aspectos clave para su afronte*. Lima: Ministerio de Salud. 129 p.

Ministerio de Salud (Minsa)

2013. *Análisis de la situación de salud en el Perú*. Lima: Minsa. 136 p.

Ministerio de Salud (Minsa)

2015. *Estado nutricional en el Perú por etapas de vida, 2012-2013*. Lima: Minsa. 150 p.

Organización Panamericana de la Salud (OPS)

2011. *Recomendaciones de la Consulta de Expertos de la Organización Panamericana de la Salud sobre la promoción y publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas dirigida a los niños en la Región de las Américas*. Washington D.C.: Organización Mundial de la Salud. 44 p.

Organización Panamericana de la Salud (OPS)

2015. *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas*. Washington D.C.: Organización Mundial de la Salud. 60 p.

Slow Food

2017. *El Arca del Gusto en Perú. Productos, saberes e historias del patrimonio gastronómico*. Lima: Slow Food Editore. 319 p.

Zapata Acha, Sergio

2006. *Diccionario de gastronomía peruana tradicional*. Lima: Universidad San Martín de Porres. 782 p.