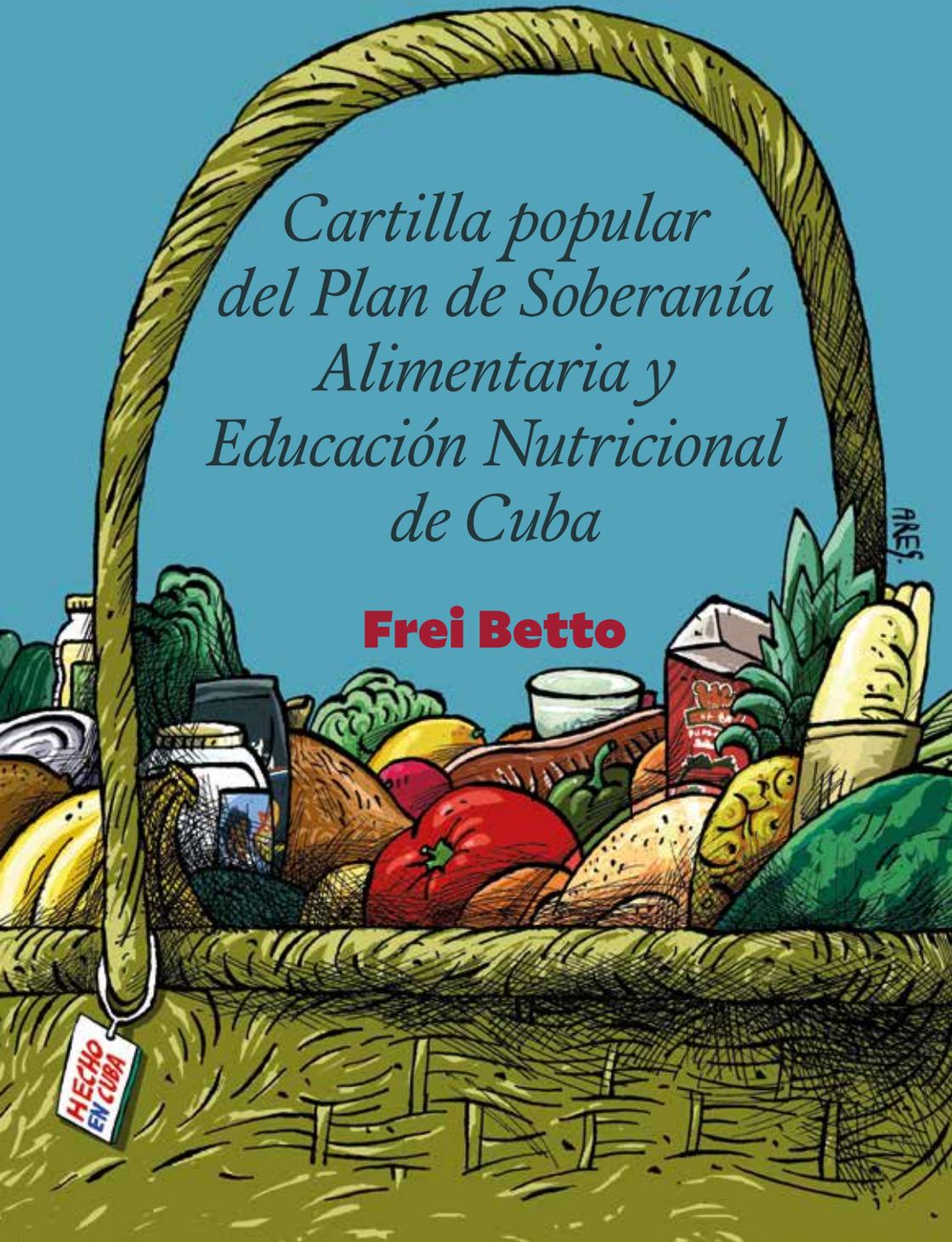


*Cartilla popular
del Plan de Soberanía
Alimentaria y
Educación Nutricional
de Cuba*

Frei Betto

HECHO
EN CUBA

ANES



*Cartilla popular
del Plan de Soberanía
Alimentaria y
Educación Nutricional
de Cuba*

Frei Betto



La Habana, 2021

Este texto ha sido elaborado con el apoyo de OXFAM, en el marco del proceso de construcción del Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional (SAN), de Cuba, liderado por el Ministerio de la Agricultura (MINAG) y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

Traducción: Esther Pérez

Edición y corrección: Aldo R. Gutiérrez Rivera
Cubierta, diseño y composición: Arnulfo Espinosa
(ArnulfoGráfico)
Ilustraciones: Aristides Hernández (ARES)

© Frei Betto, 2021
© Ministerio de la Agricultura, Cuba, 2021
© OXFAM, 2021



Calle 19, N° 57, e/M y N, El Vedado,
La Habana, Cuba

Índice

	Siglas	v
	Resumen	vii
	Prólogo	ix
1	¿Qué es la soberanía alimentaria?	1
2	Construcción del Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional	7
3	Para conquistar la soberanía alimentaria	11
4	Objetivos de la soberanía alimentaria en Cuba	17
5	Puntos débiles que se deben superar	25
6	Cuatro actividades estratégicas	27
7	Para garantizar el éxito del Plan SAN	33
8	Desafíos a la soberanía alimentaria en Cuba	37
9	Conquistas alcanzadas por la Revolución	41
10	Géneros y soberanía alimentaria	45
11	Agricultura familiar	51
12	Educación nutricional	55
	Bibliografía	61

ACPA: Asociación Cubana de Producción Animal

ACTAF: Asociación Cubana de Técnicos Agrícolas y Forestales

ANAP: Asociación Nacional de Agricultores Pequeños

AU/ASU/AF: Agricultura Urbana, Agricultura Suburbana y Agricultura Familiar

AZCUBA: Grupo Azucarero Cubano

CCS: Cooperativa de Créditos y Servicios

CDR: Comités de Defensa de la Revolución

CITMA: Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente

CPA: Cooperativa de Producción Agropecuaria

FAO: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura

FMC: Federación de Mujeres Cubanas

FRE: Fuentes Renovables de Energía

GISAN: Grupo u Organismo Interministerial del SAN

INIE: Instituto Nacional de Investigación Económica

JICA: Agencia de Cooperación Internacional del Japón

MANUD: Marco de Asistencia de las Naciones Unidas para el Desarrollo

MEP: Ministerio de Economía y Planificación

MES: Ministerio de Educación Superior

MFP: Ministerio de Finanzas y Precios

MICONS: Ministerio de la Construcción

MINAG: Ministerio de la Agricultura

MINAL: Ministerio de la Industria Alimenticia

MINCEX: Ministerio del Comercio Exterior y la Inversión Extranjera

MINCIN: Ministerio del Comercio Interior

MINCULT: Ministerio de Cultura

MINDUS: Ministerio de Industrias

MINED: Ministerio de Educación

MINEM: Ministerio de Energía y Minas

MINFAR: Ministerio de las Fuerzas Armadas Revolucionarias

MININT: Ministerio del Interior

MINJUS: Ministerio de Justicia

MINTUR: Ministerio de Turismo

MITRANS: Ministerio de Transporte

MTSS: Ministerio de Trabajo y Seguridad Social

M y E: Monitoreo y Evaluación

ODS: Objetivos de Desarrollo Sostenible

OMS: Organización Mundial de la Salud

ONEI: Oficina Nacional de Estadística e Información

ONU: Organización de las Naciones Unidas

OPS: Organización Panamericana de la Salud

OSDE: Organización Superior de Dirección Empresarial

PAM: Plan de Autoabastecimiento Alimentario Municipal

PIB: Producto Interno Bruto

PMA: Programa Mundial de Alimentos

PNDES: Plan Nacional de Desarrollo Económico y Social

PNUD: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo

SAN: Seguridad Alimentaria y Nutricional

SANAS: Seguridad Alimentaria y Nutricional y Agricultura Sostenible

SECSAN: Secretaría Técnica para el Sistema SAN

SINCITA: Sistema Nacional de Ciencia e Innovación Tecnológica Agraria

SISAN: Sistema del SAN

UBPC: Unidad Básica de Producción Cooperativa

UE: Unión Europea

UH: Universidad de La Habana

UNICEF: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia

Resumen



Esta *Cartilla popular* sintetiza, con el lenguaje comprensible y directo que precisa el pueblo, en qué consiste el Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional, aplicado en Cuba desde 2019 por el Gobierno, junto al Ministerio de la Agricultura (MINAG); otros ministerios y entidades; la sociedad civil y organismos de la colaboración internacional, acompañados por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), a partir de que la Constitución de la mayor isla del Caribe establece que todas las personas en Cuba tienen derecho a una alimentación sana y adecuada, y que para ello el Estado fortalece la seguridad alimentaria de la nación.

Para desarrollar con claridad el tema, se define qué es la soberanía alimentaria y se identifican antecedentes de la vida agraria del país, así como múltiples experiencias, planes, programas y proyectos, orientados por el Estado y el Gobierno, que permitieron elaborar el Plan. Se comenta sobre diferentes aspectos relacionados con la soberanía alimentaria y la educación nutricional, programas sociales y su importancia para combatir el hambre en los países de la región América Latina y el Caribe, la malnutrición y cómo Cuba prioriza la alimentación en medio de innumerables dificultades frente al bloqueo económico, financiero y comercial impuesto por Estados Unidos y lo que ello provoca en la disponibilidad y el acceso a los alimentos, dimensiones presentes en el concepto de soberanía alimentaria y nutricional, y razón por la cual el Plan SAN resulta de vital importancia. Otros temas son: la Agricultura Urbana Suburbana y Familiar (AUSUF), priorizada por la dirección del Gobierno en la Isla y el MINAG; y la relación entre soberanía alimentaria y educación nutricional, con la educación popular y los géneros. Cada capítulo del libro cierra con la sección “Para debatir en colectivo” y así poder valorar cuánto se ha aprendido sobre algo tan vital para el desarrollo social de un país, de un pueblo.

Prólogo



El fraile dominico, escritor y teólogo de la liberación, Carlos Alberto Libanio Christo, conocido como Frei Betto, nació en Belo Horizonte, Minas Gerais, el 25 de agosto de 1944. Es escritor y periodista, con estudios de antropología y filosofía, amigo de los pobres a los que ha dedicado su vida y un destacado luchador revolucionario, con una lealtad a Cuba y su Revolución demostrada en múltiples escenarios. Por su obra y vida ha recibido numerosos premios literarios, entre ellos, el José Martí, del que expresó: “Es un honor muy grande, que me hace sentir cubano de corazón”.

Preso en varias ocasiones por sus luchas contra la injusticia social y asesor de movimientos sociales como las Comunidades Eclesiales de Base y el Movimiento de Trabajadores Rurales sin Tierra, apoyó en cuerpo y alma las acciones del presidente Luiz Inácio Lula da Silva y, junto a él, coordinó la Movilización Social del Programa Hambre Cero en Brasil. Una frase que expresara con elocuencia le caracteriza: “La vida vale por el sentido que le imprimimos”.

Nuestro líder histórico, el siempre Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, cuando se refirió a Frei Betto, en el prólogo del libro sobre su biografía, lo definió así: “Un hombre sencillo, de habla pausada, modesto y humilde, entrañable intelectual y teólogo brasileño [...]”.

En la IV Conferencia Internacional Por el Equilibrio del Mundo, Frei Betto expresó: “[...] Es muy fácil derrotar un Gobierno, pero no se puede echar abajo a un pueblo”. Partiendo de esta premisa, Frei Betto, nuestro amigo, con su profundidad de pensamiento, vislumbró en la nueva Constitución de la República de Cuba, la responsabilidad asumida por el Estado para garantizar una alimentación sana y adecuada, pese al bloqueo económico, financiero y comercial impuesto por Estados Unidos. Ante ello, realizó, con la FAO, intercambios con las autoridades cubanas para asesorar un Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional (SAN), que permitiera al pueblo cubano continuar la gran obra de hacer de este un país próspero y sostenible.

Durante la construcción del Plan SAN en Cuba, estuvo compartiendo con todos los actores gubernamentales de diferentes entidades y sectores

de la economía de nuestro país, con los cuales realizó conversaciones, entrevistas, talleres y reuniones. Hay que destacar sus intercambios en los talleres con los representantes de las instituciones estatales y de la sociedad civil, compartiendo de forma humilde sus ideas. Se convirtió, junto a la gobernanza cubana y nuestro pueblo, en fiel colaborador de esta soberanía alimentaria que ya estamos instrumentando.

Escribió este libro: Cartilla popular del Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional de Cuba, pensando en el pueblo necesitado de comprensión sobre aspectos nuevos de este tema. En él explica el porqué de esta soberanía y la necesidad de conocimientos sobre la nutrición, enfocando hacia la niñez, la adolescencia y las mujeres, puntos neurálgicos en el quehacer de un país que quiere la soberanía alimentaria y un pueblo saludable.

Mediante la lectura de esta Cartilla identificamos el sello personal de Frei Betto, su lenguaje sencillo, elocuente, profundo y sensibilizado con la forma popular que nuestro pueblo utiliza para su comunicación personal.

En la Cartilla ha utilizado ilustraciones que, de manera jocosa, “a lo cubano”, muestran verdades que están muy acordes con el contenido y los objetivos del Plan.

Gracias, Frei Betto, por su apoyo, acompañamiento y permanente solidaridad.



Gustavo Rodríguez Rollero
*Ministro de la Agricultura
Coordinador del Plan de Soberanía Alimentaria
y Educación Nutricional de Cuba*

1 ¿Qué es la soberanía alimentaria?



n la cola del mercado:

Pedro se encuentra con Silvio:

—Compadre, ¿te fijaste en que la actual Constitución, aprobada en el referendo popular del 24 de febrero de 2019, establece que todo cubano y toda cubana tienen derecho a una alimentación sana y adecuada?

—Pedro, ¿te acuerdas de cuáles son los artículos que tocan ese tema?

—El artículo 77: “Todas las personas tienen derecho a la alimentación sana y adecuada. El Estado crea las condiciones para fortalecer la seguridad alimentaria de toda la población”. Y también el 78: “Todas las personas tienen derecho a consumir bienes y servicios de calidad y que no atenten contra la salud, y a acceder a información precisa y veraz sobre estos, así como a recibir un trato equitativo y digno de conformidad con la ley”.

—Sí, compadre, ahora me acuerdo de haber oído en la radio que el Gobierno designó en 2019 un equipo coordinado por el Ministerio de la Agricultura e integrado por veintidós ministerios y todas las entidades de producción e investigación, comercialización, la sociedad civil y la colaboración internacional para elaborar un Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional, llamado Plan SAN.

— Buena noticia, ¿no, Silvio?

— Y hay más: la elaboración del SAN contó con el acompañamiento de la FAO, que es la organización de la ONU para la Alimentación y la Agricultura.

— Es lo que yo siempre he sabido, compadre: Cuba da una alta prioridad a garantizar la alimentación de su población, superando y resistiendo las múltiples dificultades para llevar adelante nuestro sistema alimentario, frente a las restricciones económicas impuestas por Estados Unidos.

— Sí, hermano, son grandes los esfuerzos que realiza el pueblo, las entidades, los ministerios y el resto de los involucrados en la producción agropecuaria, para asegurar los alimentos de todo el país. Y el Plan SAN no es como la invención del agua tibia. Desde la victoria de 1959 se han creado formas de organización del consumo alimentario, como la distribución normada, la comercialización estatal, las políticas de asistencia social, la salud pública y la educación. Forma parte de la naturaleza misma de nuestro sistema, garantizar una alimentación de calidad.

— Silvio, ¿y para qué sirve el alimento?

— Oye, uno diría que la respuesta es lógica: para alimentarse, para nutrirse, para la salud, para vivir, para celebrar. ¿Sí? ¡Pues, no! El alimento en algunas sociedades sirve para obtener ganancias, generar lucro, acumular riqueza personal en detrimento del bien común de la colectividad. Es parte de una lógica del sistema de especulación rentista. Poco importan el medio ambiente y la salud de las personas.

Definición de soberanía alimentaria

Capacidad de la nación para producir alimentos de forma sostenible y dar acceso a toda la población a una alimentación suficiente, diversa, balanceada, sana e inocua, reduciendo la dependencia de medios e insumos externos, con respeto a la diversidad cultural y la responsabilidad ambiental.

Otra definición de soberanía alimentaria

Capacidad de cada pueblo para definir sus políticas agrarias y alimentarias de acuerdo con objetivos de desarrollo sostenible y seguridad alimentaria. (Concepto introducido en 1996 por Vía Campesina en Roma, con motivo de la Cumbre Mundial de la Alimentación de la FAO.)

La soberanía alimentaria:

- Incentiva una responsabilidad y un compromiso social mayores.
- Considera que la comida es más que una mercancía.
- Privilegia una agricultura ambientalmente responsable.
- Asume un enfoque de equidad de género y generacional.
- Favorece la gobernanza local de la alimentación.
- Promueve cadenas locales de valor.
- Promueve la articulación-concertación local de actores.
- Promueve la soberanía tecnológica.

- Optimiza el aprovechamiento de las potencialidades locales.
- Reduce la dependencia externa.
- Promueve la innovación tecnológica contextualizada.
- Valora los saberes y la cultura agraria locales.
- Emplea fuentes renovables de energía.

Nota importante

Para la Revolución Cubana, el alimento NO es una mercancía. El alimento es sagrado, un derecho de todos, expresamente establecido en la Constitución y parte de la política de Estado desde el inicio de la Revolución.

En Cuba, el alimento cosechado en la tierra, obtenido en el mar y los ríos, o incluso importado, es primero para el sistema de protección social, para los niños y las niñas en las escuelas, los hospitales, los círculos infantiles, las casas de abuelos, etc. Esa es una política pública del Estado que trasciende al Gobierno; es una conquista y un derecho de la sociedad cubana.

Por eso el sistema alimentario cubano está buscando la participación popular y empoderando a la gobernanza local, tratando siempre de cumplir con los compromisos del balance nacional para la producción de sus propios alimentos, con precios topados (regulados) o no, con o sin subsidios, y así garantizar a todas y todos, el acceso a los alimentos y su disponibilidad.

Lo que Cuba entiende por soberanía alimentaria

Durante el proceso de construcción del Plan SAN, quienes representan todos los sectores del país, se reunieron y en sus debates acordaron:

“Entendemos por soberanía alimentaria la capacidad de la nación para producir alimentos de forma sostenible y dar acceso a toda la población a una alimentación suficiente, diversa, balanceada, nutritiva, inocua y saludable, reduciendo la dependencia de medios e insumos externos, con respeto a la diversidad cultural y responsabilidad ambiental”.

Para eso es necesario:

- Trabajo fuerte de ciencia e innovación que revierta las condiciones agroclimáticas y permitan al país alcanzar una elevada eficiencia productiva.
- Voluntad política que impulse el desarrollo agrario del país, priorizando la alimentación de la población.
- Potencial científico-técnico para el desarrollo agrario del país, sobre la base de la conservación y el uso de los recursos naturales, las tecnologías propias, la biodiversidad y la diversificación productiva.
- Un sistema educativo en todos los niveles, así como avances en la comunicación institucional y la informatización.



- Respeto a la cultura, las tradiciones alimentarias y los intereses nacionales en un marco de colaboración e intercambio justo.

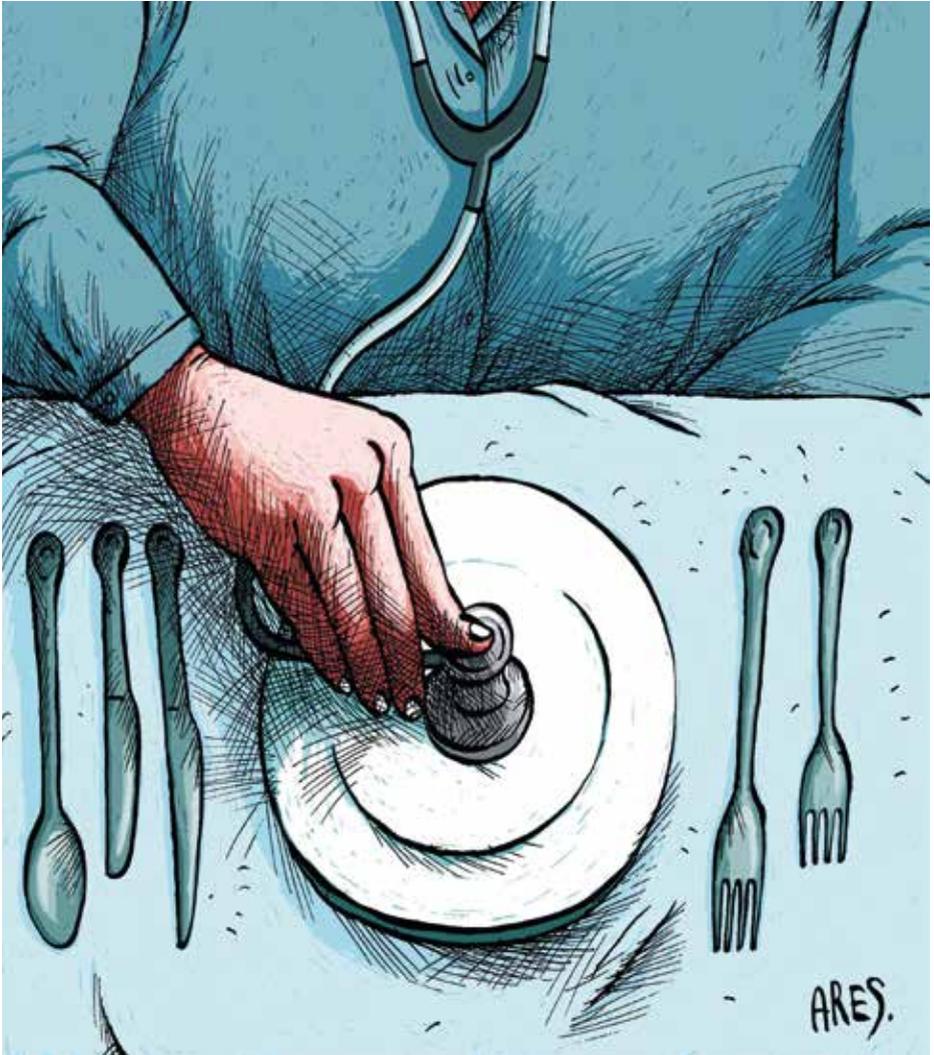
La participación de la familia en los procesos productivos es base esencial para lograr la soberanía alimentaria de la población.

Conoce más sobre qué es la soberanía alimentaria

Cuando todas las personas en todo momento tienen acceso físico y económico a suficiente alimento, seguro y nutritivo, para satisfacer sus necesidades y preferencias alimentarias, con el objetivo de llevar una vida activa y sana. (Cumbre Mundial de la Alimentación, 1996.)

Para debatir en colectivo

1. ¿Quién de nosotros sabe lo que dice la nueva Constitución acerca de la seguridad alimentaria?
2. ¿Cuáles son los avances que ha traído la Revolución en cuanto a la cuestión alimentaria en Cuba?
3. ¿Cuáles son las fallas que se deben erradicar?
4. ¿En Cuba hay hambre como en otros países? ¿Por qué?
5. ¿Nuestro sistema sobre la producción y la distribución de alimentos es bueno o malo?



2 Construcción del Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional



Sabías?

Para elaborar el Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional (SAN) se identificó, como antecedente, que a lo largo de la vida agraria del país existen múltiples experiencias, planes, programas, proyectos, numerosas tareas y actividades orientadas por el Estado y el Gobierno realizadas por aquellos sectores vinculados de una u otra forma a: producción, transformación, comercialización, consumo de alimentos y salud de la población. Además, son importantes los siguientes documentos:

- Nueva Constitución de la República de Cuba.
- Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución para el período 2016-2021.
- Conceptualización del Modelo Económico y Social Cubano de Desarrollo Socialista.
- Bases del Plan Nacional de Desarrollo Económico y Social hasta 2030.
- Objetivos de Desarrollo Sostenible.
- Aspectos Básicos y Gestión Estratégica para la Construcción Colectiva de Seguridad Alimentaria a Nivel Local. “Proyecto Palma”.

- Estudio de los Factores Críticos que Inciden en el Ciclo de la Sostenibilidad Alimentaria en Cuba. “Proyecto Palma”.
- Marco de Asistencia de las Naciones Unidas para el Desarrollo (MANUD) en Cuba 2020-2024.
- Plan de Estado para el Enfrentamiento al Cambio Climático. “Tarea Vida”.
- Política del Plan de Autoabastecimiento Alimentario Municipal (PAM) del MINAG.
- Políticas aprobadas en el sector alimentario.
- Elaboración por la FAO de un diagnóstico para la construcción del Plan SAN.
- Programa para la Agricultura Urbana Suburbana y Familiar.
- Estrategia de Género del MINAG y otros documentos elaborados sobre el tema.
- Leyes de seguridad y soberanía alimentaria vigentes en diferentes países, entre otros documentos.

Historia del Plan SAN

El Plan SAN tuvo su inicio el 14 de marzo de 2019, cuando se llevó a cabo una primera reunión con viceministros sobre la creación de un Plan SAN en Cuba. La reunión fue convocada por el Ministerio de Comercio Exterior e Inversión Extranjera (MINCEX) y siempre estuvo presente una fiel colaboradora: la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), y un buen aliado: OXFAM.

El 19 de septiembre de 2019 se llevó a cabo un segundo encuentro para el seguimiento al Plan de Seguridad Alimentaria y Educación Nutricional de Cuba. Esa reunión fue convocada por el MINCEX, acompañado de la FAO y el Ministerio de Agricultura (MINAG), que asumió la dirección del proceso.

En esta segunda reunión se acordó cambiar el nombre de Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Educación Nutricional en Cuba por el de Plan Nacional de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional en Cuba, y se propuso la constitución de grupos de trabajo: el Grupo Intersectorial (GI), que conduce el proceso; y el Grupo Técnico Interdisciplinario (GTI), que desarrollaría con personas expertas el diagnóstico y la propuesta del Plan SAN y que se dividiría, a su vez, en subgrupos de trabajo por temas estratégicos.

A continuación, se programaron tres talleres para la elaboración del Plan SAN, con el fin de presentarlo posteriormente al Consejo de Estado y al Gobierno:

- 9 de noviembre de 2019: realización de un análisis del contexto, así como construcción de una visión compartida de futuro del SAN en Cuba.
- 3 de diciembre de 2019: desarrollo de un diagnóstico general del SAN en el país y detección de problemas específicos para cada tema estratégico del Plan.
- 5 al 7 de febrero de 2020: tercer y último taller para la elaboración de la propuesta del Plan SAN, así como de la estructura intersectorial de su coordinación y seguimiento.



Fueron invitados a participar en todo el proceso:

- Grupo Intersectorial (MINCEX, MINREX, MFP, MINED, MICONS, MITRANS, CITMA, MINJUS, MINCIN, MINCULT, MINCOM, MINSAP, MEP, MINAG, MTSS, MINTUR, MINAL, MINDUS Y MINEM, MININT, MINFAR, MES y Banco Nacional de Cuba).
- Asamblea Nacional del Poder Popular.
- Instituciones académicas y de investigación.
- Asociaciones de la sociedad civil.
- Delegación de la Unión Europea, del sistema de las Naciones Unidas y actores de la cooperación internacional.
- Representantes de cooperativas y del sector no estatal.

(Acompañamiento técnico y facilitación: FAO y OXFAM Cuba)

Nota importante

El proceso de elaboración del Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional (Plan SAN) se ha distinguido no solo por su carácter participativo e intersectorial, sino porque, a partir de la visión del Gobierno y el Estado, busca tener un sustento real en la capacidad de movilización de recursos y alianzas para que pueda llevarse a cabo de manera exitosa.

Por sus alcances y dimensiones como plan de Estado que busca atender un tema de mucha trascendencia para el bienestar del pueblo cubano, ha generado gran interés y expectativas por parte de los aliados de la cooperación internacional para el desarrollo de Cuba y de las agencias del sistema de las Naciones Unidas.

Para debatir en colectivo

1. ¿Alguien presente participa o participó en el proceso de construcción del Plan SAN?
2. ¿Qué es el desarrollo sostenible?
3. ¿Qué hacemos en nuestro municipio, región o barrio en pro de la soberanía alimentaria?
4. Señala algunos valores de la alimentación y los saberes acerca de esta, presentes en nuestra localidad.

3 Para conquistar la soberanía alimentaria



a soberanía alimentaria favorece el acceso físico y económico a alimentos inocuos y nutritivos suficientes, para satisfacer las necesidades y preferencias de toda la población.

La soberanía alimentaria depende de:

- La disponibilidad física y diversa de los alimentos (uso de la tierra, pesca, incentivos a la producción, etcétera).
- La estabilidad de las condiciones (clima, reducción del riesgo de desastres, respuesta a desastres, etcétera).
- El acceso económico y físico a los alimentos (protección social y categorías vulnerables, etcétera).
- La utilización de los alimentos (salud, educación, inocuidad, educación física, promoción de una alimentación sana, etcétera).

La paradoja cubana

Es una paradoja: por un lado, en Cuba no hay hambre, hambruna, hambrientos. Por otro, la situación es muy distinta a la de otros países, en los que es el mercado quien determina la oferta, el consumo y el precio de los alimentos.

También es una paradoja que no haya hambruna, hambrientos, y que se importe gran parte de los alimentos, por un valor anual de 2 mil millones de dólares.

A la luz del concepto de seguridad alimentaria no hay ningún problema.



Preguntémosle a una persona con hambre: “¿Usted, quiere comer comida importada o simplemente quiere comer?”. La respuesta es obvia. Todo el mundo quiere comer, sin importar el lugar donde se produzca el alimento.

Cuando hablamos de la soberanía alimentaria, la situación cambia sustancialmente. Un pueblo debe ser capaz de producir la mayor parte de sus alimentos en su territorio con los insumos locales, en armonía con el medio ambiente, a partir de su cultura alimentaria.

El modelo cubano de abastecimiento forma parte de un contexto histórico de resistencia ante las adversidades económicas, sociales y ambientales.

Por otro lado, las mejores experiencias de seguridad y soberanía alimentarias se encuentran a nivel local, a partir de las coordinaciones, la producción, los insumos y el consumo cultural en cada territorio. Esas experiencias se basan en relaciones de producción más horizontales y autónomas.

Por eso es que el Plan SAN es un plan para los territorios.

Nota importante

En la mayor parte del mundo, el precio de los alimentos y su producción son regulados, determinados por la oferta y la demanda, o sea, por el mercado.

El mercado no es un ser abstracto sin rostro o identidad, como muchos creen. De esa creencia se derivan expresiones como “el mercado está nervioso”, “el mercado está agitado o inseguro”. El mercado son las grandes empresas transnacionales del sistema alimentario mundial. Son verdaderas industrias del campo que mezclan el rentismo del sistema financiero y la producción de *commodities*.

Las *commodities* son alimentos producidos en gran escala para la exportación.

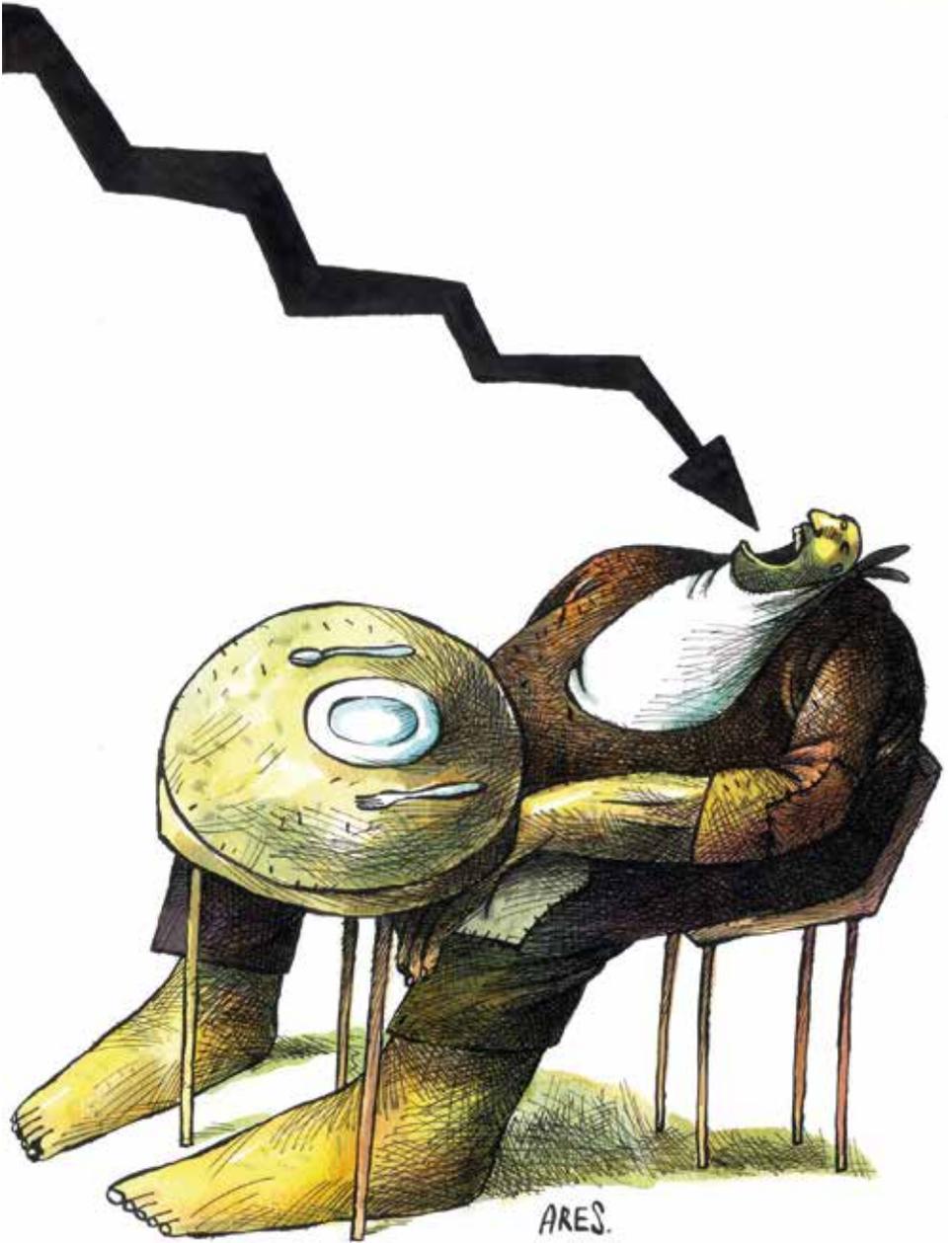
Desde los primeros tiempos, los seres humanos han creado una diversidad infinita de recetas, platos, hábitos alimentarios, vinculados a su espacio físico, sus características culturales, su manera de vivir y percibir el mundo. En todas partes hay decenas, centenares, millares de platos y recetas.

Con las *commodities*, las grandes empresas transnacionales dedicadas a la producción y el procesamiento de alimentos —que no pasan de seis en todo el mundo— han reducido esa multiplicidad a pocos productos básicos como base de nuestra “diversidad alimentaria”, echando a un lado nuestra cultura y los hábitos alimentarios de las distintas generaciones.

Los programas sociales y su importancia para combatir el hambre

En nuestra región, la América Latina y el Caribe, las cifras y la realidad del hambre son implacables.

- El hambre afecta a 47,7 millones de latinoamericanos, el 7,5% de la población.
- La población afectada por inseguridad alimentaria ha seguido aumentando en América Latina durante los últimos 5 años. En 2019, casi un tercio de la población, o sea, 191 millones de personas, se vieron afectadas por inseguridad alimentaria moderada o grave, es decir, se quedaron sin alimentos, pasaron hambre o estuvieron más de un día sin comer. Además, cerca de 5 millones



de niños sufren de desnutrición. Esto se vio agravado por la pandemia de la COVID-19, cuyas consecuencias ya están repercutiendo en la alimentación y nutrición, especialmente de la población más vulnerable.

- El confinamiento consecuencia de la COVID-19 ha causado la reducción de la actividad económica y ha afectado los ingresos en los hogares de una región, cuya pobreza extrema ya había aumentado de 46 millones en 2014 a 63 millones en 2018, y que ahora se estima que se incremente en alrededor de 28,5 millones más.

(Datos tomados de: *Estado de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en el Mundo, 2020*; *Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en América Latina y el Caribe, 2020*; y CEPAL.)

¿Sabes lo que es la desnutrición?

La malnutrición abarca desde la desnutrición crónica hasta el sobrepeso y la obesidad. Afecta a las poblaciones a lo largo del ciclo de vida, desde su concepción y durante la infancia hasta la adolescencia, la edad adulta y la vejez. La malnutrición puede ser reflejo de carencias de macronutrientes (carbohidratos, grasas o proteínas) o micronutrientes (vitaminas y minerales). Puede ser aguda —debido a una crisis súbita en cuanto al acceso a los alimentos, la ingestión insuficiente de nutrientes o las infecciones— o crónica, con la consiguiente acumulación de efectos nocivos durante períodos de tiempo prolongados.

Las personas que nacen desnutridas ven comprometidas sus capacidades cognitivas, sensoriales y motoras, y la situación se vuelve irreversible después de los 2 años de edad: son individuos condenados de por vida. Para ellos, las niñas y los niños que han nacido desnutridos, hay un mundo subterráneo que jamás les permitirá llegar a una universidad; ser un médico, una profesora, un ciudadano. Su destino está marcado: es el mundo del trabajo duro, pesado, hasta llegar a los 40 años con el aspecto de una persona de 70 años.

Esa es la realidad.

En Cuba, Fidel Castro acuñó la siguiente expresión en un discurso: *“En el mundo millares de niñas y niños aún padecen de hambre, ¡ninguno, ninguna es cubano!”*.

Para debatir en colectivo

1. ¿Cómo incide el clima en la alimentación de los cubanos?
2. ¿Conservamos y utilizamos bien nuestros recursos naturales?
3. ¿En nuestras escuelas se abordan los temas de la soberanía alimentaria y la educación nutricional?
4. ¿En nuestro país los alimentos tienen valor de uso o valor de cambio?
¿Cuál es la diferencia?
5. ¿Cómo participan nuestras familias en la conquista de la soberanía alimentaria?



4 Objetivos de la soberanía alimentaria en Cuba



Acceso y disponibilidad

La FAO define así la disponibilidad y el acceso a los alimentos, dos dimensiones presentes en el concepto de soberanía alimentaria y nutricional:

Disponibilidad de alimentos: *La existencia de cantidades suficientes de alimentos de calidad adecuada, procedentes de la producción del país o de la importación (incluida la ayuda alimentaria). La dimensión de disponibilidad no solo se refiere a la cantidad, sino también a la calidad y a la diversidad de los alimentos.*

En Cuba, la disponibilidad se ve afectada por las restricciones económicas, comerciales y financieras impuestas por Estados Unidos, que limitan acceder a financiamiento externo, adquisición de tecnologías, insumos y medios agrícolas, y la realización de intercambios académicos, lo que ha provocado dificultades en el incremento de la producción, productividad y eficiencia de la producción, y transformación de alimentos.

También hay que tener en cuenta que todo esto está agravado por el impacto de eventos hidrometeorológicos extremos y la degradación progresiva de los recursos naturales como: suelo,

agua, biodiversidad, lo que ha conllevado que Cuba disponga cada año de 2 mil millones de dólares para la importación de alimentos.

Por otro lado, y para contrarrestar esta situación, se han diseñado numerosas políticas que contribuyen a garantizar la seguridad alimentaria de la población.

Acceso a los alimentos: *Acceso de las personas a los recursos adecuados (recursos a los que se tiene derecho) para adquirir alimentos apropiados y una alimentación nutritiva. Este derecho se define como el conjunto de todos los grupos de productos a los cuales una persona puede tener alcance en virtud de acuerdos jurídicos, políticos, económicos y sociales de la comunidad en que vive (incluidos los derechos tradicionales, como el acceso a los recursos colectivos). Por ello, las políticas para mejorar el acceso se enfocan en materia de gastos e ingresos y una mayor atención a los programas de lucha contra la pobreza (FAO, 2006).*

En este sentido, los alimentos pueden estar disponibles en los mercados y comercios de un país, una provincia o una ciudad, pero puede que las personas no logren acceder a ellos, porque no tienen los recursos para comprarlos, principalmente los financieros.

El acceso a los alimentos está relacionado con los ingresos de que dispone una persona o una familia y la forma en que estos se dividen entre sus necesidades. Por ejemplo, si una persona gana 100 pesos al mes y necesita pagar el alquiler de la casa, el agua, la energía eléctrica, el teléfono, la escuela de los niños, los alimentos, el transporte, entre otros, su acceso a los alimentos se verá limitado por la cantidad de gastos que debe realizar a lo largo del mes.

En Cuba las personas tienen la salud y la educación gratuitas, y no tienen que gastar una cantidad significativa de dinero en pagar la vivienda, el transporte, el agua, por lo que pueden disponer de algunos ingresos para acceder a determinados alimentos complementarios en el mercado.

Temas estratégicos

Después de las reuniones y los talleres que tuvo el Grupo Intersectorial y las consultas con muchos especialistas, basados en los documentos programáticos de Cuba para su desarrollo a corto y largo plazos (Actividades estratégicas 2019-2021; el plan Nacional de Desarrollo hasta 2030; y Prioridades del Plan de la Economía para 2019 del MEP), con el acompañamiento metodológico de la FAO, se proponen cuatro temas estratégicos que han sido identificados para el Plan SAN de Cuba.

- **Tema 1:** trata sobre la disminución de la dependencia de las importaciones de alimentos e insumos.
- **Tema 2:** se trata de la garantía de la calidad e inocuidad y disminución de las pérdidas y los desperdicios de alimentos.
- **Tema 3:** se dirige hacia la consolidación de sistemas alimentarios locales.
- **Tema 4:** procura la movilización de sistemas educacionales, de la cultura y de la comunicación para fortalecer la educación alimentaria y nutricional.

Pero también se han propuesto como temas transversales el enfoque de género y generacional.

¿Sabías?

En los últimos años se introdujeron importantes actualizaciones para mejorar la soberanía alimentaria de Cuba, entre ellas:

- Adopción de la Nueva Constitución en 2019.
- Implementación progresiva de un Programa de Autoabastecimiento Alimentario Municipal.
- Actualización de la política de pesca, incluida la acuicultura (reproducción de especies vegetales y animales acuáticas).
- Adopción de la política de inocuidad de los alimentos.
- Adopción de la política de la industria alimentaria.
- Implementación del plan “Tarea Vida” de enfrentamiento al cambio climático.
- Puesta en práctica de la estrategia de género del sistema cubano de la agricultura.
- Aprobación, el mismo día que el Plan SAN, de la política para impulsar el desarrollo territorial (PIDT).

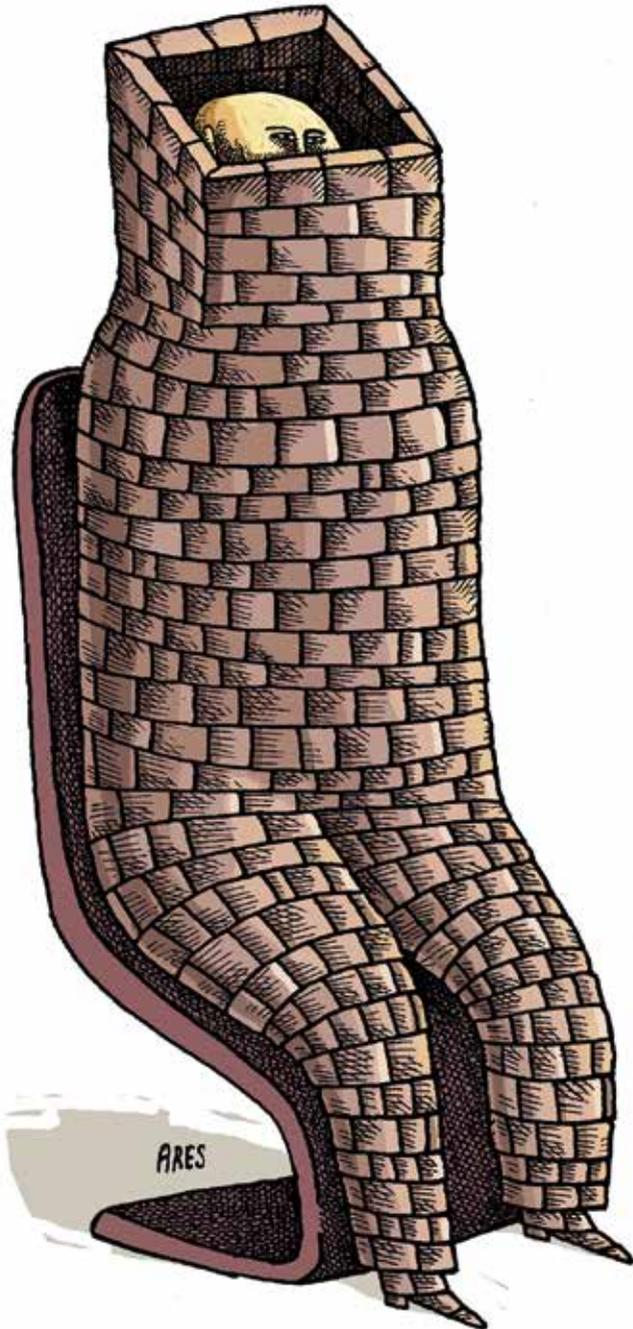
¿Por qué el Plan SAN en Cuba?

A pesar de todos los esfuerzos y de la prioridad del país en materia alimentaria, la realidad impone por lo menos cuatro grandes desafíos:

- El primero: importamos 2 mil millones de dólares de alimentos al año, y como promedio, dependiendo del rubro o el producto, del 70% al 80% de todo lo que consumimos.
- El segundo: tenemos las restricciones climáticas inherentes a un archipiélago: huracanes, sequía y tornados, principalmente.
- El tercero: el bloqueo económico, financiero y comercial impuesto por Estados Unidos, no permite importar la mayor parte de insumos, maquinarias y tecnologías agrícolas.
- El cuarto: la posibilidad de incrementar las capacidades potenciales en el uso de la tierra y las fuerzas productivas a nivel local.

Plan SAN, un plan de planificación y gestión integrada

La primera dimensión que se debe considerar es que se trata de un plan de seguridad nacional intersectorial de planificación y gestión conjunta, con indicadores, metas, seguimiento, monitoreo y acompañamiento; un plan integrador, articulador y movilizador de nuestras potencialidades, del conocimiento científico y práctico de las comunidades campesinas, las cooperativas, las empresas pecuarias y agrícolas, las universidades, el sector público, las empresas estatales de producción, el sector no estatal, las PYMES y, la cooperación internacional, un plan sombrilla que cubre todas las proyecciones de Cuba.



Plan que contribuye al desarrollo local

La segunda consiste en que es un plan territorial que contribuye al desarrollo local, en el marco de la descentralización constitucional y del empoderamiento del pueblo en sus municipios, comunidades, territorios, en armonía con sus representaciones de participación social y política, delegados y delegadas, intendentes, gobernadores y gobernadoras.

Es un Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional local, con organización local, insumos de producción y comercialización locales en las dimensiones de sistemas alimentarios, del cuidado de la tierra, el agua, la naturaleza, pasando por las diversas formas de producción amigables con el medio ambiente y la nutrición. Esa organización local se propone mediante sistemas alimentarios locales soberanos y sostenibles.

¿Qué son estos sistemas?

Como sistemas al fin se relacionan todos los sectores que tienen que ver con la obtención de alimentos.

Decimos que son soberanos, porque movilizan todos los recursos e insumos propios para disminuir las importaciones, ya sean del exterior o de otros territorios, en aras de garantizar una alimentación sana y nutritiva a la población y son sostenibles, porque toda su gestión perdura en el tiempo y se adapta a los cambios.

La tercera, es que se trata de un plan orientador, articulador de acciones y recursos para un mismo fin en el marco de las directrices programáticas del Partido, el Gobierno y la nueva Constitución.

¿Por qué cuatro temas estratégicos y dos transversales, y cómo fueron seleccionados?

Hay un dicho popular que afirma que nuestra tendencia en materia de priorización es siempre pecar por exceso en vez de pecar por defecto, o sea, es mejor que sobre y no que falte.

Por tanto, los veintidós ministerios, los grupos empresariales, las entidades de investigación y de educación, la sociedad civil y las organizaciones de la colaboración internacional que participaron en el ejercicio de priorización, establecieron criterios acerca de puntos focales. De no ser así, serían temas de cada ministerio y no temas comunes. También identificaron veintiuna tareas y veinticinco indicadores para medir el impacto.

El primer criterio es que el tema tenía que ser transversal, intersectorial o, mejor dicho, que involucrara a más de un ministerio o área del conocimiento para enfrentarlo.

El ejemplo fue el tema de los alimentos sanos y las pérdidas y los desperdicios. Naturalmente, se identificó que ese tema involucra a cuatro áreas. Por ejemplo, el área de la salud, que es responsable de comprobar que los establecimientos comerciales cumplan con las normas sanitarias.

El segundo criterio es el de prioridad o impacto, necesidad, relevancia. Por ejemplo, con la escasez de divisas del país para el abastecimiento de productos y

para la compra de combustibles, es urgente enfrentar el tema de disminuir los 2 mil millones de importaciones anuales.

Podríamos preguntar por qué entre las prioridades no se consideró el tema ambiental como otro de los relevantes. La respuesta es que el tema ambiental ya está amparado en el marco del plan “Tarea Vida”.

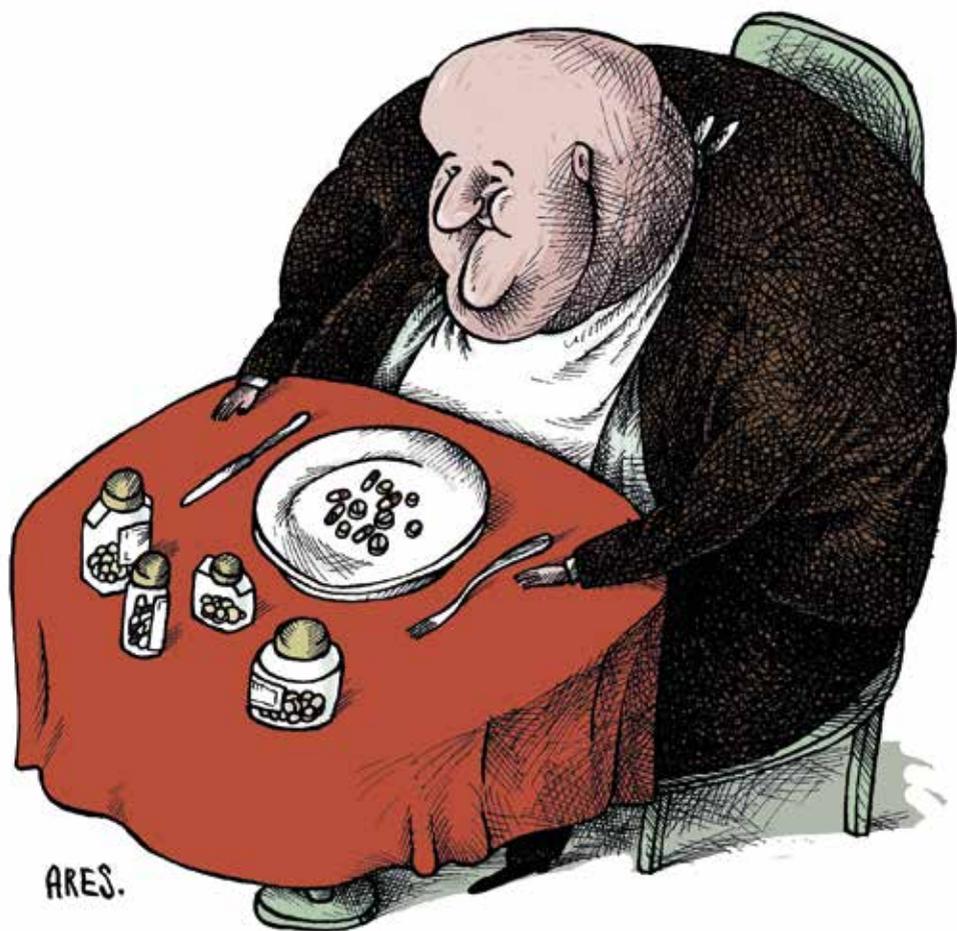
Otro criterio importante es el del impacto medible, medible. Los temas deben tener una matriz de seguimiento, y un monitoreo de metas y resultados palpables y cuantificables mes por mes, y los planes deben dialogar y articularse en los territorios.

O sea, los ministerios hicieron un gran esfuerzo por identificar temas relevantes que involucran a más de uno de ellos, que son medibles mediante indicadores, y que pueden ser monitoreados y tener seguimiento.

Para debatir en colectivo

1. ¿Qué alimentos produce Cuba que podrían sustituir nuestras importaciones de alimentos?
2. ¿Cuáles son los grupos vulnerables en nuestro territorio?
3. ¿Los cubanos y las cubanas solemos desperdiciar alimentos? Comenta.
4. ¿Cómo ha contribuido nuestro territorio al autoabastecimiento local?





5 Puntos débiles que se deben superar



Nota importante

Como el Estado cubano considera que la soberanía alimentaria tiene alta prioridad para su pueblo, un conjunto de acciones de protección social permitió que desde el año 2000 Cuba alcanzara la meta de reducir a la mitad —entre 1990 y 2015— la proporción de cubanos que padecen “hambre” y lograra cumplir el número 2 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la ONU, con la eliminación del hambre. Vale aclarar que en Cuba no hay hambre propiamente dicha, sino situaciones específicas —puntuales, temporales y locales de grupos etarios y espacios geográficos determinados—, en las que la población resulta afectada por la carencia de micronutrientes, como:

- Deficiencia de hierro y presencia de anemia.
- Deficiencia de vitamina A.
- Consumo insuficiente de vitaminas del complejo B.

No obstante, la desnutrición de la población infantil hasta 5 años de edad sigue sin constituir un problema de salud pública en Cuba, al disminuir la prevalencia de:

- Emaciación (peso/talla) o desnutrición aguda grave, de 2,3% en 2012 a 1,1% en 2018.
- Retardo del crecimiento (talla para la edad), de 7,8% en 2012 a 5,7% en 2018.

- Prevalencia de insuficiencia ponderal moderada y grave (peso/edad) o desnutrición global, de 4,6% en 2012 a 2,4% en 2018 (UNICEF, 2019).

También se ha notado cada vez más, en algunas personas o grupos de personas, cómo la alimentación poco equilibrada genera una tendencia ascendente a la obesidad, el sobrepeso, la diabetes, la hipertensión arterial y enfermedades cardiovasculares, etc., lo que repercute sobre la población activamente productiva. Los padecimientos vinculados a los hábitos alimentarios figuran entre las primeras causas de muerte en Cuba.

Durante una reunión en el barrio:

—Miguel, mi abuelo decía que antes de 1959 en Cuba había hambre. Pero la Revolución ha obtenido conquistas admirables al garantizarle a toda la población del país el acceso a la alimentación, con prioridad para los grupos más vulnerables, como niños y niñas, y personas ancianas y enfermas. Afortunadamente, en nuestro país la alimentación no se considera una mercancía. En otros países, quien puede comprar, come; quien no puede, pasa hambre.

—Homero, el otro día conversé con un grupo de turistas y me preguntaron si aquí había hambre. Les expliqué que en Cuba la alimentación es un derecho del ciudadano y la ciudadana, garantizado por políticas públicas y estatales. Aquí el Estado invierte en políticas sociales. En 2019, la Revolución destinó el 60% del presupuesto del Estado a políticas sociales. No se consideran un gasto, sino una inversión.

Para debatir en colectivo

1. ¿En nuestro territorio hay carencia de nutrientes? Comenta.
2. ¿El sobrepeso es una amenaza entre nosotros? ¿Por qué?
3. En tu opinión, ¿cuáles son las principales causas de enfermedades en Cuba?
4. ¿Concuerdas con la idea de que el Gobierno cubano prioriza la alimentación de la población?

6 Cuatro actividades estratégicas



En el parque:

María de los Ángeles se encuentra con su amiga Carmen:

—Carmen, el otro día me dijiste que el Gobierno cubano definió seis actividades estratégicas en las que concentrar los esfuerzos durante el período 2019-2021. ¿Recuerdas cuáles son?

—Sí, María, son estas: 1) producción de alimentos; 2) turismo; 3) industria biotecnológica y farmacéutica; 4) servicios profesionales en el exterior; 5) sector electroenergético; y 6) construcción.

—Gracias, mi amiga. Voy a apuntarlas.

En la guagua:

María se encuentra con su amiga Rebeca camino al trabajo:

—Rebeca, ¿sabías que nuestro Gobierno definió para el período 2019-2021 seis actividades estratégicas en las que se deben concentrar los mayores esfuerzos del país?

—No lo sabía. ¿Y cuáles son esas seis actividades?

—Turismo, producción de alimentos, industria biotecnológica y farmacéutica, servicios profesionales en el exterior, sector electroenergético y construcción. Casi todas esas actividades



favorecen el Plan SAN. Ese es el caso de la producción de alimentos. En ese sentido, se debe buscar la sustitución de importaciones de alimentos y generar una base productiva nacional capaz de cubrir de forma creciente la demanda de alimentos del país.

—Sí, María, estoy consciente de que necesitamos lograr alimentos inocuos y de calidad, así como minimizar las pérdidas y los desperdicios de alimentos a lo largo de la cadena logística y productiva. ¿Pero cómo participa la actividad turística en ese proceso?

—Si alcanzamos una mayor producción nacional de alimentos de calidad e inocuos, que cumplan los estándares del turismo, eso le permitiría a ese sector, y en última instancia al país, incrementar la rentabilidad neta en divisas de la actividad y reducir la alta carga de los costos de importación necesarios para obtener sus ingresos. Los ingresos provenientes del turismo permitirían, a su vez, fortalecer la red pública de consumo social y atender con mejor calidad a los grupos vulnerables.

—Oí decir, mi amiga, que otra área estratégica que se busca apoyar de manera indirecta es la electroenergética. La introducción de prácticas agroecológicas contribuiría a implementar sistemas alternativos y complementarios de generación de electricidad, a partir de fuentes renovables, al reutilizar los desechos de las producciones agropecuarias para la generación de biocombustibles, que permitan incorporar fuentes renovables de energía (FRE) a la producción agrícola y, por tanto, aliviar la alta dependencia de combustibles fósiles del país y la carga en términos de importaciones que ello genera.

—En ese sentido, Rebeca, la distribución de alimentos puede contribuir a canalizar el efecto redistributivo de los ingresos presupuestarios para que rindan el máximo en su esfuerzo por combatir la desigualdad e impulsar aún más la equidad y la justicia social para todos y todas, inherente al sistema cubano.

Nota importante

La actividad prioritaria que busca la inocuidad de los alimentos y la reducción de las pérdidas y los desperdicios implica un cambio importante en la gestión, tanto de los alimentos como de todos los elementos de apoyo a lo largo de la cadena logística y productiva. Este cambio, en términos de gestión, sería fundamental para la búsqueda de mayor eficiencia y racionalidad en los sistemas productivos de alimentos en Cuba y un pilar fundamental para la sostenibilidad económica del país. La mayor calidad e inocuidad de los alimentos producidos nacionalmente tiene vínculos directos con el aumento de la calidad de vida de la población y es un aspecto clave para una vida más saludable.

Nota importante

Hay que incrementar el agroturismo, que incluye la oferta de servicios (restaurantes, hospedaje, deportes, recreación) y de productos (venta directa de alimentos y artesanía), el cual resulta un motor muy eficaz para el desarrollo territorial y



potencialmente ofrece dignas oportunidades de empleo en zonas con desventajas. El agroturismo todavía se aprovecha muy poco en Cuba.

Atención

Para implementar el Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional es preciso tener en cuenta que:

- Cuba es un país con restricciones económicas, financieras y comerciales impuestas por los Estados Unidos.
- Cuba es un país esencialmente agrícola, lo cual brinda muchas oportunidades que no se están empleando al máximo.
- Es necesario aprovechar más el potencial alimentario de nuestra flora y fauna, lo que aumentará la diversidad de los alimentos que consumimos, la educación nutricional y la cultura alimentaria. Ello impactará en una mejora de la salud de la población.
- Hay que procurar reducir al mínimo la importación de alimentos e insumos para su producción nacional.
- Hay que reducir también las pérdidas y los desperdicios de alimentos, estimados hoy entre el 15% y el 25%.

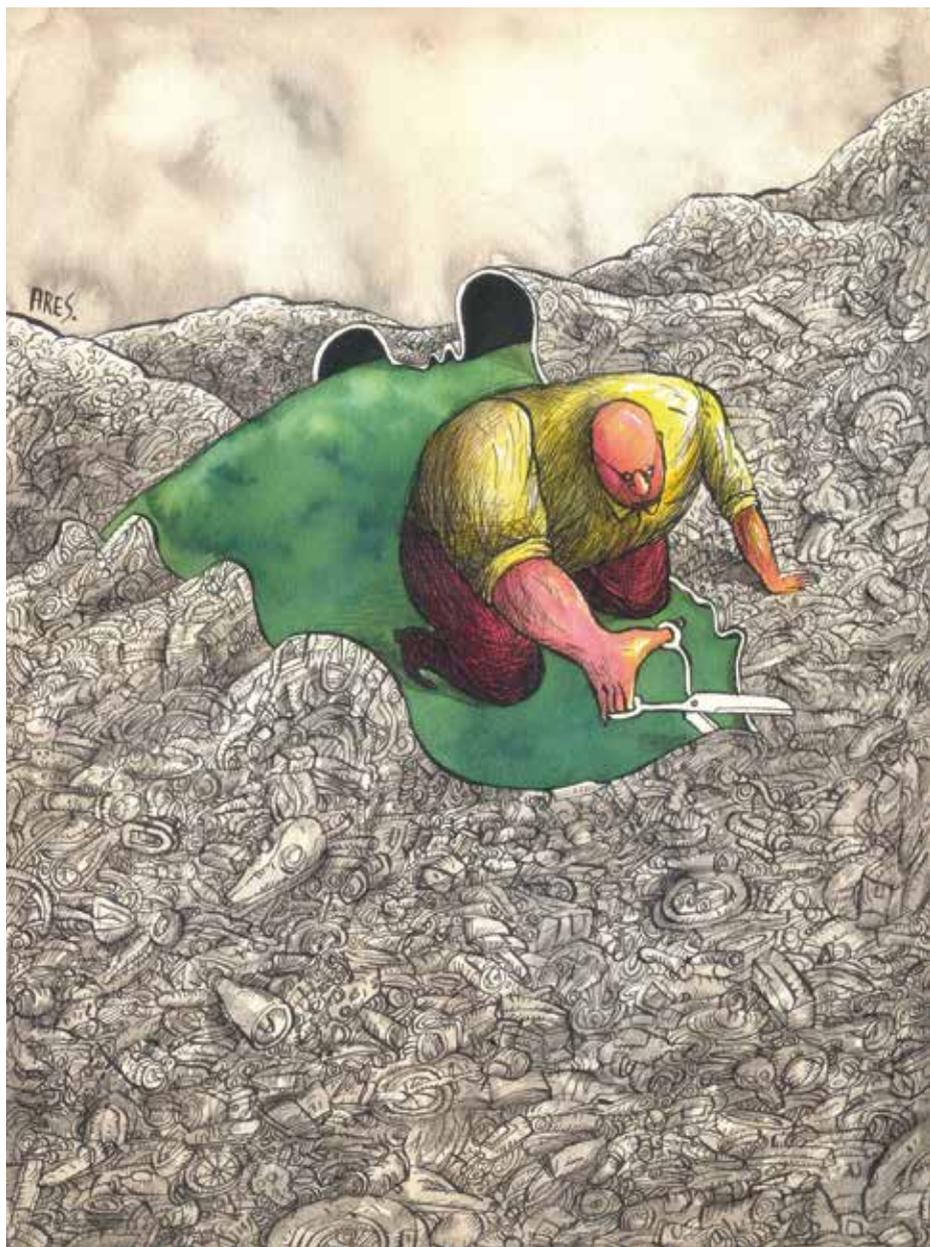
Temas estratégicos en el Plan SAN:

- Disminución de la dependencia de las importaciones de alimentos e insumos.
- Garantía de la inocuidad y disminución de las pérdidas y los desperdicios.
- Consolidación de sistemas alimentarios locales.
- Movilización de sistemas educacionales, de la cultura y de la comunicación, para fortalecer la educación alimentaria y nutricional.

Y como un aspecto de mucha importancia está incentivar la permanencia y el desarrollo de las personas en áreas rurales.

Para debatir en colectivo

1. De las seis actividades estratégicas definidas por el Gobierno, ¿cuáles se desarrollan en nuestro territorio?
2. ¿En nuestro territorio se practica el agroturismo? Comenta.
3. ¿Cómo mejorar la actividad agrícola en Cuba?
4. ¿Cómo evita tu familia el desperdicio de alimentos?



7 Para garantizar el éxito del Plan SAN



Para tener éxito, el Plan SAN tiene que lograr vencer algunos puntos débiles, como:

- Estimular el vínculo entre producción agrícola, medio ambiente y enfrentamiento al cambio climático, fortaleciendo, por ejemplo, el enfoque agroecológico, para que el desarrollo sea sostenible en un largo plazo.
- Optimizar el uso de los recursos del Estado para apoyar, de forma integral, las categorías más vulnerables a la inseguridad alimentaria.
- Transversalizar el tema de género en todas sus dimensiones.
- Evitar que las políticas relevantes para la SAN sigan dispersas en varias políticas rectoradas por diferentes instituciones y lograr acciones intersectoriales con la participación de muchos actores, diferentes instituciones públicas, la sociedad civil, las empresas y el sector productivo agropecuario y campesino.

¿Qué es la agroecología?

La agroecología es un conjunto de conocimientos, técnicas y relaciones de producción agrícolas, sin utilización de venenos y agroquímicos, que permite aumentar la productividad del trabajo y de la tierra, en equilibrio con la naturaleza. Para que la tierra y la agricultura cumplan su función histórica y logren producir alimentos sanos, sin agrotóxicos, es necesario difundir las prácticas, los saberes y las técnicas de la agroecología,

entre el campesinado, y quienes cultivan y producen en general. Para los expertos cubanos, la agroecología es una ciencia que estudia el funcionamiento de los agroecosistemas, desde el punto de vista de sus interrelaciones ecológicas, económicas y culturales, que provee principios para el diseño de sistemas alimentarios locales sostenibles, resilientes y soberanos; además, desde la práctica propone tecnologías y estrategias para la reconversión agroecológica, considerando la eficiencia productiva, económica, energética, ambiental y sociopolítica, para el logro de la Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional en Cuba.

¿Sabías?

El Gobierno cubano se ha propuesto como meta para el año 2030 alcanzar una participación de fuentes renovables de energía (FRE) en la generación eléctrica del 24% (actualmente es de alrededor del 5%).

La actividad agroalimentaria posee un enorme potencial para la generación de energía eléctrica, a partir de la utilización de la biomasa de residuos y productos de desecho.

También se deben difundir técnicas y modelos de producción de energía eléctrica en pequeña escala, con las diversas fuentes existentes en la naturaleza, que pueden satisfacer las necesidades de comunidades y poblados, como pequeñas hidroeléctricas, celdas fotovoltaicas para la energía solar, molinos de viento para generar energía eólica, biomasa, biodigestores y el movimiento de las olas del mar.

Avances de la Revolución

Entre las conquistas después de 1959 en el terreno alimentario podemos citar:

- Un sistema nacional de abastecimiento alimentario.
- Planes de desarrollo en cooperativas, municipios y provincias.
- Programa de autoabastecimiento alimentario municipal.
- Amplias capacidades técnicas: red de ciencia e innovación agroalimentaria, y producción y aplicación del conocimiento científico en el nivel territorial.

Palabras de Fidel

“[...] lograr el autoabastecimiento local, debido a que se trata de un asunto estratégico, del cual depende la soberanía alimentaria que debemos alcanzar”.

Para debatir en colectivo

1. En tu opinión, ¿cómo se relaciona la cuestión del género con el tema alimentario?
2. ¿Participamos en acciones intersectoriales? ¿Cuáles?
3. ¿Cuál es la relación entre el medio ambiente y la seguridad alimentaria?
4. ¿Qué hacen nuestras familias para economizar energía?



ARES.



8 Desafíos a la soberanía alimentaria en Cuba



Existen grandes desafíos, entre los que se destacan:

- Las limitaciones materiales impuestas por las restricciones económicas, comerciales y financieras impuestas por los Estados Unidos. (Se estima que el costo total para Cuba del bloqueo superó, entre abril de 2017 y marzo de 2018, los 4 mil 300 millones de dólares.)
- Los impactos del cambio climático, como como sequías, inundaciones y con mayor frecuencia e intensidad el azote de huracanes, entre otros.
- La necesidad de promover en el nivel territorial el desarrollo de la soberanía alimentaria y la educación nutricional.
- La incorporación y permanencia en las labores agrícolas de los recursos humanos, especialmente de los jóvenes

Superar las dificultades

Cuba necesita encontrar el camino para superar algunas dificultades:

- La importación del 60% al 65% de los alimentos que consumen los cubanos representa hoy un gasto de

alrededor de 2 mil millones de dólares al año. La industria procesadora produce unos 2 millones de toneladas de alimentos al año, cifra muy inferior a la demanda interna de la población. Eso presiona sobre la balanza comercial al demandar mayores importaciones de alimentos.

- Las tareas domésticas limitan el tiempo disponible de las mujeres para realizar actividades físicas. Eso contribuye a explicar el diferencial en sobrepeso y obesidad entre hombres y mujeres. Los hombres con sobrepeso representan un 30%; las mujeres, un 32%. Los hombres obesos: un 8%; las mujeres, un 15%. (Datos de 2013.)
- La degradación de los recursos naturales.
- El costo de la canasta alimentaria familiar garantizada por el Estado.

Clase en la universidad:

Jorge le pregunta al profesor Joel:

—¿Por qué Cuba es tan dependiente de la importación de alimentos?

—El principal factor es la insuficiente producción nacional de alimentos en cantidad, surtido y calidad suficientes, con inocuidad y estabilidad, y según las necesidades diferenciadas de género. También influye la deficiente comercialización y el sistema de precios.

El profesor Joel prosigue:

—Otros factores son el desabastecimiento estacional de los mercados de alimentos, debido a la escasa producción primaria en algunos meses del año; la limitada capacidad de almacenamiento, beneficio, transformación y conservación de los alimentos; las dificultades en la articulación de cadenas logísticas; y la variabilidad en las condiciones de importación de algunos alimentos.

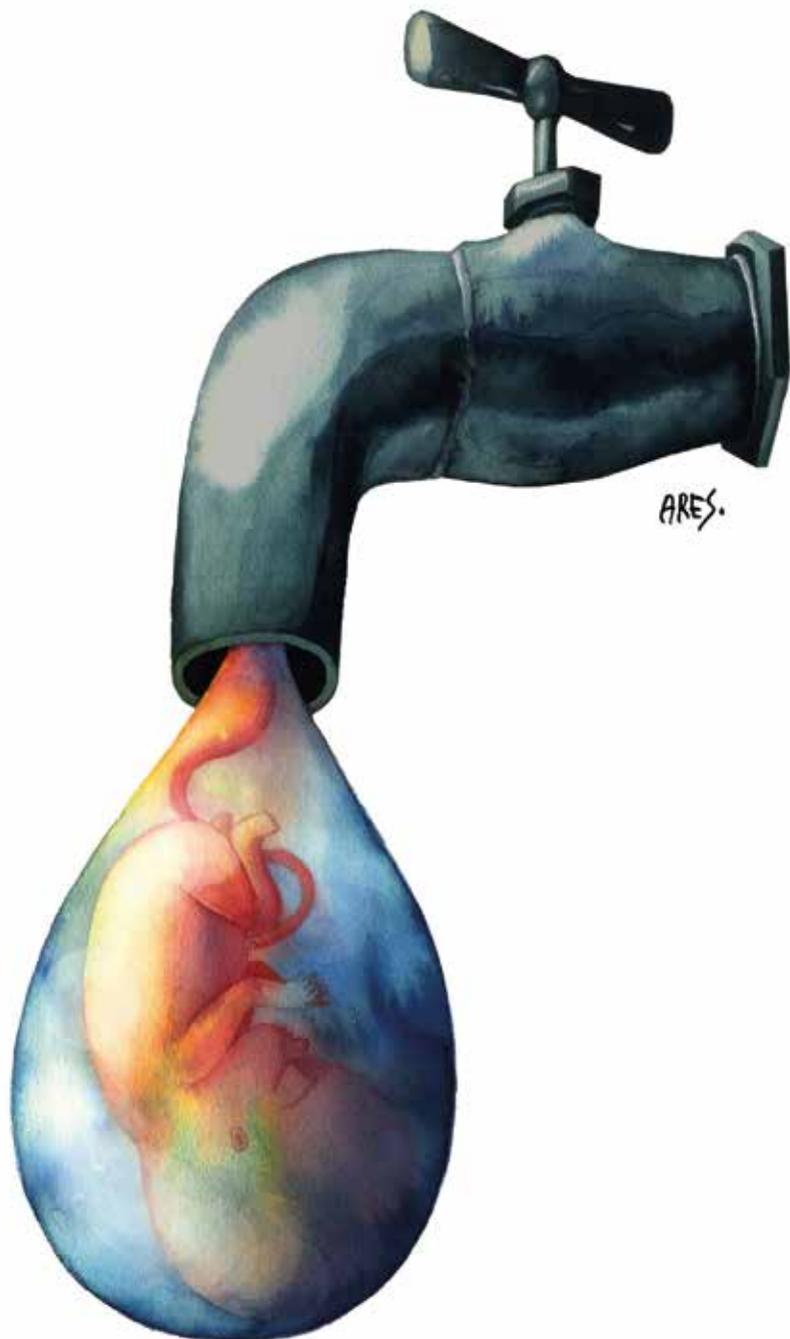
Jorge le responde:

—Entonces, profe, no estoy equivocado cuando afirmo que nuestra industria alimentaria se caracteriza por su atraso tecnológico, bajos niveles de mantenimiento, ineficiencia energética, insuficientes inversiones, problemas de calidad e inocuidad, déficit de financiamiento, concentración de los ingresos por exportaciones en pocos productos y falta de capacidad para procesar incrementos de las producciones agropecuarias.

—Pero otros factores se suman, estimado Jorge: acceso limitado a insumos, a tecnologías, a conocimiento y extensión para mejorar el aprovechamiento de las tecnologías accesibles y a créditos. A nivel macroeconómico, Cuba lucha con un desequilibrio en la balanza comercial que, junto con las limitaciones en el acceso al sistema financiero internacional, determinan una limitada capacidad de compra en el mercado internacional.

¿Sabías?

Cuba sufre una degradación progresiva de los recursos naturales para la producción de alimentos y posee 6,7 millones de hectáreas de superficie agraria. Según el Instituto de Suelos del MINAG, el 76,89% está afectado por uno o más factores que



limitan su productividad: erosión (43%); compactibilidad (14%); falta de materia orgánica (70%); salinidad (14%); baja retención de humedad (37%); baja fertilidad (45%); pedregosidad (12%); y drenaje deficiente (40%). Hay que añadir que el volumen de lluvia ha sido decreciente en la última década (2009-2019)

Otros factores son:

- La pérdida de biodiversidad, aun cuando el índice de cobertura forestal del país experimenta un aumento de 17 mil hectáreas por año.
- La alta dependencia del uso de energía proveniente de fuentes fósiles para la producción de alimentos.
- Las cuantiosas pérdidas por la ocurrencia de eventos climáticos, debido a la vulnerabilidad de Cuba al ser una isla, como sequías (2015-2017), huracanes (2016-2018) e inundaciones locales provocadas por tormentas tropicales.

¿Qué es la “Tarea Vida”?

Es el Plan de Estado para el enfrentamiento al cambio climático, una tarea de todos y todas. Dos de sus cinco estrategias se centran en la actividad agropecuaria, y programan su adaptación por medio de políticas y leyes sobre:

- El uso de la tierra y la conservación de los suelos.
- La mecanización, el riego y el drenaje.
- Las semillas y la fitogenética.
- El uso de bioproductos.
- La agroecología.

Para debatir en colectivo

1. ¿Qué sugerencias podemos dar para mejorar el abastecimiento alimentario en nuestro territorio?
2. ¿Cómo solucionar algunos de los problemas señalados en el diálogo entre Joel y Jorge?
3. ¿Cómo debemos enfrentar el cambio climático?
4. ¿Cuáles son las prioridades para asegurarle a la familia cubana una alimentación saludable?

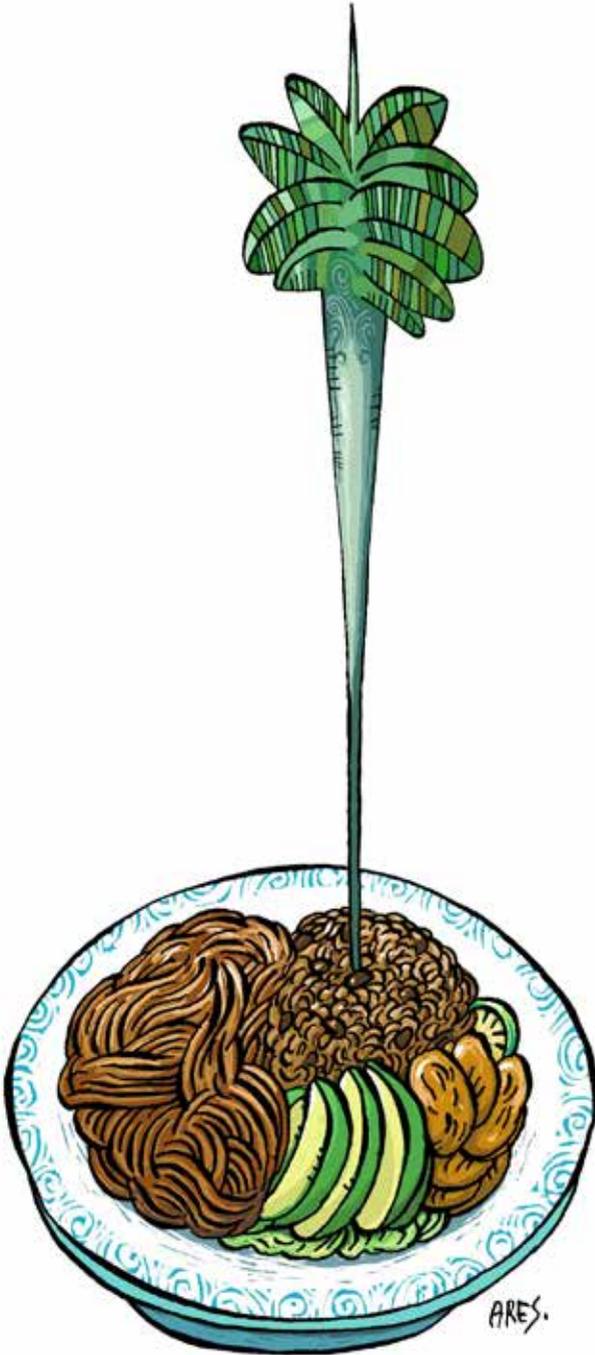
9 Conquistas alcanzadas por la Revolución



En Cuba, la Agricultura Urbana Suburbana y Familiar (AUSUF), constituye una actividad priorizada por los órganos de dirección del Gobierno. Es uno de los programas principales atendidos por el MINAG. Se trata de una agricultura de avanzada que persigue la utilización más racional del área y el máximo rendimiento en el tiempo, utilizando tecnologías agroecológicas y alcanzando la mayor sostenibilidad local.

La Agricultura Urbana Suburbana y Familiar tiene como objetivo central contribuir a una alimentación balanceada de la población, haciendo énfasis muy especialmente en la utilización por las familias productoras de tecnologías asequibles a estas, con las que puedan ser capaces de reproducir la mayor parte de sus insumos productivos (semillas, abonos orgánicos, manejo agroecológico de plagas, comercialización y otros).

Esta experiencia tiene 32 años de desarrollo y siempre ha contado con el apoyo del Gobierno. Está en concordancia con las prioridades establecidas en las Bases del PNDES hasta el año 2030, así como en la contribución a la implementación del Plan de Estado para el enfrentamiento al cambio climático. Responde a la política ambiental, contribuye al cumplimiento de los compromisos de Cuba relacionados con los Objetivos de



Desarrollo Sostenible y contempla los siete pilares de trabajo identificados en el Plan de Acción Mundial sobre el Decenio de la Agricultura Familiar 2019-2028.

¿Sabías?

En las 147 mil fincas de la agricultura suburbana, 2 millones 46 mil hectáreas han sido dedicadas a la producción de alimentos.

Una de las actividades con las que se fundó el Programa de Agricultura Urbana Suburbana y Familiar fue la de plantas medicinales y condimentos secos. Se cuenta con 142 fincas especializadas, comprometidas con la entrega de producciones de 42 especies solicitadas por la industria farmacéutica nacional.

Y hay 11 fincas especializadas en las montañas, las cuales aportan un importante nivel de producción de semillas de plantas que sustituyen importaciones.

Frutales, forestales, café y cacao

Se continúa trabajando en las 100 cooperativas frutícolas atendidas por el movimiento para la consolidación de 20 especies en cada cooperativa, el funcionamiento de las jugueras para la oferta directa a la población, así como la atención a los jardines botánicos de frutales en todas las provincias y el Municipio Especial Isla de la Juventud.

Palabras de Fidel

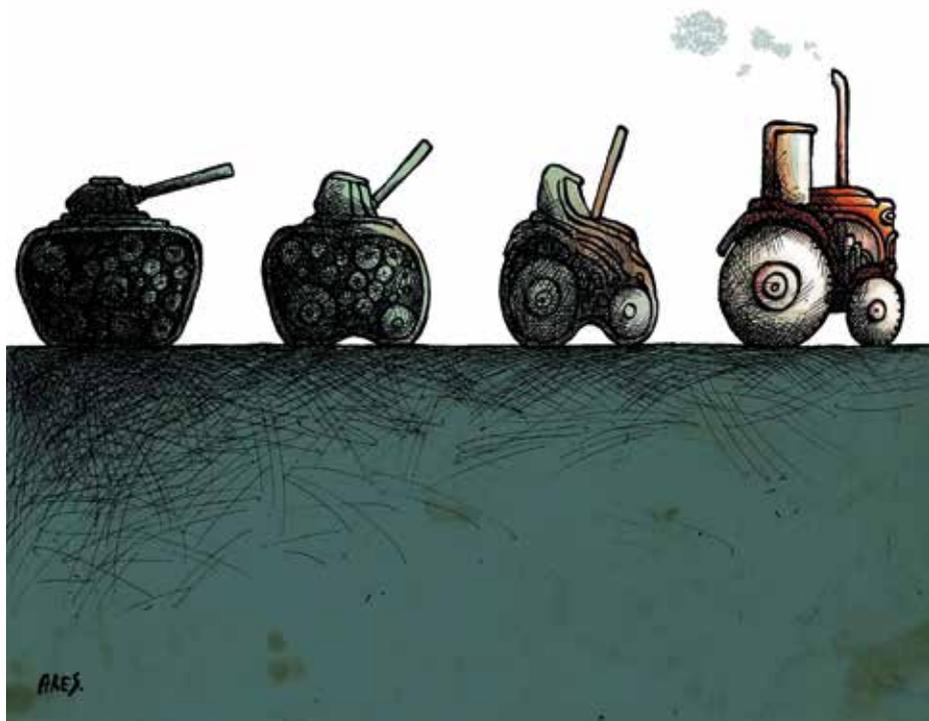
“Claro está que el país desarrolla grandes esfuerzos para producir alimentos en los planes nacionales; pero el que siembre el huerto, el pedacito de tierra que está en el patio de su casa, está ayudando al país en período especial, está ahorrando transporte, combustibles, algo está haciendo, está ayudando todo el que siembre algo, todo el que haga algo [...]” (Clausura del VII Congreso del Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación, la Ciencia y el Deporte, Palacio de Convenciones, La Habana, 22 de diciembre de 1991.)

Nota importante

Algunas producciones o tecnologías agropecuarias tienen potencial para contribuir a la sustitución de importaciones en las condiciones cubanas. Entre los productos cabe mencionar la ganadería vacuna, el arroz con un sistema de agricultura de conservación, las plantas proteicas para la producción de pienso animal (moringa, morera, tithonia y cratylia), la moringa para la producción de alimentos humanos, la sachá inchi para la producción de aceite y otros productos de consumo humano, la producción acuícola en el marco de un sistema integrado de tipo agroecológico, que reutilice desechos de otras producciones agropecuarias para la alimentación de los peces.

Para debatir en colectivo

1. ¿Conoces alguna iniciativa de Agricultura Urbana Suburbana y Familiar?
2. ¿Has usado las plantas medicinales o los condimentos secos? Explica.
3. ¿Alguien de tu familia tiene un huerto en su casa?



10 Géneros y soberanía alimentaria



Hay diferencias de género en el nivel de acceso a los alimentos. Las mujeres, por su rol de cuidadoras en la familia, muchas veces suelen priorizar a los demás miembros en el acceso a los alimentos, reduciendo su ingesta en caso de disponibilidad insuficiente para cubrir las necesidades del hogar.

Las mujeres soportan una sobrecarga de tareas domésticas que limita su incorporación a actividades económicas reconocidas y remuneradas. El 30% de la población considera que la sobrecarga doméstica es un problema para las mujeres (Encuesta de Igualdad de Género, 2016).

Es cierto que este factor disminuye en las nuevas generaciones. En el naciente sector no estatal, las mujeres jóvenes cuentan con mayor variedad de ofertas de trabajo, dentro de los mejor remunerados. (Datos en Echevarría León, Dayma; Esquenazi Borrego, Arelys y Rosales Vásquez, Susset, 2018).

Según la Estrategia de Género del sistema de la Agricultura (MINAG), los sectores agropecuario, tabacalero y forestal son mayoritariamente masculinos.

Nota importante

La actividad prioritaria que busca la inocuidad de los alimentos y la reducción de las pérdidas y los desperdicios implica un cambio importante en la gestión, tanto de los alimentos como



de todos los elementos de apoyo a lo largo de la cadena logística y productiva (las pérdidas y los desperdicios de alimentos se estiman entre el 15% y el 25% para el caso de Cuba).

Este cambio, en términos de gestión, sería fundamental para la búsqueda de mayor eficiencia y racionalidad en los sistemas productivos de alimentos en Cuba y un pilar fundamental para la sostenibilidad económica del país.

Por otro lado, la mayor calidad e inocuidad de los alimentos producidos nacionalmente tiene vínculos directos con el aumento de la calidad de vida de la población y es un aspecto clave para una vida más saludable.

Plan de Autoabastecimiento Alimentario Municipal (PAM)

Rumbo al trabajo:

Marta le da botella en su carro a Roberto:

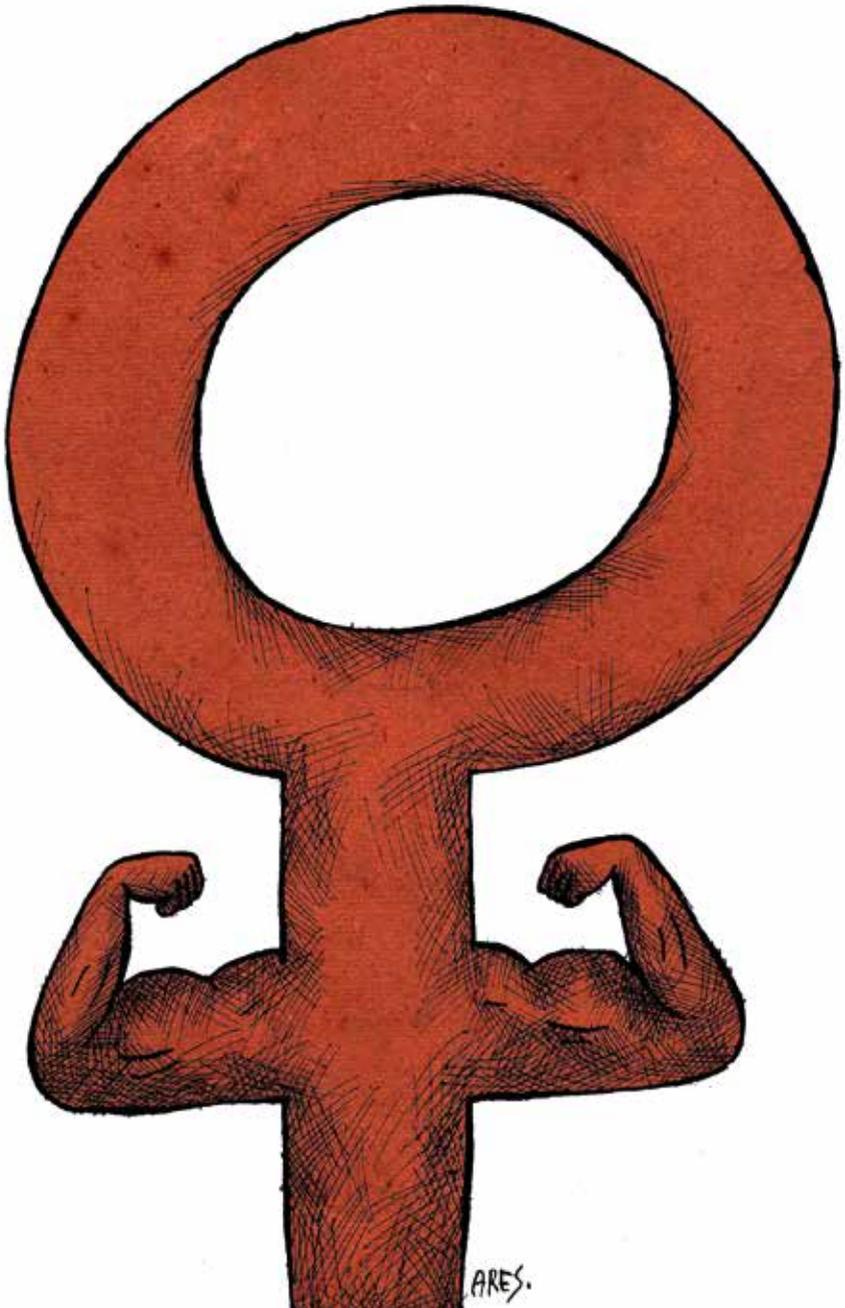
—¿Sabías que en el país ya tenemos un Plan de Autoabastecimiento Alimentario Municipal, también conocido como PAM? —pregunta Marta.

—Lo oí en el radio, pero no conozco los detalles. ¿Cuál es el objetivo del PAM?

—Contribuir de manera gradual y sostenible a la satisfacción de las necesidades alimentarias y nutricionales de la población en los municipios, consejos populares y comunidades de todo el país, según sus preferencias y hábitos de consumo. Y para alcanzar ese objetivo, busca incentivar la producción agrícola y pecuaria a nivel local, sobre todo de viandas, hortalizas, granos y frutas. La meta cuantitativa es alcanzar 30 libras por persona al mes de productos agrícolas, como: viandas, hortalizas, granos, frutales, y 11 libras de carne, preferiblemente de pequeños animales.

Objetivos estratégicos nacionales del Plan de Autoabastecimiento Alimentario Municipal

- Reducir el desequilibrio de la balanza de pagos alimentaria, mediante un incremento de la productividad y la producción nacionales, que sustituya importaciones y aumente las exportaciones.
- Aumentar el bienestar, la salud y la adecuada nutrición de la población.
- Dinamizar y fortalecer la economía agrícola y rural.
- Garantizar oportunidades dignas para la juventud y las mujeres, a fin de reducir la brecha socioeconómica con las áreas más desarrolladas del país.
- Desarrollar campañas y prácticas de preservación de manantiales y fuentes, y la captación de agua, para su utilización racional en la agricultura.
- Desarrollar, difundir y financiar la adopción de técnicas que permitan irrigar con un menor uso de agua por planta y por hectárea, y con menos agresión al suelo.
- Editar publicaciones y materiales didácticos sobre agroecología, para todos los niveles, que puedan utilizarse en las escuelas y estar al alcance de los agricultores en general.
- Apoyar programas masivos de reforestación con árboles frutales y especies nativas en todas las regiones posibles.



- Apoyar y desarrollar áreas de cultivo y reproducción de semillas nativas.
- Promover investigaciones encaminadas al mejoramiento de esas semillas nativas.
- Promover las razas criollas y facilitar el mejoramiento de los recursos genéticos para la producción animal, su reproducción y conservación.

Objetivos estratégicos del Plan de Autoabastecimiento Alimentario Local

Lograr, de manera irreversible, la satisfacción plena de la población de los pueblos, bateyes y comunidades de cada Consejo Popular, asegurando en una primera etapa el programa de las 30 lb/hab/mes de productos agrícolas (viandas: 15 lb; granos: 2 lb; hortalizas: 10 lb; frutales: 3 lb) y 5 kg de carne/hab/mes.

En cuanto a la producción de ganado menor, planificar la producción de 5 kg de carne/hab/mes: cerdo criollo: 2 kg/hab; ovino, caprino y cunícola: 2 kg/hab; aves rústicas: 1 kg/hab.

Consumidores a los cuales se debe abastecer en el Consejo Popular

Para organizar la producción y la comercialización de las 30 lb/hab/mes de productos agrícolas y los 5 kg/hab/mes de carne, se ha tenido en cuenta el total de la población registrada en el Consejo Popular.

Como principio fundamental se ha considerado en la planificación las producciones establecidas para cada mes, según el surtido, como producciones básicas y complementarias, de manera que siempre se aseguren las 30 lb/hab/mes de productos agrícolas y los 5 kg/hab/mes de carne, pudiendo obtenerse producciones superiores, pero nunca inferiores.

Integración de todos los factores del Consejo Popular

Resulta imprescindible la unidad de acción de todas las asociaciones y organizaciones políticas y de masas, en coordinación con las comisiones intersectoriales en el municipio. El CDR constituye la célula principal de este trabajo. Cada vivienda participante debe tener su identificación, para que todos conozcan la incorporación de esa familia al Movimiento del Autoabastecimiento Local.

La FMC, la Asociación de Combatientes, la ANAP, los jubilados, los jóvenes, los centros de salud y educación, las empresas que se dedican a la producción y los servicios, en fin, todas y cada una de las entidades y personas presentes en el Consejo Popular se deben comprometer con la tarea, con un único objetivo: lograr que triunfe el Plan de Autoabastecimiento Alimentario Local.

Para debatir en colectivo

1. ¿Todos los cubanos y las cubanas entienden la importancia del turismo para la economía del país? Comenta.
2. ¿La mujer cubana tiene una sobrecarga de trabajo? Explica.
3. ¿El PAM funciona en nuestro territorio?
4. ¿Participas en el Consejo Popular?



11 Agricultura familiar



Principales objetivos para el cumplimiento del Plan de Acción del Decenio, de la Agricultura Familiar

- Avanzar el máximo posible en el autoabastecimiento alimentario local, en el que la agricultura familiar desempeña un papel decisivo. Para ello, se trabaja a fin de vincular al programa más de un millón de patios y parcelas familiares en la producción diversificada de alimentos con tecnologías agroecológicas y un profundo enfoque de sostenibilidad local, lo que contribuye a la soberanía y la seguridad alimentarias.
- Alcanzar una producción de 300 g/per cápita/día de hortalizas; 150 g/per cápita/día de frutas; 400 g/per cápita/día de plátanos, raíces y tubérculos; así como 5 kg/per cápita/mes de carne de ganado menor.
- Mantener actualizada la agricultura familiar con todos los adelantos técnicos y tecnológicos con enfoques agroecológicos, mediante la capacitación de quienes producen.
- Priorizar que las tecnologías utilizadas y la organización del sistema productivo ayuden a que quienes producen puedan contrarrestar la gran inestabilidad climática que

se viene presentando en los últimos años, mediante la utilización de una estructura de variedades para cada cultivo, diferenciadas según las condiciones locales y las épocas del año.

- Los objetivos productivos de mayor prioridad del Programa de la Agricultura Urbana/Agricultura Suburbana/Agricultura Familiar hasta 2030 son las hortalizas y los condimentos frescos, las frutas para el consumo local, las plantas medicinales y la producción de las distintas especies de ganado menor en patios y parcelas familiares, así como las actividades que los apoyan (semillas, abonos orgánicos, manejo agroecológico de plagas, riego y capacitación.)

Palabras de Fidel

“La agricultura urbana y suburbana es esencial para poder avanzar en la producción de alimentos y el manejo sostenible, desarrollándose la enseñanza y la capacitación, fundamentalmente dirigida a los productores, lo que permitirá la forma más sencilla y económica de lograr el autoabastecimiento local, debido a que se trata de un asunto estratégico del cual depende la soberanía alimentaria que debemos alcanzar”.

¿Sabías?

Hoy la ganadería bovina en Cuba se caracteriza por una utilización ineficiente de vastas áreas (55% del total del área agrícola) y rendimientos muy bajos en términos de producción y productividad.

La implementación de una estrategia de mayor diversificación productiva, donde el ganado mayor y menor se integren a la producción de cultivos, frutales y hortalizas, puede ofrecer mayor potencial para apoyar el autoabastecimiento local.

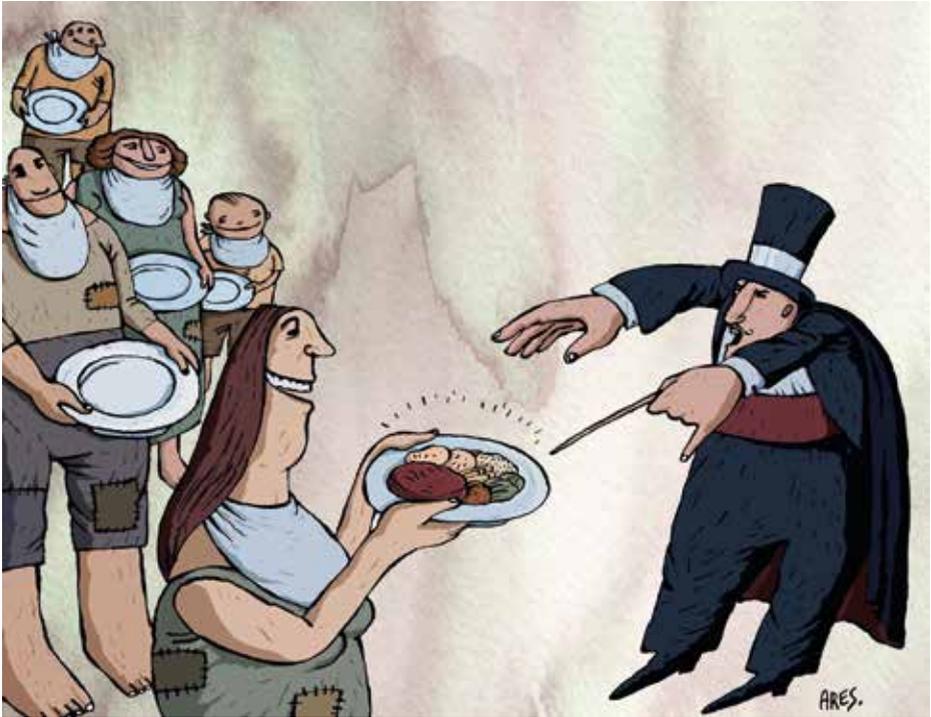
Esta estrategia tiene que abarcar tres componentes técnicos principales:

- Mejorar la genética de los rebaños.
- Mejorar el acceso al agua de los animales.
- Incrementar el uso de pastos y cultivos destinados a piensos con mayor valor nutritivo, que permitan aumentar la carga animal por hectárea sin afectar su ingesta.

Es oportuno avizorar la diferenciación del encargo estatal de las producciones para la localidad (PAM), para que los hombres y las mujeres productores ganaderos puedan disponer de una parte creciente de su producción y destinarla de forma directa a la comercialización y la transformación.

Para debatir en colectivo

1. ¿Conoces algo sobre la agricultura familiar?
2. ¿Cómo cuidamos del agua en Cuba?
3. ¿Ya has sembrado un árbol? Comenta.





12 Educación nutricional



La educación para la soberanía alimentaria y la educación nutricional deben contemplar:

- La integración de la agroecología y la sostenibilidad en la educación no formal y formal en los diferentes niveles de enseñanza.
- Una incidencia en la cultura alimentaria y nutricional, mediante los sistemas de la enseñanza, los medios de comunicación social y los servicios de salud, desde la nación hasta las localidades.
- La creación de aplicaciones informáticas para la consulta popular y técnica, enfocadas en la soberanía alimentaria y nutricional.

Conversación de vecinas:

Chela observa:

—Una cosa que veo, María, es que nuestro pueblo posee una cultura alimentaria y una educación nutricional insuficientes. Eso da por resultado hábitos alimentarios y nutricionales inadecuados y poco saludables.

—Sí, amiga, se ve que a lo largo de las cadenas alimentarias no se observan con suficiente rigor normas higiénicas y buenas

prácticas en el procesamiento de los alimentos, lo que produce una pérdida de la inocuidad y la calidad de estos.

Para debatir en colectivo

1. ¿Cómo es la educación nutricional en tu familia?
2. ¿Cómo es la educación nutricional en nuestro territorio?
3. ¿En nuestras escuelas se imparte educación nutricional?
4. ¿Cuáles son los hábitos nutricionales negativos del pueblo cubano? ¿Y los positivos?

Conversación en el sindicato:

Rita llama la atención de su amiga Inés:

—Amiga, es muy importante reducir el consumo de agua y energía, y emplear fuentes de energía renovables.

Inés observa:

—También es necesario crear mejores sinergias entre las políticas de protección social vinculadas con la distribución de alimentos (canasta básica normada, comedores, alimentación escolar, etc.) y las políticas de mejora de la nutrición. El perfeccionamiento de esa sinergia lograría focalizar mejor los alimentos para las categorías vulnerables.

—¿Y para la educación nutricional qué te parece importante? —pregunta Rita.

—Huertos escolares, Rita, para complementar la merienda escolar e introducir la educación nutricional, mediante la participación directa de niñas y niños en la producción de alimentos sanos y nutritivos.

¿Sabías?

Las restricciones económicas, financieras y comerciales impuestas por Estados Unidos a Cuba, que duran más de 60 años, tienen un fuerte impacto en los hábitos alimentarios del pueblo, al imponer que se consuma no tanto lo que es más nutritivo, sino lo que es posible consumir.

El Estado se esfuerza por garantizar mensualmente, a cada ciudadano, una distribución racionada de productos que conforman la canasta básica (arroz, azúcar, aceite, pollo, jamonada, picadillo condimentado, café, pastas, frijoles, chícharos y huevos). Si hubiera fluctuaciones en estos, se priorizan siempre los grupos vulnerables, con leche y compotas para niños y niñas, y dietas médicas (leche en polvo, pollo y pescado) para las personas enfermas.

Los alimentos de la canasta básica no son suficientes para el consumo mensual, lo que obliga a las familias acudir al mercado paralelo, donde los precios son más elevados, para cubrir sus necesidades alimentarias.



Las frutas y los vegetales no se consumen en las cantidades necesarias, debido a su alto precio en el mercado, por lo que se privilegia la compra de arroz, frijoles, viandas y, en alguna medida, carne de cerdo o la llamada masa cárnica, que es una mezcla de embutidos y recortes cárnicos.

Es alto el consumo de carne de cerdo, ante la escasez y el alto precio de la carne de res.

La oferta de pescado es insuficiente y de poca variedad. Se oferta principalmente el pescado conocido como jurel, y también la claria y la tenca, estas últimas de agua dulce y de un fuerte sabor.

Es elevado el consumo de grasas, principalmente en la cocción del pollo, la carne de cerdo y las pastas, como macarrones, lasaña, etcétera.

Hay un alto consumo de pan.

Ante las dificultades alimentarias, es elevado el consumo de la llamada “comida chatarra”, fundamentalmente entre estudiantes y trabajadores.

En muchos casos, las frutas y los vegetales no se lavan como corresponde antes de su consumo.

El uso de la cazuela de hierro para prevenir la anemia

Seguramente le has oído decir a tu mamá, tu tía o tu abuela que una cazuela de hierro ayuda a combatir la anemia. ¿Pero qué ha descubierto la ciencia? ¿Será verdad o un mito popular más?

La nutricionista Késia Quintaes investigó la asociación entre el uso de cazuelas de hierro y la prevención de la anemia, mediante la biodisponibilidad del hierro (Fe) liberado por el material durante la cocción de los alimentos. Su estudio demostró que las cazuelas de hierro fundido liberan cantidades significativas de Fe, y que el ácido acético era considerablemente más activo en esa extracción que el ácido láctico. Mientras que la liberación de Fe en el ácido láctico varió entre 50 mg/L y 400 mg/L, en la solución de ácido acético fue cinco veces superior. Eso significa que el pH (la acidez) de los alimentos favorece la migración de Fe de las cazuelas de hierro hacia los alimentos y que se produce un incremento mayor de hierro que con los alimentos menos ácidos. Por ejemplo, cuando se prepara una salsa de tomate en una cazuela de hierro, se favorece cinco veces más la migración de ese mineral que cuando se cocinan frijoles en la misma cazuela, debido a la naturaleza ácida de la salsa de tomate.

Varios estudios han demostrado que tanto la cantidad de agua como el tiempo de cocción de los alimentos ejercen una influencia directa en el aumento del hierro agregado a los alimentos, tanto en su contenido como en la biodisponibilidad de hierro. No obstante, el pH y el tiempo de cocción son factores de más peso que la humedad de la preparación. Se comprobó también que las tres primeras veces que se usa una cazuela nueva, la cantidad de hierro liberada es inferior a la de una cazuela usada.

La cantidad de hierro que migra de los utensilios de hierro es bastante superior a la que lo hace de los de hierro antiadherente. La investigación demostró que el

hierro biodisponible en los alimentos aumentaba entre un 46% y un 51%, cuando se usaban utensilios de hierro en la elaboración de los platos.

La causa principal del problema mundial de la deficiencia de hierro es su ingestión inadecuada y la baja biodisponibilidad de hierro en los alimentos. No obstante, los utensilios culinarios de hierro pueden considerarse una solución alternativa para la prevención y el tratamiento de la anemia, según varios estudios publicados sobre la migración de ese mineral de los utensilios a los alimentos.

Las investigaciones confirman el saber popular: la utilización diaria de cazuelas de hierro para la preparación y la cocción de los alimentos contribuye al tratamiento y la prevención de la anemia ferripriva. Esos utensilios son bastante duraderos y se mantienen siempre liberando hierro hacia los alimentos. Mientras más ácido sea el pH del alimento, mayor será la migración de hierro del utensilio.

Pero atención: “por encima de 40 mg diarios, el hierro puede irritar el sistema gastrointestinal y provocar diarreas o vómito”, dice Késia Quintaes. Por eso, úsalo con moderación. No todos los días, especialmente en el caso de los niños y las niñas. Escoge un alimento (frijoles, por ejemplo) y sazónalo en la cazuela de hierro para consumirlo durante dos días de la semana.

Bibliografía

- Acosta Jiménez, S. M., Rodríguez Suárez, A., Díaz Sánchez, M. E. (2013). La obesidad en Cuba. Una mirada a su evolución en diferentes grupos poblacionales. *Rev Cub Aliment Nutr*, 23(2), 297-308. Cuba.
- Acosta, J. (1972). La estructura agraria y el sector agropecuario al triunfo de la Revolución. *Revista Economía y Desarrollo*, No. 9, septiembre-noviembre. Cuba.
- Asamblea Nacional del Poder Popular. (2017). Constitución de la República de Cuba.
- CITMA. (2017). Enfrentamiento al cambio climático en la República de Cuba. *Tarea Vida*. Plan de Estado. La Habana.
- Colectivo de Autores. (2020). III Encuesta Nacional de Factores de Riesgo y Actividades Preventivas de Enfermedades No Trasmisibles. Cuba 2010-2011. MINSAP. Cuba: Editorial de Ciencias Médicas.
- Díaz-Canel Bermúdez, M. (2019). Discurso del presidente Miguel Díaz-Canel Bermúdez, en la reunión de la Comisión Agroalimentaria del Parlamento. 3 de abril de 2019. Cuba.
- Echevarría León, D., Esquenazi Borrego, A. y Rosales Vázquez, S. (2018). Cuba: continuidades, rupturas y desafíos para la política de empleo. Balance de la última década. Cuba. *Revista Novedades en Población*, vol. 14, No. 27.
- FAO, OPS, WFP y UNICEF. (2020). Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en América Latina y el Caribe. Chile.
- FAO, FIDA, UNICEF, PMA, OMS. (2020). El estado de la Seguridad Alimentaria y la Nutrición en el mundo. Roma: FAO.
- FAO. (2006). Informe de políticas. Seguridad alimentaria. Disponible en: http://ftp.fao.org/es/ESA/policybriefs/pb_02_es.pdf.
- FAO. (2018). Síntesis de experiencias exitosas del SAN en América Latina y el Caribe. Cuba.
- FAO. (2019). Propuesta sobre áreas prioritarias del Plan de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) en Cuba. Cuba.
- FAO. (2020). Diagnóstico de Seguridad Alimentaria y Nutricional-Análisis del contexto de la SAN para contribuir a mejorar la asignación de recursos, la inversión y las capacidades en la toma de decisiones en relación con la SAN, por parte del Gobierno, la UE, la FAO y otros socios del desarrollo. La Habana.
- Fernández, M. M. (1987). Algunos aspectos de las condiciones de vida del cubano antes del triunfo de la Revolución. *Revista Demanda*, No. 2, Cuba: Instituto de la Demanda Interna.
- García, A. y Anaya, B. (2014). Gastos básicos de familias cubanas pensionadas y salariodependientes. *Revista Temas*, julio-septiembre 79:90-91. Cuba.
- García, A. y Anaya, B. (2018). Gastos básicos de las familias cubanas urbanas dependientes de salarios y pensiones: dinámica reciente. Ponencia en el Seminario Científico Anual del Centro de Estudios de la Economía Cubana, marzo de 2018, Cuba.

- Informe Nacional sobre la Implementación de la Agenda 2030. (2019). Objetivos de Desarrollo Sostenible. Informe Voluntario de Cuba.
- MINAG. Estrategia de Género del Sistema de la Agricultura de Cuba 2015-2020. La Habana.
- MINAG. (2017). Compendio sobre el Autoabastecimiento Municipal de Productos Agrícolas (documento). Cuba.
- MINAG. (2019). Hacia la construcción del Plan Nacional de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional en Cuba-Plan SAN. Tercer encuentro y Primer taller para la elaboración del Plan SAN. Cuba.
- Ministerio de Hacienda. (1958). Anuario Estadístico de Cuba, 1957. Cuba.
- MST. (2019). “O futuro da produção de alimentos em todo o mundo e o bem estar dos agricultores camponeses”. Brasil.
- Munster, B. y Fleitas, R. (2014). Equidad vs. Inequidad de género en el sector agropecuario en Cuba. La Habana.
- Nova, A. (2006). La agricultura en Cuba: Evolución y trayectoria (1959-2005). La Habana: Editorial de Ciencias Sociales.
- Nova, A. (2009). Línea de desarrollo y resultados de la agricultura cubana en los últimos 50 años. Seminario sobre Economía Cubana y Gerencia Empresarial. Cuba.
- Nova, A. y Fernández, P. (1993). Propuesta de medidas para el incremento de la producción agropecuaria de alimentos. Cuba: MEP.
- ONEI. (2017). Anuario Estadístico de Cuba, 2005, 2010, 2013 y 2016. De Sector Agropecuario. Indicadores seleccionados. Cuba.
- ONU, FAO, OPAS y PMA. (2018). Panorama da Segurança Alimentar e Nutricional 2018. Brasil.
- Peña Turruellas, E. (2019). El Autoabastecimiento Alimentario Local, en el marco de la Agricultura Urbana Suburbana y Familiar, 19 de septiembre de 2019. Cuba.
- Quintaes, K. D. et al. (2004). Migração de minerais de panelas de aço inoxidável, ferro fundido e pedra-sabão (esteatito) para simulantes de alimentos, Campinas. Ciência e Tecnologia de Alimentos, vol. 24, No. 3, julio-septiembre. Brasil.
- República de Cuba. (2018). Decreto-Ley 358 “Sobre la entrega de tierras estatales ociosas en usufructo”. Cuba.
- República de Cuba. Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución, 2016-2021. Cuba.
- República de Cuba. Plan Estratégico del Sector Agropecuario y Forestal hasta 2030. Cuba.
- República de Cuba. Plan Nacional de Desarrollo Económico y Social hasta 2030. Cuba.



El reconocido fraile, escritor y teólogo de la liberación, Frei Betto (Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil, 1944), como leal defensor de la Revolución Cubana y su pueblo, y asesor de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), ofrece en estas páginas, con un lenguaje comprensible y directo, la *Cartilla popular* que sintetiza el Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional (SAN), que también asesora, para definir objetivos, historia e implantación del Plan, así como analizar y exponer temas vitales relacionados: programas sociales; malnutrición; Agricultura Urbana Suburbana y Familiar, etcétera. Rigor y conocimientos en un texto pensado para facilitar la comprensión popular de algo imprescindible, como es la soberanía alimentaria y la educación nutricional.



**Cofinanciado por
la Unión Europea**



**Soberanía Alimentaria
y Educación Nutricional
Cuba**



La presente publicación ha sido elaborada con el apoyo financiero de la Unión Europea. Su contenido es responsabilidad exclusiva del autor y no necesariamente refleja los puntos de vista de la Unión Europea.