

TRABAJANDO EN SEGURIDAD
ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL
ALGUNAS LECCIONES

Introducción

Al cumplir sus primeros 25 años de vida y trabajo, en SOYNICA hemos concluido un proceso de reflexión y análisis sobre nuestro trabajo y nuestras metas de mejorar las condiciones y la calidad de vida de la población nicaragüense, la población con menos recursos económicos y marginalidad social, principalmente las mujeres, las niñas y los niños. Hemos querido ampliar nuestras fortalezas, revisar nuestras limitaciones para diseñar nuevas estrategias para el alcance de las metas planteadas, nuestros sueños de una patria sana, más feliz.

Este alto en el camino se dio con algunas mujeres que durante mucho tiempo fueron parte de nuestro trabajo y que se han desarrollado como auténticas expertas en nutrición familiar; así han facilitado su experiencia y los conocimientos acumulados en el desempeño de su actividad para que, fundamentándose en ella, diseñar nuevas estrategias para el futuro. Con este fin, un grupo de mujeres de diferentes barrios populares y asentamientos de Managua y comarcas de Nueva Segovia y Madriz sostuvieron intercambios con nosotras para revisar y discutir las diferentes problemáticas planteadas a lo largo de estos años, así como posibles alternativas de mejora y solución.

Más de treinta mujeres, entre promotoras de los barrios de Managua y campesinas de las comarcas del Norte, algunas de las cuales iniciaron su trabajo con SOYNICA desde sus comienzos y otras que se han integrado más recientemente, hablaron de sus experiencias para aprender de ellas, de manera que el trabajo que se realice en los próximos años sea aún mejor que el realizado durante estos primeros 25.

Esta Memoria comprende tres partes: una primera parte que trata de formular algunos aprendizajes y lecciones obtenidas de los años de trabajo, los cambios sufridos y los aportes hechos por las mujeres en los talleres. Una segunda parte que resume las primeras reflexiones sobre el trabajo de SOYNICA y algunos aprendizajes que han derivado en lecciones y una tercera parte recoge las discusiones sostenidas durante los talleres llevados a cabo el 22 y 23 de noviembre de 2004 en Managua y Ocotal.

Estamos tratando de recoger las lecciones aprendidas alrededor de dos de las poblaciones meta más importantes para SOYNICA: las mujeres y la niñez. Queremos aprovechar las lecciones aprendidas alrededor del consumo. SOYNICA enseña a preparar, comer y usar alimentos, a acceder a alimentos sanos y nutritivos. El otro paquete de lecciones se relaciona con cómo comemos, cómo consumimos, qué tenemos y qué nos enseña SOYNICA sobre este asunto. Asimismo, queremos reflexionar acerca de la manera en que SOYNICA enseña, que es el empoderamiento y los métodos de enseñanza de SOYNICA y la divulgación, la metodología, que es uno de los aspectos muy importantes.

También, otro aspecto es la experiencia de SOYNICA en seguridad alimentaria nutricional y sistemas productivos: cómo SOYNICA enseña no sólo a consumir, sino también a producir, a mejorar y a utilizar los espacios y los recursos disponibles para producir y acceder a alimentos mejores.

PRIMERA PARTE

ALGUNOS APORTES PARA LECCIONES Y APRENDIZAJES

Las lecciones aprendidas se van recogiendo a través de la experiencia. Son cosas que se hacen y que salieron bien y se mejoraron, o son cosas que cuando se hicieron, se pensó que podían ser mejores o se cambiaron. A partir de las reflexiones y los cambios que deja el trabajo diario se construyeron las lecciones. No hay todavía argumentos elaborados, sistematizaciones que lleven a nuevas propuestas, mucho de lo aprendido se ha transformado en el quehacer cotidiano.

LOS RESULTADOS QUE GENERAMOS

SOYNICA ha llevado adelante un proceso de cambios alimentarios para mejorar la nutrición de la población infantil y de las mujeres en edad reproductiva en Nicaragua. Se han promocionado la soya y el extracto foliar como alimentos accesibles y de alta calidad para completar la dieta diaria, para prevenir y tratar anemia y desnutrición severa.

Los alcances:

- Las mujeres en muchos barrios y comarcas de Nicaragua han adquirido conocimientos y habilidades para mejorar la alimentación de ellas mismas y de su familia.
- La soya y el extracto foliar y otros alimentos elaborados han sido incorporados en la dieta familiar de miles de nicaragüenses.
- Las instituciones de salud y otros organismos nacionales e internacionales han reconocido el alto valor de una alimentación sana y nutritiva a partir de la soya y del extracto foliar.
- Las investigaciones y los médicos han reconocido la importancia del extracto foliar como un reconstituyente importante en la recuperación de niñas y niños con anemia severa.
- En los barrios y las poblaciones rurales con quienes SOYNICA trabaja hay una identificación y una conciencia de la buena nutrición.

Las limitaciones:

Se ha producido una identificación del uso del extracto foliar con un medicamento.

Se considera que el extracto foliar es principalmente de uso de población infantil y de mujeres embarazadas.

La información y el desarrollo de capacidades han estado limitadas a las poblaciones directas con las que se trabaja.

No se han producido materiales de divulgación o campañas masivas que lleven información a la población en general.

LAS LECCIONES

- **La población identifica el extracto foliar con una medicina.** Se ha vinculado el conocimiento, la información y los hábitos de uso del extracto foliar a situaciones de mejoría de enfermedad, de mejoría de la salud, de la desnutrición. Se ha hecho la relación directa entre la enfermedad y su curación.
- **La soya es considerada un alimento para gente de escasos recursos.** Al considerar y enseñar que la soya era un alimento que estaba al alcance de las familias pobres y que podía sustituir otros alimentos más caros, se identificó a la soya como un alimento para pobres, de poco prestigio entre la población de más recursos.
- **La estrategia de trabajo, de contacto muy cercano con la población directa y de poca inversión en divulgación masiva, ha limitado el acceso a información a la población en general.**

PARTE II

LA REFLEXION SOBRE EL TRABAJO DE SOYNICA

LA TAREA DE SOYNICA

SOYNICA se ha propuesto mejorar la calidad de vida de las poblaciones con menores recursos a través de la producción diversificada, la alimentación sana y variada, el cambio de hábitos alimentarios y el desarrollo integral de las niñas y los niños para su crecimiento adecuado.



Los indicadores nutricionales indican que en el país no comemos los alimentos adecuados, que tenemos poco acceso a alimentos nutritivos, que no hemos aprendido a utilizar los alimentos que tenemos cerca. Por eso, SOYNICA ha propuesto en su misión contribuir a la educación alimentaria y a la nutrición de las y los nicaragüenses, mejorar su calidad de vida.

La tarea de SOYNICA empezó hace 25 años, cuando en noviembre de 1979 llegó Luci Morren a Nicaragua desde México. Ella venía con un grupo de mexicana/os a enseñar los conocimientos básicos de nutrición, mostrar a comer, a producir, a usar la soya y otros alimentos sanos y desde esa

época, un grupo de personas que han estado cerca de la soya, han desarrollado los programas de alimentación para aprender a comer alimentos sanos.

Desde entonces, SOYNICA se propuso mejorar la calidad de la vida de la gente, principalmente de las mujeres y de las y los niña/os; enseñar a producir muchos alimentos diferentes en el patio para que la gente que tiene patio o parcela tenga bastante comida, utilizando lo que había en el patio o en la parcela. Porque “¡comer es primero!”. O, en las ciudades, los árboles de los patios, que hay muchos frutales, aprender a comer todo eso y cambiar los hábitos, aprender a hacer el arroz con más cosas ricas para que nos sepa mejor, a utilizar mejor los guineos porque si comemos bien, pensamos más y más rápido.

SOYNICA tiene el trabajo concentrado en los barrios de Managua, y en el norte en los departamentos de Nueva Segovia y Madríz. Managua, de acuerdo a la Encuesta de Nivel de Vida, tiene un 10% o menos de desnutrición infantil, de acuerdo a la Talla y la Edad; Nueva Segovia y Madríz están en los últimos lugares. Managua es un lugar que no produce: compra, comercia, utiliza los alimentos que están disponibles en los mercados, en el súper, en las pulperías y a veces en los patios. Muy poco, por cierto.

Nueva Segovia y Madríz son dos zonas productivas de granos básicos y leche. Madríz tiene un 35% de prevalencia de desnutrición. Es decir, de cada 100 personas, 35 tienen algún problema nutricional. Y la desnutrición crónica es una desnutrición que se hereda. Es decir, si una familia tuvo problemas alimentarios, es muy posible que la madre tenga problemas alimentarios y que las y los niños, cuando nacen, nazcan ya con un déficit nutricional. Nueva Segovia tiene un porcentaje menor de prevalencia de la desnutrición. Pero tiene alrededor del 30%.

CONSUMO ALREDEDOR DEL PEROL

- La introducción de la soya de manera comunitaria en la dieta de la familia le enseñó a SOYNICA que la experiencia colectiva permitía una más fácil asimilación cultural y facilitaba los cambios de hábitos alimentarios.

CONSUMO

- SOYNICA ha promovido con esta experiencia una metodología de introducción de nuevos alimentos y hábitos que ha permitido que madres y mujeres embarazadas consuman e intercambien experiencias alimentarias de manera colectiva.

CONSUMO

- La soya se introdujo cocinando en conjunto, en el barrio.
- SOYNICA aprendió así que el conocimiento sobre alimentos, si era acompañado de prácticas de preparación y de consumo cotidianos, facilitaba la introducción de nuevos hábitos y cambios sustanciales en la dieta familiar.

La experiencia de Managua

En Nicaragua desde hace 25 años, se empezó a trabajar, en aquella época con el gobierno revolucionario, enseñando a preparar y comer soya. Con el Ministerio de Agricultura que, en aquella época, se llamaba el MIDINRA, y siguieron trabajando en un programa de educación nutricional.

Cuando asumió doña Violeta el poder, SOYNICA empezó a impulsar la instalación de “Ollas Comunes” que era un proyecto que se desarrollaba en un barrio con un grupo de mujeres, quienes se organizaban para cocinar, distribuir y aprender a comer toda/os junta/os, y fue importante porque la gente aprendió a comer en grupo. Ustedes también lo hacen. Cuando se reúnen a aprender a hacer soya, o a hacer la sopa de algo, lo hacen en grupo. Esa etapa fue muy importante.

De esa manera, se fue introduciendo la soya en Managua, en Rivas y en otros lugares.

Extensión de la soya

Se empezó a desarrollar lo que se llamó los Preescolares Comunitarios, donde llegaban niñas y niños de tres años para arriba. Los más chiquitos, se quedaban afuera.

SOYNICA había aprendido que nadie podía quedarse afuera, que había que atraer a las madres, a las niñas y niños y a las mujeres embarazadas para empezar a trabajar con las y los bebés desde el embarazo, y con las mujeres para que estuvieran en mejores condiciones de manera que se pueda evitar la desnutrición crónica, que es heredada. Cuando tenemos muchas generaciones de desnutrición, comiendo mal o sin alimentos suficientes, cada siguiente generación es más débil, y las niña/os nacen más flaquita/os.

Primer aprendizaje: trabajar con el barrio

Por eso fue que SOYNICA decidió empezar a trabajar con las mujeres desde el embarazo y con las niñas y niños muy pequeña/os. Para eso, desarrollaron el Programa de Atención al Desarrollo

Temprano, que actualmente están fortaleciéndolo en Managua en distintos barrios y también en las comarcas del norte.

La gente aprendió a comer en grupo, a producir, a cocinar en grupo, es parte de la actividad vital de las personas en los pueblos y lugares pequeños. Hace muchos años, cuando empezaron a entrar las orientaciones del uso del agua, las mujeres de un poblado guatemalteco lavaban en grupo. Entonces, vino un especialista de los sistemas de agua nuevos y se compadeció del tremendo trabajo de las mujeres, que tenían que caminar con la gran carga de ropa y luego lavar y volver a llevar la carga de regreso. Y pusieron agua corriente domiciliar. Y en el pueblo empezó una depresión cultural, porque las mujeres quedaron aisladas. Se quedaron en su casa lavando, bañándose a solas y resulta que el lavadero comunal era el centro cultural del compartir de las mujeres.

En ese ámbito, SOYNICA aprendió que había que trabajar desde el barrio, desde la comunidad para llegar a todo el mundo. Las Ollas de Soya comunitarias permitían un intercambio y ahí fue donde las mujeres aprendieron mucho. Aprendieron que la comida es comunitaria. Esa fue una experiencia muy importante en Managua.

Segundo aprendizaje: aprender a comer comiendo

También aprendió SOYNICA que, para que alguien aprenda a comer algo, tiene que comérselo. Pero, además, antes de comérselo, tiene que hacerlo. Si ustedes no hacen la soya, no hacen el extracto foliar, seguramente no se lo comen. Van a arrugar la nariz y a preguntar qué es ese polvo oscuro y feo que hay ahí, que sabe a tierra. Pero, como aprendieron a hacerlo, se lo comen. Para aprender algo nuevo que no se sabe qué es, es necesario hacerlo.

¿Qué es lo que nosotras aprendemos sin hacerlo y por qué no nos queda en la cabeza? ¿Y por qué hay otras cosas que sí nos quedan? Pues porque las hicimos. A eso se le llama una manera de trabajar con la gente, un método de trabajo: se llama Aprender Haciendo.

Población meta LAS MUJERES

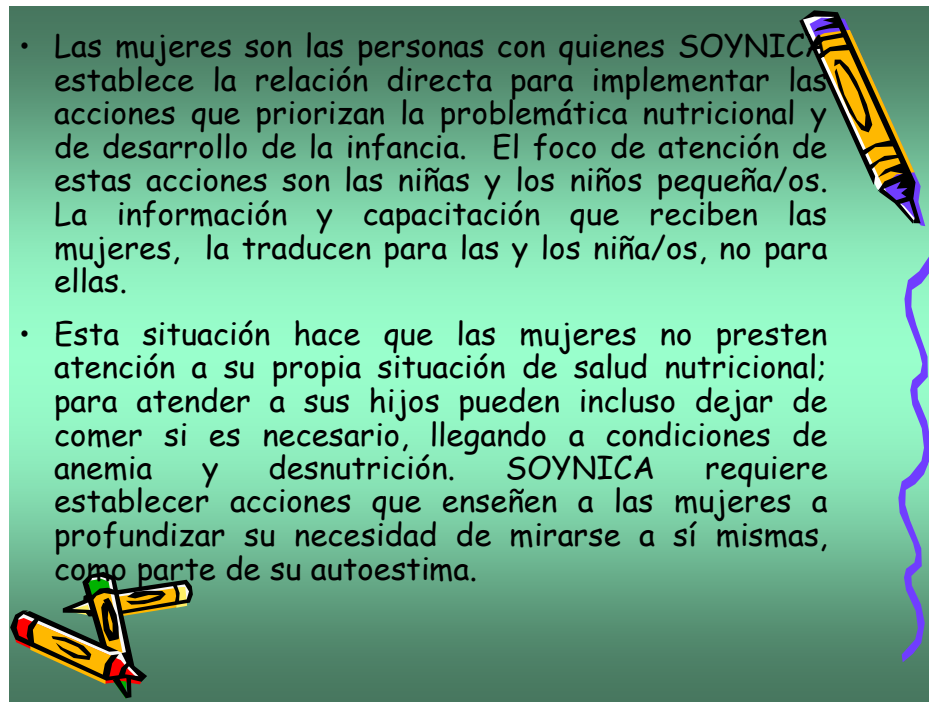
- Asegurar un impacto real y duradero entre la población meta, significa más que simplemente “trabajar con mujeres”; es necesario promover en conjunto con otras organizaciones, la superación de las brechas de desigualdad para que apuntando a las necesidades prácticas se incida en los intereses estratégicos”.



Población meta LAS MUJERES

- En crisis económicas, las que salen más perjudicadas son las mujeres, por la subvaloración de su trabajo y por su responsabilidad total sobre las labores domésticas. Dado que, las mujeres son quienes asumen la responsabilidad de la reproducción social, un impacto negativo sobre ellas también trae consecuencias negativas para sus hijos e hijas.





- Las mujeres son las personas con quienes SOYNICA establece la relación directa para implementar las acciones que priorizan la problemática nutricional y de desarrollo de la infancia. El foco de atención de estas acciones son las niñas y los niños pequeña/os. La información y capacitación que reciben las mujeres, la traducen para las y los niña/os, no para ellas.
- Esta situación hace que las mujeres no presten atención a su propia situación de salud nutricional; para atender a sus hijos pueden incluso dejar de comer si es necesario, llegando a condiciones de anemia y desnutrición. SOYNICA requiere establecer acciones que enseñen a las mujeres a profundizar su necesidad de mirarse a sí mismas, como parte de su autoestima.

SOYNICA trabaja con las mujeres que están vinculadas, colaboran y apoyan el trabajo de SOYNICA. Las mujeres somos las responsables de muchas cosas en la historia de la Humanidad. Somos responsables de los hogares, de los procesos educativos, de que no se nos muera de hambre la familia y somos las responsables de educar y transmitir valores, actitudes, hábitos.

Cuando hay crisis económica, las más afectadas somos las mujeres. Somos las que tenemos que ver de dónde salen las cosas, cómo hacemos para que las niñas y niños sigan yendo a la escuela, para que la casa no se caiga. Pero, eso nos afecta. En la autoestima, en el humor. Somos las que más problemas

tenemos a la hora de enfrentar una crisis, porque además, tenemos que mantener viva la vida y la familia.

Por eso, cuando queremos trabajar con mujeres, es importante que tengamos presente que hay que superar las brechas de desigualdad. SOYNICA trabaja con mujeres, con un proceso de trabajo aliado y coordinado con otros grupos que facilita que entendamos cuáles son los problemas de desigualdad, relaciona las tareas de dar de comer, de nutrir, de utilizar el agua como la usamos y así tendría que empoderar a las mujeres, buscando los elementos prácticos que se convierten en estratégicos. Porque las mujeres somos las principales consumidoras de agua del mundo. Las mujeres usamos el agua para bañar a las y los niña/os, bañarnos nosotras, cocinar los alimentos, limpiar la casa y el patio, mantener absolutamente todo a través del agua. .

Cuando enseñamos a través de esos procesos, con las mujeres, tenemos que llevarles un mensaje más allá. A través del trabajo con las mujeres, fomentamos la alimentación; a través de que trabajamos con las mujeres y compartimos el desarrollo de las y los niña/os; las mujeres tenemos que ir aprendiendo cosas que nos sirvan a nosotras a crecer como personas, como mujeres.

En SOYNICA, trabajamos con las mujeres de los barrios en Managua y, en el norte trabajamos con las mujeres campesinas. Pero trabajamos con estas personas para que, a través de lo que aprenden, lo que pueden educar y transmitir, ayuden a tener generaciones mejores, a que la niñez venga en mejores condiciones, a que crezca mejor, venga habilitada y capacitada para enfrentarse al mundo de otra manera mucho más sana y fuerte.

La lección aprendida: la mujer se involucra en los proyectos de SOYNICA cuando trabajamos con las mujeres y ponemos énfasis y priorizamos la importancia de la niñez, de la alimentación de la mujer embarazada para que el bebé nazca bien. Es como que las mujeres tenemos un cassette grabado en la mente desde hace millones de años, de que nosotras tenemos que ocuparnos para que las otras personas estén bien. Dejamos de comer, somos las últimas en comer, como decía un libro de Mujer y Cambio y nosotras, ¿que vamos a enseñar a las y los demás a que se nutran bien, si nos desnutrimos?

Si nosotras, como SOYNICA, no transmitimos también ese cuidado a la mujer, hace falta algo; porque estamos deteriorando a las mujeres en beneficio de otra/os y la mujer tiene primordialmente que quererle a sí misma, porque si yo no me quiero, no puedo querer a las otras personas. Esa es una lección.

Población meta Las niñas y los niños

- Se reconoció así la necesidad de integrar procesos tempranos dirigidos a la niñez así como atención nutricional, introduciendo el elemento educativo a menores de seis años, dando paso a los Preescolares Comunitarios. De esa manera además de incluir acciones educativas se apuntó a atender la situación de anemia y desnutrición de las niñas y niños, así también se llegaba a las madres.



Población meta Las niñas y los niños

- La participación de las y los niña/os de 3 a 5 años en los preescolares permitió a SOYNICA acercarse a las madres e introducir la relación entre una alimentación sana y el desarrollo del cerebro.
- SOYNICA aprendió que era importante iniciar procesos que relacionaran la alimentación sana y estimulación temprana en niña/os menores, dando paso al reciente programa de Desarrollo Temprano.



En el proceso de SOYNICA, es que se introduce a trabajar procesos de educación temprana, porque tenemos que llegar a los niños y las niñas para que coman y aprendan. Hay un vínculo muy importante en el cerebro entre el aprendizaje y la nutrición y SOYNICA se introdujo a trabajar en los preescolares en 1990. Además, así se llegaba no solo al barrio, sino a las madres. Antes teníamos todo el barrio. Ahora vamos a trabajar directamente con las madres y las mujeres aprenden que la educación y la alimentación están muy vinculadas.

En 1993, el Programa Mundial de Alimentos decidió dar alimentos a las Ollas Comunes pero solamente a niñas y niños de 3 a 6 años. SOYNICA ya había aprendido la importancia del vínculo del desarrollo del cerebro, del desarrollo alimentario y del vínculo del crecimiento. Pero, se deja de lado a las y los bebés, que son las y los que están empezando. En consecuencia, las mamás llegaban con niñas y niños de tres años y adelante pero, ¿qué pasaba con los primeros tres años? Pues que estaban tirados en una camita, puestos en un encierro mientras las mujeres trabajaban o inventaban la manera de dar de comer a sus hijos e hijas.

Programa de Atención al Desarrollo Temprano

Ese fue el proceso: se empezó en los barrios, en las Ollas Comunes, y ahí nos acercamos a la gente de los barrios, a la comunidad. Nos damos cuenta de que hay que trabajar con los niños y niñas porque si no, el problema no cambia, porque las y los niños vienen con hábitos viejos.

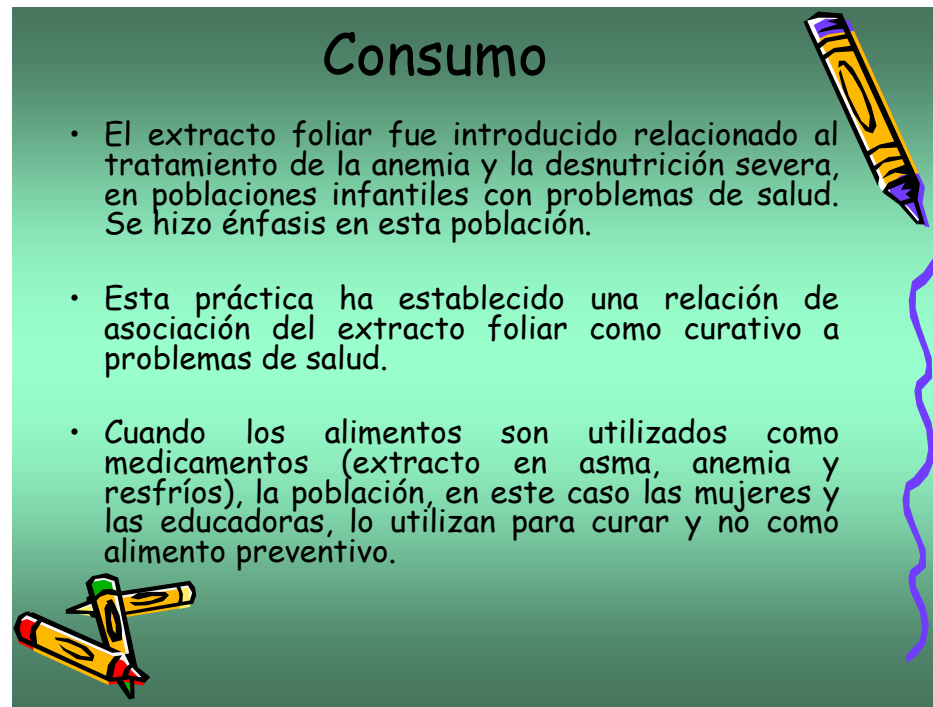
Otro aprendizaje y una de las lecciones más importantes, que se ha montado en los próximos años, desde hace unos dos años, es que el vínculo tiene que ser con el desarrollo temprano. Se trabaja con las niñas y los niños, se trabaja con las maestras y se trabaja con las madres. Pero hay una población que es la que nace y crece que viene con un déficit: la desnutrición crónica es un problema de atrás. En consecuencia, las niñas y niños de 0 a 3 años, tenían un déficit de crecimiento porque sus familias tenían un problema. Pero, además, en esos tres primeros años, que son fundamentales, desde el embarazo hasta los tres años, las niñas y los niños no tenían ninguna atención especial.

Eso llevó a SOYNICA a plantearse que había que concentrar más todavía el trabajo y se fortalece el Programa de Atención al Desarrollo Temprano, sin dejar los Preescolares. Los Preescolares son un proceso que la comunidad tiene que ir asumiendo, pero era otro proceso de responsabilidad diferente.

Aprender en grupo

En todo este proceso se encuentra que cuando se trabaja con las madres, en grupos pequeños o individualmente, se pierde un aspecto de las Ollas Comunes: que cuando se come en grupo, se aprende a comer diferente con mayor facilidad. Si se prueba una comida nueva en casa, sin tener a nadie cerca, lo como en mi casa y se termina; pero si tengo un alimento nuevo y tengo una cuartería, una calle cerrada, o un barrio, el impacto de compartir ese alimento nuevo es mayor.

Se planteó un problema: ¿hasta qué punto ese proceso de priorización nos ha llevado a que la comunidad pierda su espacio de compartir? Esta es una de las lecciones aprendidas que en el norte se está reflexionado mucho y es necesario reflexionarlo también en Managua: ¿cómo hacemos para incorporar los dos procesos juntos: el proceso de aprendizaje cultural comunitario y el proceso de atención y trabajo para desarrollar una nueva generación más sana?



Consumo

- El extracto foliar fue introducido relacionado al tratamiento de la anemia y la desnutrición severa, en poblaciones infantiles con problemas de salud. Se hizo énfasis en esta población.
- Esta práctica ha establecido una relación de asociación del extracto foliar como curativo a problemas de salud.
- Cuando los alimentos son utilizados como medicamentos (extracto en asma, anemia y resfríos), la población, en este caso las mujeres y las educadoras, lo utilizan para curar y no como alimento preventivo.

El Extracto Foliar

En este proceso, SOYNICA introduce, un poco más tarde, el extracto foliar. Las hojas verdes son una de las principales fuentes de mejoramiento y mantenimiento del sistema inmunológico y en el tratamiento de la anemia y la desnutrición. Asimismo, se enseña a trabajar con una gran cantidad de hojas, pero se introdujo para que las niñas y niños se curaran de la anemia, fundamentalmente, pero también se vio que cura del asma, los resfriados y otras muchas dolencias. Se introduce como una medicina, para curar enfermedades. En el momento en que la persona se curaba, se dejaba de tomar el extracto foliar.

Este es un aprendizaje: no se puede introducir un alimento como si fuera una medicina, porque las personas lo dejan de consumir cuando se curan: personas adultas y niños. Más de la mitad de las personas dejan de consumirlo cuando ya están bien. Cuando un alimento se introduce para curar y no para prevenir, es necesario transformar, revisar y buscar nuevas maneras de introducirlo para que se vea de otra forma.

En Ocotil, alguien decía que se lo da siempre a las y los niña/os, la gente lo sigue tomando y eso es un buen aprendizaje: el extracto foliar se come porque siempre sirve.

La capacitación y el empoderamiento

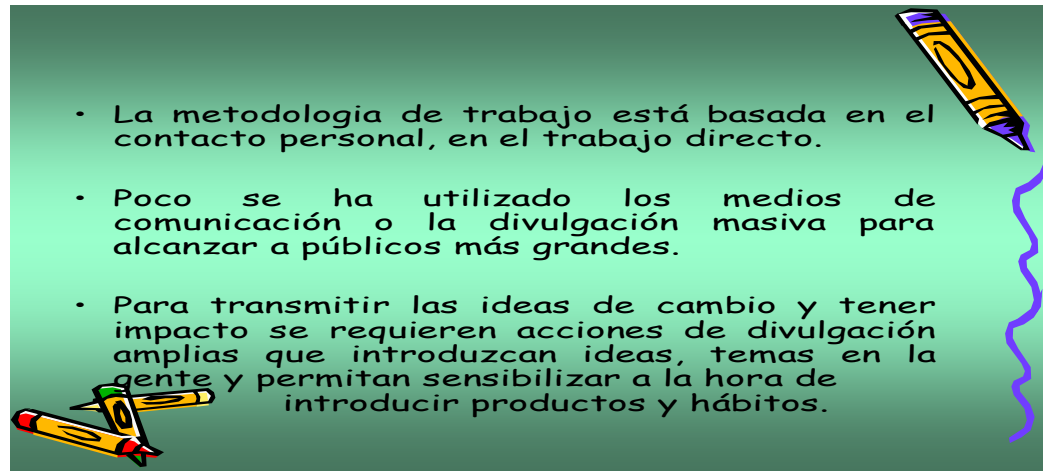
- La capacitación ha estado dirigida a temas que generen nuevos conocimientos, nuevas prácticas en seguridad alimentaria nutricional, en el desarrollo de las y los niña/os, en la nutrición y en la salud
- Por si mismos estos temas amplían las capacidades para mejorar la calidad de vida de la familia, no obstante las mujeres no derivan aprendizajes que les permitan crecer en su autonomía, en su autoestima y en su cuidado personal.
- Se requieren estrategias que orienten procesos propios en el crecimiento de ellas como personas, como mujeres.

Cuando nosotras trabajamos con mujeres, tratamos de hacerlo con enfoque de género: Tenemos que darnos cuenta de lo que, en realidad, nos pasa a nosotras, las mujeres. El enfoque de género no es corte y confección. No es que vamos a trabajar con telas. Es que vamos a trabajar con nosotras y con ellos. El género son las diferencias que nos hacen ser distinta/os a los varones y a las mujeres. Entonces, cuando nosotras trabajamos, tenemos que tener en cuenta todo eso: que las mujeres tenemos muchas responsabilidades; que es mentira eso de que no trabajamos, aunque seamos amas de casa, que quiere decir dueñas de la casa. ¿Ustedes se sienten dueñas de la casa? Somos las empleadas, pero unas empleadas que no reciben salario.

Esas cosas, en la vida cotidiana, tenemos que ir las aprendiendo y ver la forma de aprender a verlas de otra manera: ¿cómo nos defendemos? A eso, se le llama las *necesidades prácticas*. Nosotras tenemos que trabajar sobre las necesidades prácticas: trabajamos para mejorar el patio, para aprender a cocinar mejor pero también para mejorar nosotras. Tenemos un patio para dar de comer a la gente, a la familia, mejorar la alimentación pero también, para tener ingresos. Parte del patio, lo vendemos, si podemos.

Pero, esa parte del patio que vendemos, tenemos que aprender a usarla nosotras para nosotras, también. Seguramente, muchas de ustedes hace tiempo que no se hacen un papanicolau y en eso nos va la vida. Nos podemos morir por no hacernos un papanicolau, porque si no nos lo hacemos, nos puede dar cáncer y nos morimos. Con el papanicolau, el cáncer se puede prevenir y curar. Pero como tenemos que comprar los zapatos de las y los niños y las botas del marido, las mujeres no vamos nunca al Centro de Salud para vernos nosotras. SOYNICA aprendió que, si no se trabaja de esa manera con las mujeres, nosotras vamos a seguir siendo una empleada que arregla la casa, que cuida a las niñas y niños, pero que además, ahora ve que las y los niña/os tengan buena nutrición, y estamos colaborando con SOYNICA, pero no estamos colaborando con nosotras como personas, como mujeres.


Tenemos que aprender a darle vuelta al asunto de la manera que las estamos trabajando. Y como ustedes son promotoras, tienen que ser las primeras que vean las cosas de otra manera. Para dar el ejemplo.



Un aspecto metodológico de SOYNICA tiene que ver con comunicación. SOYNICA trabaja directamente con las personas, con los grupos en los barrios, promueve un impacto cercano y este país crece. Si queremos hacer cambios colectivos y que el impacto llegue más lejos, es necesario utilizar el recurso de los medios de comunicación, de la divulgación de otra manera. Una vez al mes, por lo menos aparecen informaciones sobre los temas de nutrición que promueve SOYNICA. Una de las cosas que aprendió SOYNICA es que hay que divulgar las cosas de otra manera.



Vamos seguir trabajando con ustedes; ustedes van a trabajar en el barrio, en la comunidad, en la comarca, pero tenemos que usar más la radio porque todas oímos radio. Y nos gusta lo que oímos. Y cuando hay programas que nos enseñan algo, nos gustan. Si SOYNICA usa la radio, lo que aprendemos se lo enseñamos a otras vecinas y así cubrimos a más gente, se necesitan otros métodos para llegar a más personas. Porque si las promotoras de SOYNICA hablamos con las vecinas cuando ya tienen un mes de escuchar un programa de radio que les dice cómo hay que hacer las cosas; que si

trabajamos en patio de otra manera, tendremos más productos; y nos ven haciendo lo que dice el programa, es probable que ellas mismas se acerquen y nos pregunten, no tenemos ni que ir a convencerlas: “*Mirá, vos, ¿y cómo haces vos eso? Enseñame*”.




SEGURIDAD ALIMENTARIA NUTRICIONAL Y SISTEMAS PRODUCTIVOS

- La principal experiencia de SOYNICA está basada en la utilización de los recursos del patio como complemento y diversificador de la dieta familiar.
- Cuando el patio es una fuente importante de ingresos y no forma parte de un sistema de finca (parcela, ganadería), las siembras y cosechas se priorizan para la venta y así obtener ingresos que permitan comprar otros alimentos básicos (arroz, azúcar, frijoles, incluso maíz).



SEGURIDAD ALIMENTARIA NUTRICIONAL Y SISTEMAS PRODUCTIVOS

- Cuando no hay hábitos de consumo de hortalizas las cosechas del patio se miran como fuente de ingresos y no para mejorar la dieta.
- La hortaliza se entiende y es utilizada para complementar la cocción de los granos básicos.



El recurso patio


SOYNICA piensa, junta con otras muchas organizaciones en América Latina, que el patio es clave para comer. Pero además, puede proveer otros recursos a la familia. Si las personas con las que trabajamos sólo tienen un patio, un cuarto de manzana donde tienen la casa, una vaca o una cabra y un espacio para sembrar y nada más. Entonces, ese patio y ese producto se vende. La gente,

principalmente, vende y la prueba está en los patios de Masaya, donde el recurso patio es más intensa y ampliamente utilizado para conseguir dinero. Las mujeres de Masaya salen, todas las mañanas, a las 2 de la madrugada con un canasto con tres pitahayas, seis docenas de bananos, dos chayotes y en la noche, vuelven con el dinero obtenido con el recurso de un patio. Están en la zona urbana y tiene acceso a otros recursos.

En la zona rural el problema es diferente. Si se usa el recurso patio para generar ingresos, hay que considerar que sembrar media manzana de maíz, frijoles y arroz, la cosecha es para consumo. Así entonces, el dinero que se obtiene con la venta de los limones y las chayas se utiliza para comprar otras cosas y se quedan sin nada. Entonces, el recurso patio, que iba a ser para mejorar la dieta y la nutrición de la familia, se pierde. Porque además, nuestros hábitos de consumo están muy poco dirigidos al consumo de hortalizas en grande.


SEGURIDAD ALIMENTARIA NUTRICIONAL Y SISTEMAS PRODUCTIVOS

- Las parcelas escuela han demostrado excelencia y desarrollo para aquellos que han facilitado la tierra para instalarlas y mantenerlas.
- El resto de campesinos que podrían replicar estos sistemas productivos, requieren de fondos de crédito, asistencia técnica y acompañamiento.



SEGURIDAD ALIMENTARIA NUTRICIONAL Y SISTEMAS PRODUCTIVOS

- Las cosechas de las parcelas representan un ingreso familiar, pero no hay una estrategia de aprovechamiento para que parte de esa producción sea dirigida al consumo propio y mejoramiento de la dieta.





Las Parcelas-Escuela enseñan, la gente aprende, ve cómo se produce pero requieren recursos. Si quien aprende y la mira es un campesino muy pobre, no va a tener recursos para reproducirlo.

De aquí se obtuvo una enseñanza importante: no sólo se trata de enseñar y entrenar a producir y construir algo nuevo en el patio o en la parcela, sino que, además, se necesitan recursos porque hay que comprar semilla, por lo menos de entrada, porque después la semilla se puede ir generando ella

sola; se necesitan implementos agrícolas y otras cosas. La Parcela-Escuela por sí sola no funciona si no hay apoyo en recursos económicos, en asistencia técnica y en acompañamiento.


Género y apropiación de los recursos productivos

- La apropiación de las tierras y las cosechas se genera a partir de una valoración histórica sobre la herencia y los recursos. Los hombres tienen una apropiación cultural, en sus tierras vive su familia, sus tierras producen sus cosechas, sus ganancias, sus gastos. Ellos aportan a la familia, a la casa, pero son sus ingresos. La posesión y producción empoderan por sí mismos a los hombres.



Género y apropiación de los recursos productivos

- Para las mujeres las tierras son familiares, ellas forman parte de la familia, se conciben como madres, como hijas, como esposas, como miembros de un entorno mayor, por lo tanto, las cosechas son para toda la familia, los recursos son familiares y siempre están dirigidos a resolver las necesidades familiares.
- La capacitación debería estar dirigida a un empoderamiento económico y no sólo a aspectos técnicos y nutricionales que fortalezcan los valores de cuidado familiar



Todos los recursos son del varón por cultura, por tradición y por historia. Los varones lo tienen todo, es su tierra, su negocio, sus cosechas, su mujer, sus hija/os, su casa. Tienen metido en la cabeza que todo es de ellos. Ellos no necesitan empoderarse. Pero las mujeres somos muy diferentes. Las mujeres somos parte de la familia, las y los hija/os son de él, le tenemos hija/os al varón. La mujer no tiene una construcción personal de las cosas y, por lo tanto, el patio tampoco es de ella. Y lo que produce en el patio, no es de ella, sino de la familia y cuando el patio da algunos realitos, son para comprar los cuadernos de las y los niña/os, o los zapatitos.

La Parcela genera muchos productos nuevos, se diversifica la producción familiar, pero es del varón y el varón vende los productos de la parcela. Si no hay un proceso de acompañamiento educativo, de convencimiento y de introducción del poder y de la toma de decisiones conjunta, donde la mujer pueda incidir, los recursos de la parcela que tenían el objetivo de mejorar la dieta familiar y cambiar hábitos, se van al mercado, salen a caballo y la familia, sigue teniendo un problema alimentario serio aunque la parcela esté bellísima.

PARTE III

LOS TALLERES CON LAS CONSEJERAS, LAS PROMOTORAS Y SUS COMENTARIOS Y EXPERIENCIAS

APRENDIZAJES

MAMAGUA	NUEVA SEGOVIA
<p>Aprendizajes en torno al consumo del frijol soya</p> <p>Una de las metas de organizar las Ollas Comunales fue poder educar a las madres en tener una buena nutrición en el hogar para prevenir la desnutrición. Simultáneamente, las madres coordinadoras de las Ollas enseñaban a las madres de las y los niña/os, dando a conocer los alimentos sanos y nutritivos, mediante la preparación de diferentes platillos y refrescos de soya y hojas verdes comestibles. Es aquí donde empezó el consumo de otros alimentos en un mayor número de familias.</p> <p>Se dan a conocer los valores nutritivos de los alimentos mediante una dieta balanceada. Actualmente, se ha trabajado más directamente con la familia y en las casas, en los Grupos de Atención al Desarrollo Temprano.</p> <p>Se partió de las Ollas, luego de los Centros</p>	<p>Aspiraciones y aprendizajes de las mujeres respecto de SOYNICA</p> <p>Problemática como mujeres</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ No hay libertad de opinar y de decidir ➤ No nos priorizamos como mujeres ➤ Falta capacidad de comunicación ➤ No hay autoridad ➤ Somos sumisas <p>Lo que queremos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Queremos que haya libertad de opinar y de decidir ➤ Queremos priorizarnos como mujeres ➤ Queremos tener la capacidad de comunicación ➤ Queremos tener autoridad ➤ No queremos ser sumisas <p>Solución posible</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Que los varones se capaciten para que conozcan la problemática de las mujeres <p>Lo que hemos aprendido</p>

Preescolares y actualmente se trabaja en los Grupos de Atención al Desarrollo Temprano, trabajando más de cerca con las familias, en las casas, porque ahí es donde nos reunimos en los grupos que atendemos.

Por medio de la familia, se trabaja más de cerca para dar a conocer los alimentos y mediante el consumo del extracto foliar y alimentos alternativos como la soya, el extracto foliar, frutas y verduras y alimentos que contienen vitamina C,, la vitamina A y hierro, haciendo mayor énfasis en las mujeres embarazadas y lactantes.

4.1.1.- Período de preguntas y aportes

Pregunta.- ¿Cómo están trabajando?

Respuesta.- Actualmente, se trabaja en las familias que atendemos y lo transmiten a otras familias. Son mujeres-educadoras de los Centros Preescolares que también nos acompañan en los Grupos de Atención al Desarrollo Temprano. En

➤ A hacer que se nos respeten nuestros derechos. Por ejemplo, libertad para salir y hablar, para dedicar dinero para nuestras cosas, recibir regalos, opinar y decidir.

➤ Compartir el trabajo doméstico

Aporte ampliación.- Algunas cosas se repiten, pero en el grupo, hay mujeres que tienen el problema de no tener libertad de opinar y decidir, y quizás es solamente un caso en el grupo. La mayoría sí ha hecho que se respeten sus derechos, pero no de manera amplia, porque si hablamos de derechos, son muchos. Sin embargo, se ha especificado que han hecho que se respeten sus derechos en cuanto a la libertad para salir, para vestirse: si yo me siento cómoda con lo que ando, aunque nuestros esposos nos digan que no debemos vestirnos así, hacemos respetar ese derecho. De lo que vendemos del patio o de la parcela, destinamos una parte para nosotras, nos compramos ropa interior y el marido ya no nos dice nada, porque tenemos ese derecho.

En cuanto a recibir regalos por parte del esposo,

mi grupo hay educadoras que llevan a sus niña/os.

Aporte.- Yo trabajo en los Grupos de Atención al Desarrollo Temprano, pero no me quedo ahí, también lo trabajo afuera, transmitiendo también a las amistades y a la comunidad. Tengo la dicha de que me llevo bien con mi comunidad y también lo comunico a las madres de familia, jóvenes y adolescentes que consumen estos alimentos.

Aporte.- Si hablamos de consumo, ¿hablamos del sector en que nos movemos, o de mejorar la dieta de la familia nicaragüense? Yo he aprendido que todavía nos hace falta masificar la actividad. Cuando hablamos de consumo, ¿cuántas veces nosotras mismas que estamos aquí, consumimos este alimento? Creo que nos hace falta masificar la experiencia, empezando desde nuestras familias. En mi familia, ¿cuántos días a la semana o al mes se consumen estos alimentos? ¿Hasta qué punto estamos

en el cumpleaños, lo estamos logrando. Respecto a nuestro derecho a opinar y decidir de las cosas de la casa, a vender el chanco o los aguacates o lo que sea, decidimos nosotras, aunque no esté el marido, no esperamos a decirle al cliente que no le podemos vender, porque no está el esposo. Muy al contrario, vendemos lo que tenemos que vender. En varios casos se repetía que ya se comparte el trabajo doméstico. Eso no es muy común y menos en las comunidades rurales, donde lo que es de cocina lo hacemos las mujeres y lo que es de campo, lo hacen los varones. Pero la mayoría de las del grupo, hemos logrado compartir el trabajo doméstico.

La incapacidad de comunicación es porque nos cuesta expresar lo que sentimos como mujeres. Tal vez tengo el trago grueso en la garganta y no lo decimos y nos quedamos con eso, como mujeres. Necesitamos salir del temor, porque tenemos temor a las consecuencias: ¿qué me va a decir mi marido? Una compañera decía que, tal vez, sólo íbamos a agravar el problema si

convencidas de lo importante que es este alimento? Por ejemplo, el extracto foliar que es rico en hierro, en proteínas, en clorofila que ahora se está divulgando y es carísimo. ¿Hasta qué punto estamos apropiadas nosotras para empezar la segunda etapa?

Mediante la Atención al Desarrollo Temprano creo, que hemos llegado a 30 o 35 familias en la comunidad. Ahora, el desafío sería ver con que regularidad están consumiendo el extracto foliar esas familias y qué cambios se observan, para seguir aprendiendo lecciones y mejorar el trabajo.

Consumo del Extracto Foliar

Es necesario promocionarlo a todas las personas, estén en el programa o no. Nos hemos quedado promocionando el extracto foliar solamente a las familias con las que trabajamos: con las y los niñas y niños de Atención al Desarrollo Temprano y de los Centros Preescolares. Pero, si generalizamos y averiguamos cuál es el consumo en todo un barrio, vemos que la gente considera

hablamos. Por eso, creemos que lo mejor es no decir nada.

Aporte de SOYNICA

Cuando nos presentamos en la mañana, todas como que asumíamos el rol que siempre hemos tenido como mujeres. Venimos aquí y decimos: *“Hemos aprendido a cocinar la soya, hemos aprendido a mejorar la alimentación de nuestros hijos e hijas, hemos aprendido a trabajar más en el patio”*. Sólo pensamos en función de otras personas, porque todas las que nos presentamos aquí, hemos dicho algo que nos identifica como personas que vivimos para los demás.

Considero que esa es una lección aprendida. Es posible que SOYNICA, como organización, estamos reafirmandoles o consolidandoles o remarcandoles el rol que siempre hemos tenido, pero que deberíamos trabajar en el sentido de pensar en nosotras, de sentir un deseo de cuidar de nosotras.

que este producto es solamente para las y los niña/os o las familias que están en el programa. En cuanto al extracto foliar, solamente las familias atendidas por SOYNICA a nivel de Programa de Atención al Desarrollo Temprano. La mamá, cuando el niño sale de promoción de Tercer Nivel y va al Primer Grado, se lamenta porque el niño ya no sigue tomando extracto foliar ni comiendo soya. Esa es otra de las lecciones.

Nosotras tenemos que desarrollar una labor de convencimiento de que el extracto foliar no se queda en el Centro Preescolar, sino que se puede llevar a la casa y seguirselo dando al niño y a toda la familia. Esta es una lección dura, que duele al escucharlo. Hay mamás que nos dicen que el niño tiene anemia y está desnutrido y solicitan que se incorpore el extracto foliar a la Educación Primaria. Muchas personas lo ven como que sólo se puede suministrar extracto foliar a las y los niña/os y familias que están en los Programas de SOYNICA.

Hace unos días, cuando preguntamos a un grupo de mujeres qué querían cambiar para ellas, ninguna nos pudo decir qué querían cambiar. Entonces, les puse el ejemplo de mis canas. Yo, lo que más deseo en mi vida, es que no me salgan canas o pintarme las canas. Pero, esa capacidad de decir lo que queremos para nosotras, nos falta a muchas mujeres. Nos falta aprenderlo.

Esta situación no sólo se da entre mujeres campesinas. Se da también entre mujeres profesionales. Hay mujeres profesionales que tienen muchas limitantes.

Capacitación y divulgación

- La organización es importante, permite mejorar lazos de amistad y nexos sociales.
- La capacitación ha permitido la comunicación entre personas dentro y fuera de la comunidad. También ha elevado la autoestima.
- La práctica de lo aprendido genera motivación para el cambio a otras personas

Ha habido timidez en la venta del extracto foliar y falta de conocimiento, porque no lo hablamos ni lo decimos a todos los sectores. Consideramos que deberíamos hablarlo cuando estamos en reuniones, o con amigas y vecinas, o una conversación en el bus o donde sea, para transmitir información sobre el extracto foliar.

Estamos viendo actualmente que la Flor de Jamaica se ha puesto de moda, todo el mundo la toma y se interesa por ella, porque lo han saboreado. Hay lugares de degustación. Pensamos si se podría hacer algunas degustaciones en diferentes eventos donde podamos facilitar que la gente saboree el extracto foliar que no es feo, ni tiene sabor desagradable y es muy bueno para la familia y la salud.

Falta que las promotoras consuman el extracto foliar para que lo hagan propio y lo puedan divulgar. Las principales convencidas de que es bueno, que tiene buen sabor es la promotora para

y familias.

- La capacitación proporciona conocimientos y capacidades a las familias, permite reconocimiento por parte de la comunidad y otras organizaciones. La comunicación entre parejas ha mejorado.
- La metodología de trabajo asistencialista de otros organismos ha afectado a SOYNICA. En otros barrios, hay un organismo que apoya pero, la gente no quiere trabajar, y nosotras somos como el ejemplo en ese lugar. Proponemos una reunión con los organismos que promueven ese tipo de trabajo en el que sólo se trabaja si hay un pago a cambio. Cuando este organismo se vaya, el problema va a quedar, las familias van a quedarse ahí y van a perecer. No van a saber cómo trabajar las familias por sí solas porque el organismo se va y, si no tienen apoyo, van a ir al fracaso. Sería bueno que SOYNICA se involucrara para concienciar a la gente.
- SOYNICA debería gestionar recursos para

darlo con mayor convencimiento. Porque la gente, cuando le hablamos de cualquier tema y nos ven que dudamos de lo que decimos, no se lo creen y no lo prueban ni lo compran. Hay que hablar con seguridad: “Mire, aquí estoy, tengo casi 50 años y tengo unas energías que camino cuatro kilómetros y no me pasa nada”. Hay mujeres más jóvenes que yo que se cansan antes, porque yo tomo extracto foliar. Y no nos hemos quedado sólo con la soya y el extracto foliar, porque promovemos el consumo de las frutas, los vegetales, las hortalizas, la siembra. Pero nosotras mismas tenemos que tener el entusiasmo de transmitir el consumo del extracto foliar.

Promocionar el extracto foliar como un alimento que complementa y aumenta la capacidad nutritiva de nuestra dieta diaria. Quitarnos de la cabeza que es un medicamento, que es bueno porque cura el asma, la artritis, no sé qué y cuando ya nos curamos, ya no se sigue tomando. Y tenemos que tener en cuenta que las enfermedades nos llegan porque nos falta algún

ser dirigidos al fortalecimiento de la divulgación para contrarrestar la realizada por empresas y organismos que promueven alimentos no nutritivos.

Aporte.- Estas cosas que hemos ido diciendo, son ideas del grupo. Una de las cosas importantes que decían es que las organizaciones importantes permiten establecer lazos de amistad y mejor roce social. Por otra parte, las capacitaciones han permitido platicar, tener más amistad, dentro de la comunidad; y también, fuera de la comunidad, como en este tipo de encuentros. Pero, que también, invitaron a las familias en la comunidad, para que tuvieran esos espacios de comunicación. No es lo mismo mirarse como vecina o como habitante de una comunidad donde todas somos el grupo meta, que verse dentro de un grupo donde el organismo nos mira a todas por igual. Las capacitaciones, sobre el tema que sea, nos permite un espacio importante para la mejora de la amistad.

nutriente. No debemos promocionar el extracto foliar como un medicamento que cura enfermedades.

Período de preguntas y respuestas

Aporte.- Considero que es bonito platicárselo a las personas, pero con lo que uno más convence, es con el ejemplo. En mi barrio, me dicen que tengo muchos años pero nunca estoy quieta. En la mañana y en la tarde estoy trabajando e inventando qué hacer. Y quienes me conocen, ya dicen: “¡Ah!, es que ella come *extracto foliar y soya*”. Y esa es la manera de convencer. Además de decírselo a las personas, de manera verbal, dar ejemplos. Por ejemplo, si un muchachito siempre estaba en el hospital y después de alimentarse con soya y extracto foliar se lo ve rosadito y bonito, decirlo, contarlo. Esos ejemplos son el mejor testimonio del trabajo que realizamos y convencen a otras personas.

Aporte.- El extracto foliar no hay que venderlo

La capacitación siempre no da un conocimiento nuevo pero la práctica de lo aprendido, sirve para motivar el cambio a otras familias. Por ejemplo, si yo sé hacer injertos o poner los viveros de las rosas o de las flores para vender, si hay vecinas que me ven hacerlo y seguramente lo van a repetir. Hay vecina/os que aprenden de vernos. Porque una capacitación en la que sólo se aprende de memoria sin aplicar lo aprendido, es como no hacer nada. Llevar a la práctica lo aprendido es la verdadera lección.

También, la capacitación proporciona conocimientos y capacidades a las familias que les permite el reconocimiento por parte de la comunidad y de otras organizaciones. Por ejemplo, las capacitaciones dan conocimientos y eso permite que las familias reconozcan, en esas personas capacitadas, el conocimiento o la capacidad que tienen y que han adquirido.

Las mismas organizaciones dicen que les permiten ser reconocidas porque se abocan a

como un alimento para pobres, ni alternativa para desnutridos. Nos hemos quedado a ese nivel y nosotras, como lo conocemos, lo divulgamos, lo vendemos a la familia, lo damos en el hogar, pero tiene otros beneficios para las mujeres de los que no se habla tanto. Tenemos que desmitificarlo en el sentido de que no es solamente un alimento para pobres, sino una alternativa, un complemento nutricional que tiene otra serie de propiedades. Por otra parte, en cuanto a la campaña de divulgación, es cierto que el ejemplo es lo más válido, pero si se pudiera, dentro de la estrategia de SOYNICA, tener una destacada figura nacional como un deportista o alguien destacado que sea alguien a quien se desea imitar, sería muy bueno para cambiar la imagen, que no sea solamente el producto de la gente pobre sino algo que beneficia a todo el mundo. Tenemos atletas nacionales que consumen extracto foliar y que, a veces, lo dicen,

Aporte.- Muchas veces, las personas, cuando están cerca del programa que tienen

quien ejerce algún tipo de cargo.

La comunicación entre parejas ha mejorado. Llama la atención que, en el primer grupo, las mujeres dijeron que, aunque es un problema, se ha demostrado que la capacitación ha sido un factor que ha permitido mejor comunicación entre la pareja o que la comunicación en la pareja, poquito a poco, va mejorando. Una integrante del grupo decía que ahora, se puede detener a saludar a alguien en el camino y no piensa que está hablando de su relación con su esposo, sino que ya supone que puede estar hablando de la capacitación o de otros temas. Eso ha permitido que ella pueda hablar con otros promotores de otra organización y eso ha facilitado que la comunicación entre la pareja haya mejorado.

Igualmente, el hecho de salir de la comunidad y dejar al compañero solo, aunque en algunos casos ha sido muy difícil, se ha ido mejorando. Ese es un motivo de satisfacción.

acceso al extracto foliar, cuando se van, no hay para darle seguimiento y que lo puedan comprar. Sería necesario que promocionásemos el extracto foliar mediante puestos en diferentes lugares para que la gente tenga acceso a este producto.

Aporte.- Yo promociono el extracto foliar como un alimento más, no como un medicamento. Un ejemplo que le pongo a la familia soy yo misma: yo lo consumo en la casa y se lo doy a mi marido y a mis hija/os. No estoy embarazada, no estoy enferma, no soy madre lactante y lo consumo porque es un complemento nutricional. En Nicaragua comemos mal. Hay días que comemos solamente arroz y frijoles y nos hacen falta muchas vitaminas, porque no comemos frutas y vegetales. Pero si comemos cinco gramos de extracto foliar y ahí están las vitaminas que no contiene el alimento cotidiano. Igualmente, pasa con los niños y las niñas. Si hablamos con las familias, se transmite mejor con el programa de la Atención al Desarrollo Temprano, porque estamos directamente en las

En cuanto a la metodología de trabajo, se considera que la utilizada por SOYNICA es un ejemplo para las demás organizaciones porque en otros casos, los organismos son asistencialistas: proporcionan de todo a las familias, pero las familias no aplican los conocimientos adquiridos. Sin embargo, la metodología utilizada por SOYNICA contribuye a la orientación, a la reflexión, a la comunicación, al razonamiento. Todo eso permite aplicar los conocimientos aprendidos en las propias familias y en las familias de otras compañeras. Porque las promotoras pueden dar los consejos, los razonamientos, hacer las reflexiones con las familias y decir que no dependen de que se les lleven los recursos, sino que se pueden aplicar con su propia iniciativa.

Respecto a la divulgación, hemos concluido que tenemos debilidades en ese ámbito. Necesitamos enfatizar más este aspecto y ponerle más energía a la parte divulgativa de nuestro

casas, donde se nos unen las mujeres de la familia y llegan vecinas que escuchan y aprenden para transmitírselo a otras personas.

Aporte.- En el barrio “José Dolores Estrada”, tenemos que hacer algo para que nos crean lo que decimos del extracto foliar. Porque sólo decir que está en venta, que es para esto o aquello y los beneficios que tiene, no resulta. En mi familia pasó algo. Mi mamá está muy enferma y la casa es una farmacia: hay pastillas para todo. Pero le llevé el extracto foliar y costó que lo tomara, pero se lo hice en fresco o en otros alimentos y ella me veía que yo no me cansaba nunca de hacer cosas en la casa. Cuando se extrañó de verme siempre tan animada, le expliqué que tomo extracto foliar. Ahora, tiene un problema de que se le inflaman los pies, no podía caminar pero ahora, cada vez que se siente que se le desinflan los pies, ella misma dice que es porque toma extracto foliar. Y está dejando de lado el medicamento. Tanta fe tiene en el extracto foliar que yo tengo familia en otros

quehacer, de nuestro trabajo y de la metodología.

La lección aprendida en este aspecto es que no hemos encontrado la manera de divulgar sin invertir mucho dinero, aprovechando las diferentes maneras de hacer uso de los medios masivos. Estamos conscientes que no podemos luchar contra la propaganda de las transnacionales que promueve productos chatarras como la Coca-Cola y otros. Por lo tanto, necesitamos aprender a comunicarnos mejor de manera personal, crear un ambiente de confianza con la persona para razonar, convencer y poder cambiar sus hábitos de consumo.

Aporte.- Las empresas que distribuyen alimentos no nutritivos, hasta dan premios por consumirlos, si se presentan las chapitas de los envases. Y la gente, aunque no tenga dinero, compra esos productos, para obtener los premios que dan. Y nosotras no tenemos los medios para contrarrestar esa publicidad.

países y tengo una sobrinita que padece de asma, y con las medicinas que le dan para su problema, se engorda. Entonces, le empezamos a dar extracto foliar y la niña se está mejorando. Pero sucede que sus amistades de Miami también quieren extracto foliar, y necesita que le enviemos grandes cantidades de bolsas.

Aporte.- Un taxista que es vecino mío, le pidió una vez a la señora que nos vende el pan que le diera del pan que como yo, porque me mira con mucha energía. Entonces, le dije que no es en el pan donde encuentro la energía, sino en el extracto foliar.

Aporte.- En los grupos de Atención al Desarrollo Temprano está la base del uso continuado. Porque yo tengo madres cuyos niñas y niños ya no están en el grupo, se han ido a otros Departamentos y mandan a traer el extracto foliar. Yo tengo familia en El Salvador y les mando el extracto foliar y cuando vienen, se llevan bastantes bolsas porque allá no hay y les gustaría que hubiera un programa similar.

Aporte de SOYNICA

Lo que han señalado es muy importante hacia fuera, pero, hacia adentro, ¿qué podemos hacer? Aunque sea sólo con las 385 familias con las que se está trabajando actualmente, aunque recientemente se han aumentado otras 25 familias más. Pero, de todas esas familias, ¿quiénes están consumiendo como un alimento diario el extracto foliar? Dejo la inquietud, porque tenemos que hacer cosas hacia fuera, pero también, cosas hacia adentro. Siempre se habla de lo importante que es el ejemplo. Creo que un buen ejemplo sería que en estas familias no haya casos de desnutrición, ni de anemia, porque nuestro indicador sería que están consumiendo extracto foliar.

Sin embargo, es importante proyectarse hacia fuera, porque hay un desprestigio del extracto foliar y de la soya y tenemos que darle otra imagen. Nosotras estamos sacando un anuncio en un calendario agropecuario que ya lo han publicado y dijimos que no íbamos a hacer la

Incluso, me piden copia de los folletos para enseñar a las madres de allá. Tenemos que estar claras de que el extracto foliar no es un medicamento. Al principio, se siente como que sí lo es, porque yo empecé a tomarlo porque yo padecía de migraña, y me daba sangrado en la nariz. Yo empecé a tomarlo como un medicamento, pero estoy clara de que no es medicamento, porque yo me tomo diariamente 20 gramos de extracto foliar y ando todo el día en el barrio, trabajo de noche y llego hasta las 10 de la noche en la casa y no me canso. Lo que necesitamos en una buena alimentación, porque si no tenemos recursos, es necesario ir a lo más práctico, que es el extracto foliar. Aprovechémoslo que lo tenemos en Nicaragua. En El Salvador, cuando llego, me piden siempre de “aquella cosa verde”. Tenemos que aprovecharlo y divulgarlo más en nuestro país. Y donde estemos.

Aporte.- Una señora que quiso llevar el extracto foliar, en la frontera con Costa Rica, las dos

publicidad para la Casa Nutrem, sino para el extracto foliar y, en principio, habíamos pensado sólo la fotografía de la hoja y poner el jingle que Carlos Mejía compuso para la hoja verde, pero lo hemos cambiado la imagen.

Ahora, no va a salir la hoja de siempre, sino una atleta gimnasta, vestida de verde, para que llegue el mensaje de otra forma. Tal vez de esta manera, a muchas personas no nos va a dar pena decir que tomamos extracto foliar. Porque hasta ahora, la gente sólo admitía que comía hojas verdes cuando ya no hay otra cosa que comer.

Pensemos que las y los atletas lo son porque se están alimentando de manera saludable. Pienso que sí tenemos que divulgar los alimentos sanos hacia fuera, pero tenemos que dar otra imagen. Y sería bueno que ustedes dieran otras ideas para proyectar la hoja verde de forma que no sea solamente la hoja verde que siempre andamos pregonando, sino también los buenos efectos que produce, pero con otras imágenes. No sólo poner

veces que intentó llevarlo, se lo quitaron. Ella quiere consumirlo, pero no puede.

Aporte.- Yo tengo familia en Costa Rica y lo he pasado y allí lo está consumiendo toda mi familia y no ha habido problemas. Uno se ingenia la manera de cruzarlo y en mi familia, he logrado que dos de mis hijos lo consuman como un alimento más y yo misma. Ha sido una tarea difícil lograr que la familia lo consuma, pero como ellos me miran que yo lo consumo con mucho interés, me imitan. Ellos ven que yo antes tomaba mucho medicamento para problemas que padecía de inflamación del colón y ahora, no sé si será el extracto foliar, pero desde que lo tomo, ya no necesito más medicinas. Por eso, yo lo promociono entre mi familia y ya, entre mi familia, son bastantes quienes lo consumen, aparte de mi trabajo de servicio en la comunidad. No sólo lo promociono en mi comunidad, sino en otros barrios de alrededor. Cuando voy a Costa Rica, llevo el extracto foliar en mi bolso de mano y no me lo registran. Llevo mis cosméticos en mi

los valores nutricionales que tiene, sino ilustrarlos.

Todo eso necesita recursos pero, mientras logramos los recursos, mientras buscamos asesores de imagen, y buscamos cómo proyectarnos de otra manera, tenemos que hacer cosas hacia adentro. Por ejemplo, proponernos que en el 2005, en mi familia no haya ningún caso de desnutrición, mujeres, niñas, niños, varones adultos. Y nadie con anemia. Y para lograrlo, hay que consumir extracto foliar. Y cuando nos demos cuenta en SOYNICA de que se han incrementado las ventas de extracto foliar, vamos a entender que es cierto que se está consumiendo más.

Respecto del asistencialismo, en SOYNICA estamos claras de que regalar alimentos no resuelve el hambre en el país, ni el problema de la desnutrición y la anemia. Eso se resuelve mediante acciones como las que ustedes desarrollan acompañadas con las técnicas del equipo pero también, en la medida en que las

bolso e incluso, cuando ha habido ocasiones en que me han abierto el bolso, lo primero que miran son los cosméticos, algún bloomer y debajo, van las bolsas de extracto foliar. Yo viajo con unos bolsos de mano bastante grandes donde alcanzan bien varias bolsas de extracto foliar. Acabo de pasar diez bolsas de a libra.

Aporte.- Yo he cruzado esa misma frontera con bolsas de diez libras y también lo llevo empaquetado. El que va empaquetado en bolsas de a libra no tiene problemas, pasa sin dificultad. También he pasado semilla de jícara y policereal sin problemas. Pero hago lo mismo: lo meto en un bolso grande y encima le echaba un poco de chereques y los de Migración sólo miran por encima y no hay problemas. Lo que hay que hacer es lograr que concentren su atención en la maleta o en el valijín grande y dejen en paz el bolso de mano. Pero pasa sin problemas.

Aporte.- Algo que pasó fuera de Nicaragua con el extracto foliar fue que yo me fui con mi

mujeres nos vayamos reconociendo como mujeres.

Estas lecciones que estamos aprendiendo, nos van a servir para seguir analizando y pensando cómo le vamos entrando al proyecto de tener una vida sana. Porque ese es el objetivo: tener una vida saludable para toda la familia.

Aporte.- Me preocupa que siempre que se habla de soya y extracto foliar, a continuación aparecen las palabras anemia, desnutrición y pobreza. Lo último que se ha dicho en la intervención anterior, “la buena nutrición de la familia”, es otro paquete. Ese es otro planteamiento. Yo soy una persona alta y grande, nadie puede pensar que estoy desnutrida, pero yo doy testimonio de que pasé una espléndida menopausia y un climaterio sin dificultades ni sofocones, porque diariamente comía soya. Yo no supe lo que era un calentón, ni un malestar. Pase mi menopausia, que ya quedó atrás, sin problemas. Considero que una publicidad en que aparezca una mujer adulta, en buena forma, guapa y afirmando que toma

hermana por si tenía algún problema porque llevaba las diez libras de extracto foliar porque si no le dejaban pasarlo, regresarme yo con la bolsa, pero le quedaron viendo la bolsa, interesados en qué era ese polvito verde. Pero ella llevaba preparado un vaso con fresco de tamarindo y les invitó a tomar un poco, pero primero se lo tomó ella misma y le dejaron pasar, porque vieron que no daba ninguna reacción negativa. Quizá estaban esperando que me desmayara o algo así, pero como no hubo nada, les llamó la atención y explicaron que es un complemento nutritivo que funciona también como medicina contra varias enfermedades y que, además, ayuda a adelgazar. Al final, se lo dejaron pasar sin problemas.

Grupo Metodología

La metodología que SOYNICA ha utilizado con nosotras como educadoras y consejeras y que hemos reproducido en nuestros barrios, es adecuada, porque es la metodología del “aprender haciendo”, pero durante las discusiones con otras personas, se dijo que es un método correcto, pero que tenemos que iniciar

soya o que toma extracto foliar, cambia completamente el concepto. Pero, si se pone a un niño desnutrido, ojerosito, la gente no se interesa por alimentarse con eso.

¿Por qué compramos gaseosas? ¿Quién ha visto un anuncio de esas bebidas que no son nada sanas, con gente pobre, triste, amargada? No, ¡es gente joven, atlética, que está en la playa, haciendo deporte, bailando en una fiesta! Ni siquiera están trabajando. Yo no sé de dónde sacan los reales los personajes de los anuncios para vivir de esa manera. Nadie trabaja.

Yo no soy profesionalmente asesora de imagen, pero sí soy publicista, comunicadora y en la medida en que se siga asociando la soya, el extracto foliar, el trabajo de ustedes que es espléndido y que ustedes mismas lo sigan asociando a la pobreza, a la desnutrición, a la miseria, al pobrecito de mí, qué horrible, en esa medida, no vamos a conseguir que la soya o el extracto foliar, no vamos a conseguir que otras personas lo prueben.

primero un proceso de sensibilización fuerte, porque a nuestras mujeres les gusta que se lo demos hecho: se toman la leche si le damos el litro preparado pero si las invitamos a irlo a hacer, no lo hacen. Por lo tanto, el trabajo, para los próximos años, tiene que estar iniciando un proceso de sensibilización en nuestras mujeres.

Tenemos que utilizar los recursos disponibles, porque a veces, dicen que un taller no se da porque no había soya. Pues bien, utilicemos otros recursos.

Las mujeres de la Atención al Desarrollo Temprano solicitaron capacitaciones en el cuidado prenatal y elaboración de bocadillos a base de extracto foliar y soya. Que no nos quedemos en lo que ya sabemos hacer: chorizo, leche, indio viejo. Sino que queremos aprender a hacer pastelitos, pasteles. A ver si así se lo comen con más sabrosura. Porque los bocadillos son más ricos que el chorizo.

No se trata de encontrar una rubia platino maravillosa. Puede y debe ser una estupenda nicaragüense, que salga en el anuncio con cara de alegría. Y así vamos a vender. Estas son sugerencias que se me ocurren. Yo tomo soya y me encanta y he dejado de tomar el extracto foliar porque durante un tiempo no había en mi supermercado, pero ya hay y ahora, lo he vuelto a tomar.

Aporte.- Una vez vino un chele a ver. Yo estaba trabajando con programas de niñas y él me decía: *“¿Cómo vamos a seguir apoyando un programa que todos los años nos manda las fotos de niñas y niños desnutrida/os, pobres, sucia/os? Eso quiere decir que lo que nosotros aportamos, no sirve de nada. ¿Para qué vamos a seguir aportando algo que no resuelve nada? Enséñame que las y los niña/os están en la escuela, bonita/os, limpia/os, que la mamá mejoró, que la casa está mejor, que tiene ladrillos y nosotros por supuesto que vamos a seguir dando y cada vez más plata, porque significa que la plata que damos, sirve para*

Involucrar a varones y adolescentes en el proceso de aprendizaje, que no nos quedemos sólo las mujeres adultas, porque los y las jóvenes también tienen que aprender. Ellos son los futuros padres y madres, las y los que tienen que saber que esos alimentos son buenos y son los que van a introducir los cambios en su alimentación.

Nuestro método de “aprender haciendo” nos gusta, pero necesitamos lograr que muchas otras mujeres lo hagan y también los varones.

Período de preguntas y respuestas

Aporte.- Hace un año o dos, se hizo una demostración del extracto foliar en la organización “Acción Médica Cristiana” y allí, un señor se puso en pie y dijo muy serio: *“Yo no sé por qué las mujeres no hacen extracto foliar, si es facilísimo. Yo he visto a las mujeres bajar las hojas de guayaba y hacerlo y yo vi que era facilísimo”*. Pero él no se puso a hacerlo. Hay que enseñarles a hacerlo con sus manos, a ver si

algo”. No es enseñar lo “pobres que somos” lo que nos sirve de nada, porque mostramos que somos muy pobres y que además, no podemos salir adelante. Yo creo que es al revés: tenemos que demostrar que podemos salir adelante.

Sistemas productivos: patio, parcela, otros.

Las familias valoraban menos los productos que el patio, parcela, la mayoría regalaban los productos a visitantes. Ahora, han aprendido a no regalar los productos, a calcular los costos de producción, de sus cultivos mediante cotizaciones y otros recursos utilizados.

Las familias, antes se dedicaban al cultivo de productos tradicionales. Ahora, han comprendido la importancia de diversificar los cultivos del patio y la parcela, lo que les permite mejorar su dieta alimenticia, vender los excedentes y comprar alimentos nutritivos y los ingresos son muy bien administrados por las mujeres.

les parece tan fácil.

Aporte.- Este año, llega un padre de familia cuando estoy haciendo leche de soya, a las 11 de la mañana, que llegó a traer al niño y me cuenta que tiene una soya en remojo. Entonces le pregunto, a qué horas lo puso a remojar. “*Desde anoche, a las 10 de la noche*”, me contesta. Claro, a esta hora se está fermentando la soya y así no se le puede sacar leche, porque se va a cortar, pero él no lo sabía. Es necesario enseñarles también a los varones.

Aporte.- Cuando se pasa el tiempo para elaborar una leche de calidad, a veces se nos pasa el tiempo o en la manipulación de la leche se nos descompone, pero con esa leche descompuesta es que se pueda hacer la cuajada. Es decir, que cuando se nos descompone la leche, no la botemos por el lavadero, sino que esa leche agriada se usa para la cuajada, el yogur y otras cosas. Es necesario que la gente sepa que tenemos el conocimiento para que nos pregunten

Antes, la producción del patio estaba al mando de los varones, lo que impedía que las mujeres conocieran los ingresos que genera el patio. Ahora, es la mujer la que maneja el patio, comercializa los productos y toca el dinero.

La mayoría de las familias han hecho el esfuerzo para diversificar el patio o la parcela, pero la mayoría se encuentra con una limitante que es la falta de agua.

Las familias han experimentado técnicas de asocio de cultivos como maíz con yuca, piña con millón, lo cual les ha servido para aprovechar la tierra, diversificar los productos. Esto plantea una nueva opción en tiempos de sequía. Por ejemplo, este año no se cosechó maíz, pero se cosechó yuca.

Masificar cultivos que se adaptan a la zona como papaya, yuca, pitahaya, piña, camote, ya que los siembran en pequeñas cantidades y da buenos resultados. El uso de abonos orgánicos, incorporación de rastrojos, abonos verdes en pequeñas parcelas, ha permitido que los

cuando tienen dificultades para manipular la soya. ¡Que las familias del barrio sepan dónde estamos y qué sabemos!

Aporte.- Cuando yo tenía nueve años, tenía un hermano de 14. Mi mamá trabajaba en las Ollas Comunes y nos llevaba para que ayudáramos a las cocineras para que aprendiéramos. Cuando se cerraron las Ollas Comunes, el conocimiento no se perdió, porque mi hermano se iba al mercado a comprar la libra de soya para hacer leche y apartaba la payana. Después, nos bebíamos la leche y los varones se instalaban a ver televisión con la payana cruda, como si fuera palomitas de maíz, y le ponían azúcar para comérsela. Si hay algunos varones que la saben hacer y la saben consumir.

Grupo Poblaciones-meta

Recordando cómo fue que SOYNICA llegó a los barrios, fue a través de las Ollas Comunes, donde se daba atención a las y los niña/os, a las embarazadas, a las lactantes y a la mujer en general. El propósito de esta introducción del

productores observen el cambio de sus tierras, aunque se lucha para que los productores varones eliminen por completo el uso de agroquímicos.

Se debería capacitar a las familias en temas como patio, género para un mejor empoderamiento de la mujer.

Pregunta.- Ahí dice: “*Antes, la producción del patio estaba al mando de los varones, lo que impedía que la mujer conociera los ingresos que genera el patio. Ahora, es la mujer la que lo maneja, comercializa los productos y toca el dinero*”. Pero, ¿decide sobre el uso de ese dinero?

Respuesta.- También decide. Antes, las mujeres éramos las de la rutina. No teníamos derecho a opinar sobre el patio o sobre la parcela. Los varones decían que sólo ellos podían. Pero ahora, somos nosotras las que decidimos porque yo tengo mi marido y el me dice que sólo él puede sembrar maíz y yo como mujer, también lo puedo hacer y soy yo la que, si yo siembro, yo decido que hacer con el producto de mi patio.

Programa era mejorar la nutrición de la niñez en los barrios, pero sucedía que, si en algunos casos mantenían la misma desnutrición, en algunos casos hasta se empeoraba el nivel de desnutrición. Ante ese hecho, se llega a la conclusión de que las Ollas Comunales no eran la solución para el problema, sino que lo acentuaban, porque las madres se confiaban que el niño iba al Centro Preescolar y allí tenían merienda. Por lo tanto, en la casa no daban desayuno y mandaban a los niños y las niñas sin desayunar, porque pensaban que allí tendrían suficiente comida. Y cuando llegaban los niños y las niñas a la casa, como se suponía que habían comido en el Centro Preescolar, no les daban la cena.

La idea era poner la Olla Comunal y agregarle a la dieta del niño un tiempo más de comida: de las tres que había en el hogar, aumentar una más en la Olla o en el Centro Preescolar. Pero la mamá no entendió bien la información o el mensaje y, en vez de darle siempre sus tres tiempos de

Aporte.- En mi patio tenemos parcela de piña, yuca, pitahaya, camote. Había bastante piña. Si yo siembro poquito, lo voy a utilizar para el consumo de mi familia, pero cuando produzco demasiado, lo vendo y bastante. En cuanto a las maracuyás o calalas, teníamos una parcela de 25 parras y como la cosecha era abundante, yo vendía y consumía en el hogar. En cuanto al dinero, las familias somos pobres y no tenemos dinero. Si tengo necesidad de comprar algo para mí, me lo compro. Mi marido no me pregunta que por qué me compré algo y no traje comida. Porque yo soy la que salgo a vender y soy la que agarro los reales. Yo soy la que decido qué voy a llevar a la casa, para mí y para mi casa.

Aporte.- Mi marido trabaja en carpintería, en Totogalpa. Pero, una vez, él estuvo como tres meses sin trabajo y, en ese tiempo, nosotros teníamos bastante cosecha de maracuyá, piña y pitahaya. En ese tiempo, no podía comprar algo para mí porque él no estaba trabajando. Yo tenía que llevar el alimento a la casa y suplía la necesidad. Y cuando él ya gana, compra ropa y

comida, en el hogar se le quitaban dos tiempos de alimentación. Ese fue el problema que daba mayor desnutrición en los niños y niñas.

La lección que aprendimos fue que esa no era la manera adecuada para tratar el problema de la desnutrición. Ahora, para solucionar este doble problema que se nos ha presentado ante la mayor desnutrición de los niños y niñas, hemos llegado a la conclusión de que lo que tenemos que hacer es enseñar a las familias a recuperar la cultura alimenticia para tener mejores resultados nutritivos. Ahora, estamos tratando de recuperar la cultura alimentaria en el hogar.

Dentro de esa tarea, en vez de darle al niño un pinolillo o un fresco de naranja, preferimos darle una botella de gaseosa y la alimentación nutritiva, de tomar un refresco de chicha, se considera que eso es de pobres, muy barato. Se prefiere una gaseosa, aunque la chicha es más nutritiva.

zapatos a los niños y a mí, venimos juntos a comprar a Ocotil.

Aporte.- En mi caso, soy padre y madre para mis tres hijos. Trabajo mi parcela y de ahí, yo soy la que decido. Yo manejo mi parcela, yo toco el dinero. Yo no tengo ese problema de que mi marido me diga qué hacer con el dinero. Todo lo que agarro es para mis hijos y para mí misma.

Aporte.- Me parece que lo que llamaba la atención era la expresión de que “*tocaban el dinero*”. Ese aporte, no sé si lo toman también para la mujer.

Aunque el trabajo del patio es un recargo para la mujer, con SOYNICA tiene la oportunidad de andar fuera de la casa, en actividades del patio, reuniones y capacitaciones, donde las mujeres encuentran un espacio entre “ellas”, donde pueden platicar, compartir novedades y todas sus experiencias.

Pregunta.- No sé si ustedes están de acuerdo con algunas de las cosas que planteamos. ¿Cuántas de

Yo tomo chicha y un día de estos me fui a visitar a unas personas y me obsequiaron con un vaso de pozol. ¡Qué rico que me lo bebí! Pero como andaba con mis dos hijos, casi no pude tomar nada, porque a ellos también les gustó. Pero se ve en pocos hogares que se acostumbre a mantener el pinolillo en la casa, pinol, porque eso son alternativas.

Yo manejo en mi casa, además de mi canasta, preparo cinco o diez libras de pinol con soya o con semilla de jícara y tengo un lugar donde guardo ese cereal, porque si me retraso a la hora del almuerzo, mis hijos se preparan un vaso de ese cereal y no tienen vacío su estómago mientras termino de preparar el almuerzo. Mis hijos acostumbran a que si no se llenaron bien su estómago, se toman un vaso de pinolillo o de cereal.

Esa es la cultura que debemos mantener dentro de la educación y eso es lo que transmitimos. Ahora queremos que se recupere esa cultura alimentaria en la comunidad donde trabajamos.

ustedes tienen un compañero que tenga finca más grande de tres manzanas? ¿Ninguna? Entonces, ustedes tienen una experiencia de patio y la mayoría de sus compañeros, las que tienen, son personas que buscan trabajo en otras actividades, no en el campo. Por lo tanto, el patio es su principal fuente de ingresos. Algunas tienen una finca-parcela, porque no es el patio donde están las gallinas y algunas matitas, sino que se le llama parcela porque es más diversificada, con un cuarto de manzana por lo menos y ahí, se hace producir bastante y es una importante fuente de ingresos. Quizá habría que definir qué cosa es un patio y qué es una parcela.

Generalmente, un patio es un espacio pequeño de producción alrededor de la casa, que genera una diversidad, pero que no genera volumen. Por ejemplo, dos manzanas de maíz o una manzana de frijoles, donde se puede medir la producción por quintales, no es producción de patio.

El patio es ese espacio que se utiliza para los ingresos de la casa, como siembra diversificada,

¿Qué estamos haciendo para alcanzar estas metas?

Llegamos a la familia, porque ya no hay Olla Comunal. No nos quedamos ahí y SOYNICA preparó las promotoras de Atención al Desarrollo Temprano y atiende grupos de cinco o seis mujeres, en grupos pequeños, pero se atiende a grupos totales de 30 mujeres, aproximadamente.

A esos grupos les damos información sobre los cambios de alimentación mediante talleres nutricionales, alimentos, sus valores, qué se puede consumir y qué es dañino para la salud de la familia; también a elaborar estos alimentos. Se hacen degustaciones y las mamás llevan el producto que queremos enseñarle. Por ejemplo, el extracto foliar y cómo se puede consumir, cómo se prepara delante de ellas y se les invita a que coman. Cuando hago la degustación del extracto foliar, siempre digo que si la mamá se lo come, seguro que el niño se lo va a comer.

artesanías, gallineros, abonos orgánicos y otros.

El patio aporta a los ingresos del hogar, pero no puede ser el único, puede haber artesanías, costuras, tejidos, pequeñas pulperías y otras.

Por ejemplo, ¿cuántas de ustedes se han hecho un papanicolau en el último año? De las que viven de recurso del patio y no sean promotoras. ¿Todas o ninguna? El papanicolau es gratis en el centro de salud, pero no van. Eso significa que no tienen tiempo o no tienen conciencia de la importancia de hacerse un papanicolau. Sobre todo, si tienen un compañero y tienen una vida sexual más o menos activa. Eso es importante para su salud.

¿Cuántas veces han llevado a sus hija/os al médico este año? Todas. Eso tiene que ver con la problemática como mujeres: no nos cuidamos, no tenemos tiempo para nosotras. Y priorizamos a las y los demás y, posiblemente, con el dinero, también.

Yo he tardado en comer extracto foliar porque se me olvidaba, pero me lo propuse como meta y hasta que lo consumí como alimento diario para mí, empezó a comerlo diariamente mi familia. Ahora, nos sentamos en la mesa, servimos lo que se va a comer y se pone extracto foliar y así pude dárselo a mi niño como él lo necesitaba. Y cuando se lo doy a las mamás, les pido que no arruguen la cara, porque el niño lo nota y no va a querer comerlo porque creerá que es algo feo.

Nosotras estamos promoviendo estos cambios alimenticios o esta recuperación de la cultura mediante técnicas sencillas: en la práctica: comamos esto, hagamos esto, veamos, problemas y todo es compartido y a las mujeres les gusta, porque ven que lo pueden hacer. Además, es alegre porque estamos tres o cuatro mujeres y vamos aprendiendo unas de otras y comemos lo que hemos hecho y se lo dan a sus hija/os.

Mi experiencia en estos asuntos alimenticios es

Cuando dicen que utilizan el dinero en ustedes mismas, ¿qué se compran?

Respuesta.- Todo lo que me hace falta. Bueno, este año no me he comprado mi mudada nueva de diciembre, porque como tengo chavalas estudiando, tengo que ayudarlas. Mi patio no tiene agua y tengo que acarrearla, pero está cerca. Y tengo sembrados palitos, pero a puro esfuerzo mío, porque yo los he regado. Es un patio pequeño, no está cercado y está en una loma, en una zona muy árida. Hay bastante cascajo. Entonces, tengo que sembrar plantas que se adapten a esas condiciones. Pero, que voy a sembrar y a diversificar, está difícil. Y no tengo apoyo para sembrar. Mi trabajo es escoger café o vender algo que compro para revender.

Sigue el aporte.- Ese es el asunto. El patio genera los ingresos de la casa. Y tenemos conciencia de que el patio nos da la plata para la casa. No es malo.

Aporte.- Respecto a lo de ir al Centro de Salud

que yo me apropie del mejoramiento de los alimentos en mi familia. Yo tenía la costumbre de que como yo trabajaba en una empresa, cuando me pagaban, era una fiesta y lo celebrábamos comprando gaseosa y pan. Esa era la cena. El resultado fue que nos desnutrimos.

Para mí, aprender el valor nutritivo de los alimentos fue muy importante. Ahora, he enseñado a mis hija/os a comer, viendo si había vitaminas, si tenían componentes nutritivos. Esa tarea duró un mes, aproximadamente, revisando lo que estábamos comiendo. De esa manera, mis hija/os aprendieron a comer. Cuando nosotras damos esas lecciones a las mujeres, lo llevamos a la práctica.

Las promotoras llevamos nuestros conocimientos donde quiera que vayamos. Somos promotoras no sólo porque nos den una ayuda económica, sino porque promovemos algo bueno y eso es lo que debemos enseñar. Si los fabricantes de gaseosas hacen grandes inversiones publicitarias

para los hijos pero no para nosotras, eso tiene que ver con el hecho de que las mamás llevamos a los hijos cuando están enfermos. Pero el examen del papanicolau, es medicina preventiva. Eso hace la diferencia, porque no se trata de que estando enfermas vamos a buscar el examen. Tenemos esa mentalidad de ir al Centro de Salud cuando nos sentimos mal.

Diferencia entre el patio y la parcela.- Sí hay diferencia: es una cuestión de recursos. Si yo tengo una parcela o si mi marido tiene una parcela y siembra, mi patio puede ser utilizado de otra manera; si es la única fuente de ingresos, le meteré más esfuerzo, si puedo; y si no, tendré el patio para aprende a hacer unas cosas y buscaré trabajo por otro lado. Posiblemente, algunas de ustedes buscan cómo lavar o planchar ropa o hacer otras actividades.

Aporte.- Lo que pasa es que también hay parcelas. Los maridos de algunas de estas mujeres, tienen alquilada o prestada una media manzana, porque son muy pocos los que no

para vender su producto que es tan dañino, ¿por qué nosotras, que promovemos algo muy bueno, nos limitamos en la promoción?

El año pasado, en mi iglesia, me propuse atender a los ancianos que están enfermos y yo me preguntaba por qué se enferman tanto los viejitos. Empecé a visitarlos, verlos y llevarles algún regalito: frutas, verduras y extracto foliar. De ese modo, empecé a visitar a diez ancianitos y les llevé algo cada sábado. Ellos se ponían alegres de que les llevara frutas y les hablé del extracto foliar. De este modo, eran diez personas que comían frutas y extracto foliar. Al tiempo, me contaban de cómo habían mejorado de su salud, que se sentían mejor y esa fue una experiencia muy bonita.

Este año he trabajado como presidenta de la escuela dominical y miraba que algunas personas daban para las niñas y niños bebidas poco nutritivas, pero yo hablé en la Junta y les llevaba bananos. Al cabo de un tiempo, me daban para la fruta de las y los niña/os. En cada actividad, ya

siembran granos básicos o se dedican a una actividad que no sea la productiva en el campo.

Respuesta.- En la encuesta que hemos hecho, sobre 108 entrevistadas, se ve que los rubros de producción, los deciden entre ambos para la parcela. Y en la mayoría de los casos, la mujer decide por los rubros del patio. En cuanto a los volúmenes de producción en el patio versus parcela, no es tan claro que sean más altos en la parcela. Hay patios que tienen mucha producción, hay mucha diversidad de producción y no lo determina que se pueda contar por varios quintales de granos básicos, sino muchas papayas, o muchas chayas, maracuyás, yuca que se puede sembrar en un cuarto de manzana, que es lo que tenemos considerado como patio. Muchos de los que participan en la comercialización de sus productos, es el fruto de su patio y no necesariamente de la parcela.

Aporte.- Por lo general, es en el patio que se diversifica y en el que se produce porque cuando se habla de una manzana o dos, sólo se habla de

no se toma gaseosa, sino refrescos naturales. Ahora ya piensan de otra manera. Somos promotoras de alimentos sanos y nutritivos en cualquier lugar donde nos encontremos. Para hacerlo, no necesitamos de muchos ingresos. Solamente necesitamos la buena voluntad de compartir lo que hemos aprendido y lo que tenemos en nuestros hogares.

Mis hijos no toman gaseosa y se enojan conmigo, porque les gusta, pero no gasto un peso en gaseosa, tomamos pinolillo, chicha, frescos naturales y los alimentos nutritivos. Soy mujer, soy madre de familia, soy promotora y lo que he aprendido lo pongo en práctica.

granos básicos. Es muy difícil diversificar más de media manzana. Tiene que ser un patio modelo porque un organismo le fue a sembrar una parcela modelo y fue todo el grupo beneficiario del organismo a hacer esa parcela. Pero, que un productor solo decida diversificar media manzana o una manzana, es muy difícil. Casi siempre, cuando se trata de terrenos de una manzana o dos, se suele dedicar al monocultivo. Pero, se desarrolla la conservación de suelo, cuando se trata de terrenos grandes.

Lista de participantes:

Managua	Nueva Segovia:
1. Johanna Granados, Isaías Gómez	1. Dilcia Herrera Rivera, equipo SOYNICA
2. Celia Martínez, Pablo Úbeda	2. Hilda María López Gómez, Reparto Salamanca
3. Karla Peralta, Germán Pomares	3. Deyanira Morales, equipo SOYNICA
4. Fanny Montenegro, 22 de Enero	4. Maura de Jesús Gómez, Reparto Salamanca
5. Araminta Mejía, Villa Cuba	5. Esmelia Florián Pastrana, Reparto Salamanca
6. Silvia Reyes, Blanca Segovia	6. Augusta Gómez, Quisulí Arriba, Mozonte
7. Argentina Soza, Revolución	7. María Aurelia Landero Sánchez, Mozonte, Zona 4
8. Aura Estela Montenegro, 22 de Enero	8. Carmen Velásquez Zelaya, Comunidad Sabana Grande, Sector La Palmera
9. Martha Zúñiga, Grenada	9. Elsa Antonia López Meneses, Comunidad, El Rodeo, Somoto
10. Aída Galo, Masachapa	10. Sandra Dinorah López, equipo SOYNICA
11. María Pérez, Pochocuape	11. Trinidad del Socorro López Ruiz,
12. Ana Ruiz, Santa Ana	
13. Dalila Arce, San José Oriental	
14. Margarita Loáisiga, Benedicto Valverde	
15. Martha Zúñiga, José Dolores Estrada	
16. Miriam Martínez, José Dolores Estrada	
17. Salvadora González, Enrique Smith	
18. Azucena Salas, Lomas de Guadalupe	

19.	Carmen López, Carlos Núñez		Mozonte
20.	Raquel Sánchez, Grenada	12.	Denise van Wissen, asesora
21.	Nereyda González, SOYNICA	13.	Francis Raquel Florián, Mozonte
22.	José Andrés Solís, Pan para el Mundo	14.	Janeth Salgado, equipo SOYNICA
23.	Adriana Moreno, Acción contra el Hambre	15.	Marta Angelina Ruiz, equipo SOYNICA
24.	Ligia Moreno, Caritas Suiza	16.	Aura Angélica Mejía Paz, Sabana Grande, Totogalpa
25.	Estela Vidal, TROCAIRE	17.	Danelia Aguirre Zelaya, equipo SOYNICA
26.	Herenia Miranda, equipo SOYNICA	18.	Maritza Vallecillo, equipo SOYNICA
27.	Ma. Gabriela Martínez, equipo SOYNICA	19.	Norma Isolina López López, Quisulí- Arriba, Mozonte
28.	Clarisa Hernández, equipo SOYNICA	20.	Raquel Fernández, Redactora de la Memoria
29.	Brizayda Ramos, equipo SOYNICA	21.	Ana Rodríguez, equipo SOYNICA, Facilitadora
30.	Mirtha Martínez, equipo SOYNICA	22.	Leonor Midence, Equipo SOYNICA
31.	Ninoska Cruz, equipo SOYNICA	23.	Azucena Zelaya Antúnez, Coordinadora del Programa SOYNICA-Norte
32.	Martha Lorena Hernández, equipo SOYNICA		