

Actas taller hacia una cultura alimentaria consciente en Valladolid

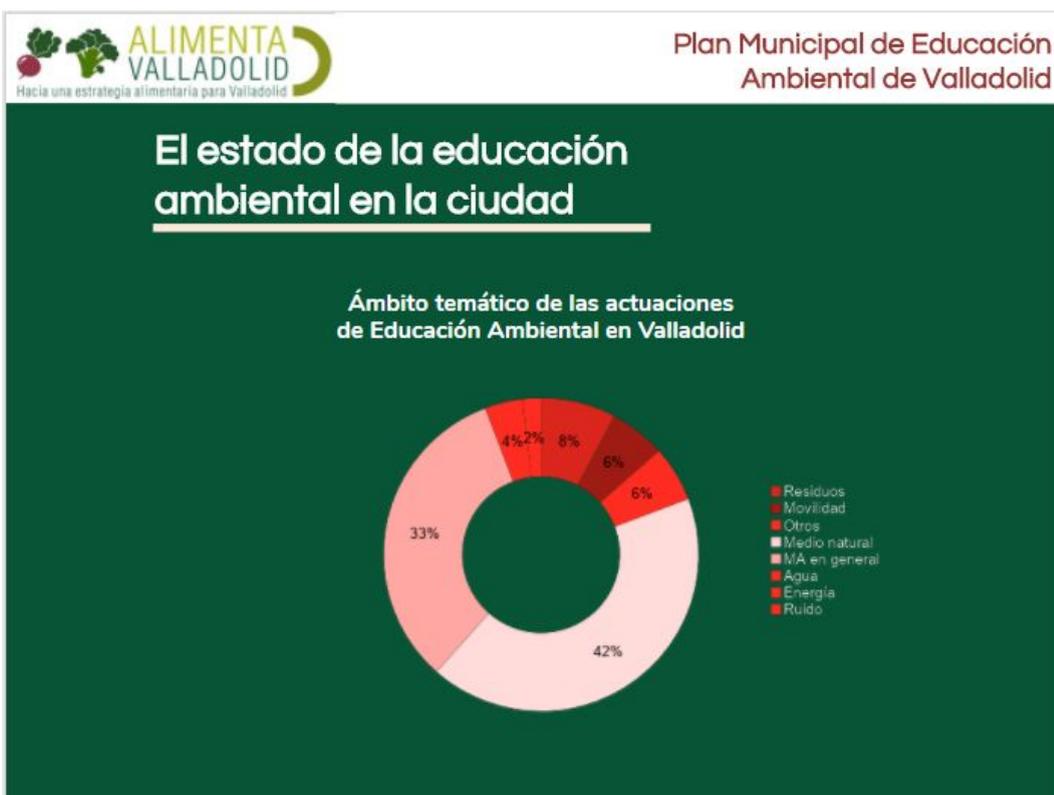
Jueves 15 febrero _ 17:30 h – 20:00 h _ Centro Cívico El Campillo [Valladolid]

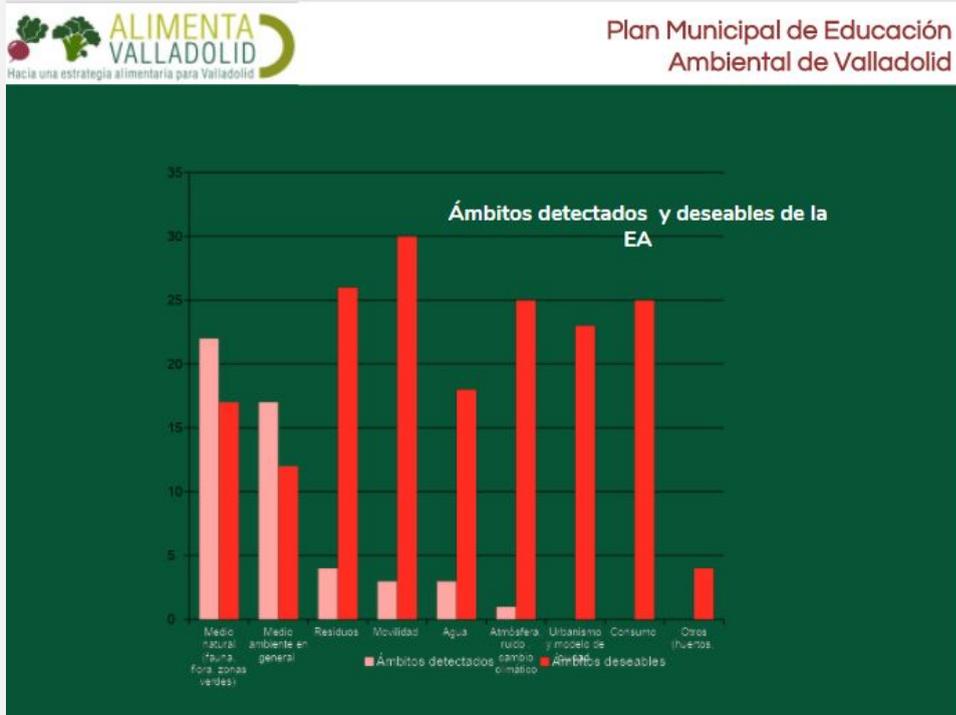
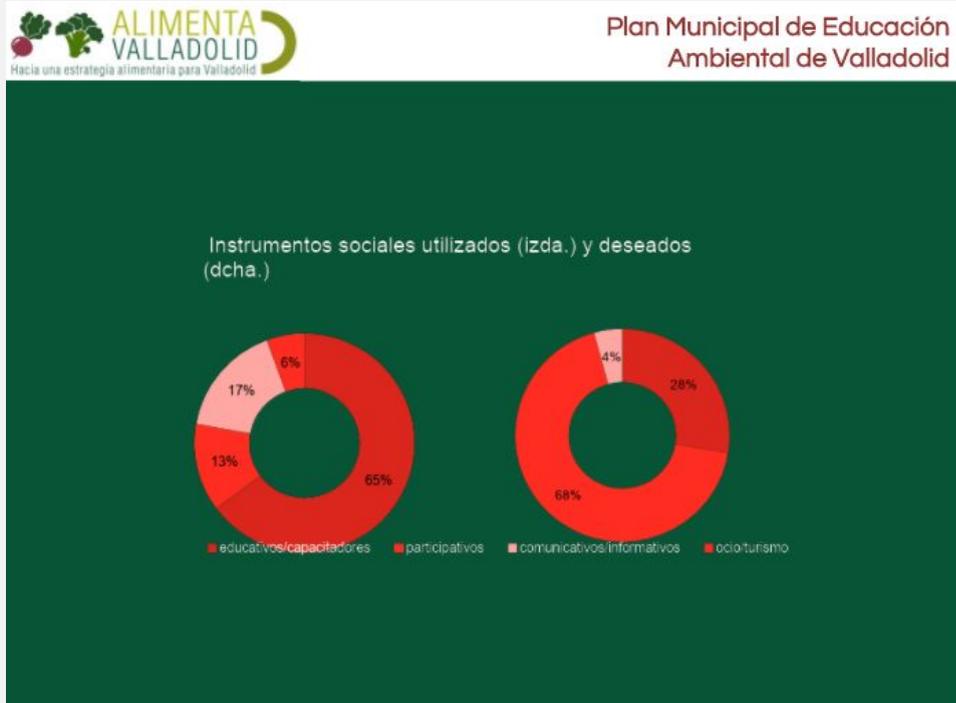
Santiago Campos, facilitador del taller, presenta brevemente a las participantes –se incluye un listado en el anexo- los objetivos y el proceso de elaboración de la Estrategia Alimentaria de Valladolid, el trabajo realizado hasta la fecha y sus diferentes fases. Se puede consultar la información sobre el proceso en la web www.alimentavalladolid.info

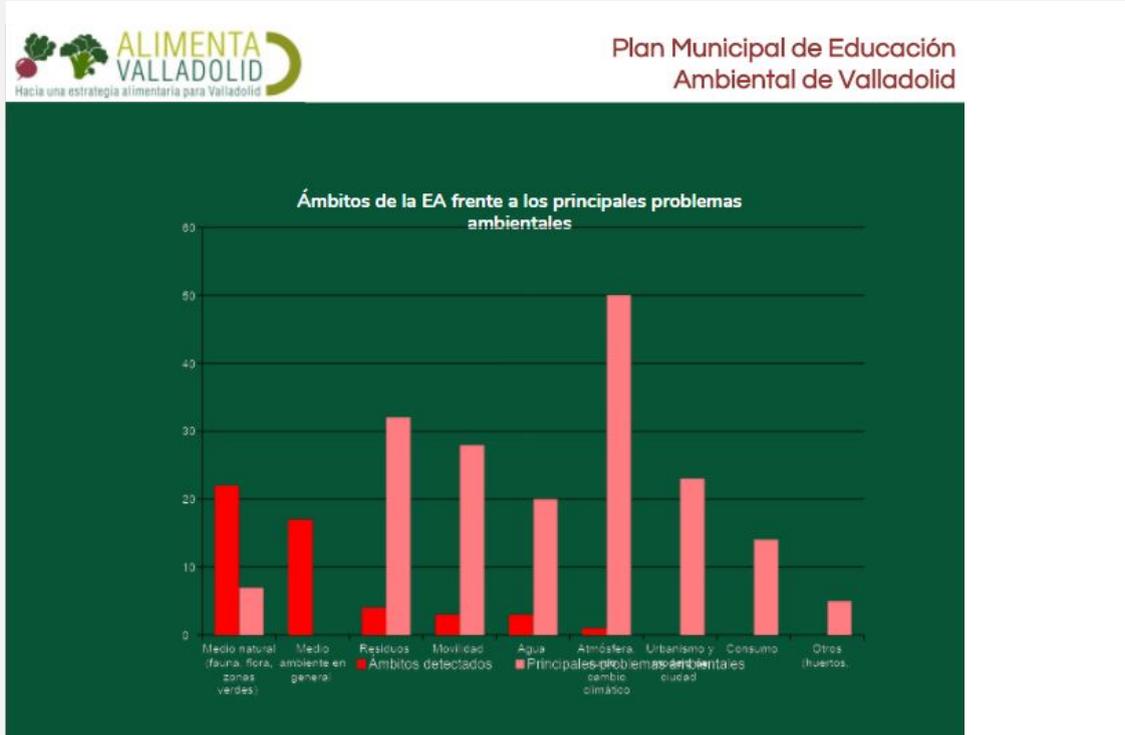
Tras una ronda de presentación, se describe la propuesta de trabajo para el taller, que incluye dos presentaciones, la primera sobre el Plan Municipal de Educación Ambiental de Valladolid, por parte de Santiago Campos de Entretantos, la segunda de Diana Martínez, del Colegio Oficial de nutricionistas y la última también por parte de Santiago (en base a la información aportada por Encarna Martínez miembro del grupo motor y con amplia experiencia en el campo de la salud y la educación para la salud) . Tras estas presentaciones se abrirá un tiempo para la realización de propuestas sobre los retos que la Estrategia debe abordar en materia de cultura alimentaria y, por último, se priorizarán las propuestas realizadas en base a los criterios previamente acordados.

El plan Municipal de Educación Ambiental de Valladolid

Santiago Campos _ Fundación Entretantos







El Plan Municipal de Educación Ambiental de Valladolid (PMEA) surge con la idea de ordenar las acciones de divulgación y educación ambiental que se estaban desarrollando en la ciudad desde la administración local, y para priorizar las líneas de acción más relevantes para orientar a ellas los recursos económicos y técnicos disponibles. Tras un diagnóstico que sirve para observar el salto entre la oferta en educación ambiental (dirigida básicamente a escolares y en temas generalistas) y las necesidades ambientales y detectadas por los expertos entrevistados (población adulta y temática concreta), el PMEa plantea sus principios metodológicos y procedimentales básicos así como sus propuestas de actuación. Están organizadas en 2 niveles. Por un lado cuatro ‘líneas de acción temática’ que presentan los objetivos, claves metodológicas y sugerencias de actuación que se deberían tener en cuenta en caso de querer poner en marcha alguna iniciativa (si surge la necesidad o la oportunidad) en alguno de esos ámbitos. Por otro lado, plantea el desarrollo de programas bianuales de propuestas concretas. Concretamente el previsto para 2018-19 está formado por 5 programas (Ecoauditorías escolares; Hogares Verdes; Formación en Eficiencia y Ahorro Energético; Escuela de Consumo Transformador y No es Solo Comida. Este último precisamente quiere incorporar la dimensión ambiental a la alimentación, estableciendo un encuentro evidente con el planteamiento de esta Estrategia Alimentaria.

La situación de la educación nutricional que hay actualmente, y cómo de desinformada está la población y por qué.

Diana Martínez _ Colegio oficial de nutricionistas

Diana Martínez realiza una exposición en la que describe qué está ocurriendo en la actualidad en relación a la educación nutricional,

En primer lugar explica que el colegio de nutricionistas engloba a dietistas-nutricionistas (DN), titulados universitarios y profesionales sanitarios (no dietistas o nutricionistas a secas, asesores dietéticos, nutriólogos...).

En relación al diagnóstico de la situación sobre cómo se come, hoy en día los DN no están en el sistema sanitario público -SSP- (y si hubiera es a través de becas, proyectos... de aquella manera). Lo que se puede encontrar en el SSP son endocrinos o pediatras (que son quienes quizá pueden controlar más de nutrición), personal de enfermería o auxiliares de enfermería, o técnicos superiores en dietética (que habitualmente se dedican más a la cocina, al emplatado... no están en planta o consulta).

A parte de esta falta de profesionales de la nutrición y dietética, se identifican otros problemas: en muchas ocasiones los propios sanitarios no dan un mensaje correcto, o están desactualizados (la nutrición ha cambiado mucho incluso en los últimos 10 años); también influyen los medios de comunicación (aquí incluyo RRSS), y por supuesto, los magufos, gente que habitualmente no tiene formación al respecto y que hace mucho daño a la profesión y a la población.

Siguiendo con el diagnóstico de la situación, se habló de la encuesta ENIDE 2011 (se puede consultar en la web de la Aecosan), en la que destacó el bajo consumo de frutas, hortalizas, legumbre, cereales -integrales- (productos frescos que deberían estar mucho más presentes en nuestra alimentación) y el elevado consumo de carne frente al consumo legumbre y verdura .

Se aportan datos también sobre el consumo medio de azúcar en España, que excede 4 veces el límite máximo (25 g) que recomienda la OMS. La mayoría de ese azúcar (unas 3/4) proviene de productos ultraprocesados, no de consumo directo (azúcar de mesa).

En la encuesta Agenda Local 21 de 2011 se hicieron varias preguntas sobre alimentación pero muy enfocadas en la dieta mediterránea; esta encuesta se podría haber hecho mejor, pero destaco el consumo de frutas, verduras (muy bajo) y dulces (alto: si raramente toman dulces el 28%, el 72% lo toman frecuentemente??? es mucho).

Para aclarar conceptos: una cosa es la seguridad alimentaria y otra cosa la adecuación nutricional de lo que comemos. No hemos comido de manera tan segura (desde concepto seguridad alimentaria) como hoy en día. Distinto es que si lo que comemos es más o menos sano o adecuado por su composición nutricional. Uniéndolo al comentario del excesivo consumo medio (g/día) de carne que se recoge en la ENIDE 2011: si queremos que nuestros hábitos sean esos, eso conlleva una producción de alimentos que siendo conscientes no nos puede gustar tanto, pero que si no cambiamos nuestra forma de comer, tiene que ser así. Que a pesar de todo es una forma muy segura de comer alimentos, pero tiene otras connotaciones (nutricionales, éticas, de sostenibilidad...).

En cuanto a la pregunta ¿nadie se preocupa por nosotros? En principio la Administración, pero habitualmente detrás de la normativa o planes enmarcados en ella tiene el "respaldo" de la industria alimentaria, que ejerce una presión muy fuerte. Como ejemplo, la noticia de esta semana o de la pasada sobre la reducción del 10% de azúcar, grasa y sal de productos que el Ministerio de Sanidad ha acordado con la industria. No sirve para nada, y sin embargo alude al compromiso de la industria. El Mº Sanidad debería, por ejemplo, promover el consumo de más productos vegetales, más alimentos frescos y menos ultraprocesados. .

Precisamente, siguiendo con la "intervención" de la industria, se ve normal el consumo de galletas para reducir el colesterol (por ejemplo), ultraprocesado, en vez de fomentar el consumo de frutos secos (comida real).

Esto se debe a las guías alimentarias actuales que tenemos en España, la pirámide es de la SENC, de la OMS y de la FAO no están adecuadas e incluyen como alimentos saludables: dulces, procesados, etc.



Hay otras guías, como este plato de Harvard, que muchos de nosotros utilizamos, que en resumen explica que como poco las 3/4 partes de lo que comemos debe ser de origen vegetal. Y habla de comida, no de productos.



Hay otros ejemplos como la pirámide de la alimentación saludable australiana. En la base: frutas, verduras y hortalizas, aunque también hay cereales (pero da más importancia a lo primero). Apenas hay productos procesados (ojo, no todos los procesados son insanos (algunos yogures por ejemplo); en muchos casos nos ofrecen alimentos seguros o pueden favorecer el consumo de verduras o legumbre).

En la pirámide holandesa: la base, lo más visible donde está fruta y verdura es donde se centra el foco de atención. También habla de comida en vez de producto. La comida insana está a parte.



¿Estamos perdidos? Sí que hay buenas iniciativas, como una imagen de una campaña de promoción del consumo de frutas y verduras de Valencia del año pasado, pero son aisladas y limitadas en el tiempo, tienen poco impacto.

Y como una de las conclusiones, la importancia que tiene el médico/a como figura de autoridad a la hora de recomendar e influir en los hábitos alimenticios.

Valores de una alimentación consciente Santiago Campos _ Fundación Entretantos

Santiago Campos expuso, a partir del documento enviado por Encarna Martínez, perteneciente al grupo motor de la estrategia y con amplia experiencia en el campo de la educación sobre salud, nutrición, etc. (ya que por causas personales no pudo asistir a la convocatoria)

En los últimos 20 años Valladolid ha avanzado hacia una apertura en la dirección del consumo y la alimentación saludable, sostenible y solidaria. Una apertura al principio lenta y no suficiente.

En 1997 nació el primer grupo de consumo ecológico en la ciudad y a día de hoy hay funcionando 11, (es la capital con mayor presencia de GC de toda la CA), una cooperativa y diversos comercios especializados de productos ecológicos, el mercado bimensual del PRAE y el mercado anual de Plaza España, restaurantes, etc.

Lo que constata que Valladolid es una ciudad dinámica desde el punto de vista de la transformación social hacia modelos de economías sociales, justas y sostenibles.

Un cambio de modelo alimentario tiene unas implicaciones:

...en la salud, con un consumo de alimentos libres de tóxicos, completos en nutrientes, adecuados culturalmente,...

...en la salud del entorno, basándose en el consumo de alimentos ecológicos y de proximidad adaptados a los ritmos y ciclos de la naturaleza y en una economía circular que cierre ciclos y se priorice el granel y se reduzcan embalajes,

...sociales, con un consumo que potencie la economía a pequeña escala y apoye al pequeño productor/a local reconociendo su labor fundamental en el mantenimiento de la cultura campesina, los paisajes y la biodiversidad asociadas, la fertilidad de la tierra, el empleo y la vida en el medio rural, etc.

...solidarias, visibilizando las injusticias que conllevan nuestro modelo de consumo

...en nuestro estilo de vida, desterrando la comodidad y recuperando el valor del tiempo dedicado a cocinar, educar en la importancia de conocer y valorar los alimentos y aprender a cocinar.

...en nuestro hábitos y costumbre, revisar las dietas y tender hacia dietas donde se priorice la calidad del alimento reduciendo a su vez la huella de los mismos.

...en la soberanía alimentaria y la justicia social

“Darnos cuenta de todo esto es avanzar en consciencia”

Ahora toca ver cómo trasladar esto y sensibilizar al resto de la población.

Niveles de implicación:

* El cambio en uno mismo, hacer una apuesta firme.

* El cambio desde uno mismo, viéndonos cada una de nosotras como elemento multiplicador que entrega a otros esta enseñanza, en los colegios, para alumnos y para padres y madres; en los centros cívicos, en los centros de salud, en organizaciones y centros privados o no.

* El cambio desde las instituciones, con el apoyo claro de la dirección de los centros escolares, de la Junta, del Sacyl y los centros de salud, y del Ayuntamiento, hacia el cambio de modelo alimentario, implementando y apoyando todas las acciones necesarias..

Retos y propuestas en materia de distribución para la Estrategia Alimentaria de Valladolid

Hasta ahora se han definido, en las fases previas de trabajo, siete retos en materia de cultura alimentaria consciente:

1. Identificación y diferenciación del producto ecológico y local por parte de las consumidoras, de colectivos prescriptores así como de la comercialización
2. Información acerca de la trazabilidad y seguridad del alimento local y ecológico y sus cualidades nutricionales y organolépticas también en el sector sanitario.
3. Visibilización de los productos y sus productores/as y así como a las redes de distribución locales y ecológicas.
4. Promoción de una dieta más sostenible y saludable, aportando información veraz sobre los prejuicios y beneficios de cada modelo.
5. Sensibilización hacia una alimentación más consciente.

6. Avanzar hacia una cultura alimentaria participada por los diferentes agentes de la cadena, con implicación de las autoridades políticas y donde el consumidor disponga de herramientas para poder elegir.
7. Integrar la cultura alimentaria en la educación formal.

A partir de esta presentación, el grupo propuso otras ideas y acciones que pueden complementar a las ya detectadas.

Se generaron las propuestas que aparecen en la tabla, que después se priorizaron –separadamente- de acuerdo a los dos tipos de criterios previamente acordados en el proceso:

Grupo 1)

- ↘ Viabilidad estimada
- ↘ Diversidad de actores implicados
- ↘ Adecuación a los retos
- ↘ Contemplación de ejes transversales (género, sostenibilidad, equidad e incidencia)

Grupo 2 [frutas maduras]

- ↘ Sencillez y reducción de costes
- ↘ Capacidad educativa y de sensibilización
- ↘ Efecto demostrativo

Propuesta	Priorización de acuerdo a criterios del grupo 1) _ número de votos obtenidos	Priorización de acuerdo a criterios del grupo 2) _ número de votos obtenidos
1) Incidencia legislativa		
2) Formación y talleres con escolares sobre alimentación	2	4
3) Formación a los monitores y personal de cocina de los comedores escolares	1	
4) Talleres para jóvenes		
5) Formación a docentes en alimentación ecológica y responsable	6	8
6) Incorporación de los contenidos de alimentación responsable en los currículo, más allá de los desórdenes alimenticios	1	
7) Revisión de los menús escolares para incorporar alimentos ecológicos y patrones de dieta saludables	2	
8) Mayor investigación independiente que visibilice los valores de la alimentación ecológica y saludable y hacer mayor divulgación de la misma	2	1
9) Spots en radio local y regional que asocie lo eco con la tierra	1	

10) Programa de TV (“Masterchef”, “comidistas”), que evite culpabilizar ,se haga desde el cariño y sea atractivo	1	
11) Campaña de promoción de almuerzos saludables en los coles	2	1
12) Formar a dinamizadores alimentarios pro barrios		
13) Huertos escolares ecológicos, integrales, plurianuales, con implicación de las familias,...		1
14) Visitas de escolares a huertos, empresas eco, etc.	1	
15) Incorporación de dietistas-nutricionistas en los comedores escolares. Independientes de las empresa de catering		
16) Puesta en común de experiencias de éxito escolar	1	
17) Incorporar a las redes de consumo en la difusión de este modelo alimentario	2	
18) Comunicación interadministrativa (sanidad, educación, agricultura,...)		
19) Menús colectivos y hospitalarios adaptados a los principios de una alimentación consciente y agroecológica	9	9
20) Concurso escolar que incentive el cambio de cultura alimentaria e implique a padres	2	7
21) Campaña de difusión a universitarios/as		
22) Promover trabajos fin de grado ligados a la cultura alimentaria		
23) Entrega de piezas de fruta gratis a niños/as en comercios en fechas concretas		
24) Portal web de consumo sostenible+APP que incluya hábitos de consumo, ...	7	9
25) Incorporar formación agroecológica en la formación universitaria		
26) Incentivar la transformación agroeco en comedores colectivos privados		
27) Apoyar la creación de redes de consumo en AMPAs, sindicatos, etc		
28) Incluir un módulo sobre alimentación agroecológica y saludable en la formación de hostelería		
29) Escuela oficial de agroecología que incluya formación alimentaria	1	1
30) Incorporar la formación agroecológica en oferta de la cámara de comercio, el INEM, etc.		
31) Colaboración en/con proyectos de investigación al INEA hacia la ciudad		
32) Presión a la administración para evitar máquinas de vending		

33) Incorporar ítems de consumo en la encuesta AZIL		
34) Difusión de empresas locales de envasado eco		
35) Puesto de comida itinerante, demostrativo, práctico, integral,...		
36) Visibilización de los locales agro/eco de la ciudad	1	
37) Premio del pincho ecológico de la ciudad	1	
38) Campañas de comunicación a AMPAs sobre consumo agroeco y saludable		
39) Recetario de cocina agroeco/local/sana,	1	
40) Imagen corporativa identificativa y de garantía	1	

Anexo _ Listado de participantes en el taller

Nombre	Entidad
Miguel Sancho	Jefe del servicio de salud y consumo
Juan Senovilla	CAECYL
Diana	
Concha	Ecoloand
Belén Verdugo Martín	Productora ecológica
Juan Carlos	UVA
Julia	Nutricionista de La tribu que educa
Cristina de Raymundo	Ayuntamiento de Valladolid
Maria José Moral	Federación de AMPAs
Demetrio Saster	Federación de Asociaciones Vecinales Antonio Machado
Guillermo Puerta	Huerta ecológica La Alholva
Joaquín Chamorro	Federación de Padres de Alumnos FAPA
Diana Martínez	CONDINUCYL
Rubén Rodrigo	INEA
Manuel Fernández Calderón	ITACYL
Marga Mediavilla	Ecogermen
Javier Pastor	Mercaolid
Naiara Carretero Lozano	CONDINUCYL
Sara Vega	Red de Consumo Cesta Verde, Ecologistas en acción