

Definición del reto

¿Cómo mejorar el acceso de las mujeres a una alimentación sostenible?

colabora

UpMSocial

ÍNDICE

DEFINICIÓN DEL RETO		4
CAR	CTERIZACIÓN DEL COLECTIVO	
	Bajos ingresos	6
	Mujer	7
	Con hijos a cargo y familias monoparentales	8
	Joven	8
	En contextos urbanos	9
	El colectivo: una gran palanca de cambio	9
BARR	ERAS DE ACCESO	11
	Situación socioeconómica	11
	Factores psicológicos, sociales y culturales	12
	Tiempos y conciliación	12
	Presencia de contrarreferentes cercanos	13
	Conocimientos y competencias alimentarias	14
	Condiciones de la vivienda	15
	Adecuación de la oferta	15
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO		16
	Estrategias económicas	16
	Reparto desigual y reciclaje de alimentos	17
	Apoyo informal y participación en iniciativas autogestionadas	17
	Apoyo institucional	18
LA O	PORTUNIDAD DE ACCIÓN	19
	Palancas de cambio	19
	Criterios de investigación	20
	Criterios de selección y escala de valoración	21
REFE	RENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	24

Definición del reto

¿Cómo mejorar el acceso de las mujeres a una alimentación sostenible?

Introducción

Las graves consecuencias que producen en la salud humana tanto la propia carencia de alimentos como su falta de calidad nutricional o la presencia de residuos tóxicos, sumado a la necesidad de proteger la salud del planeta, nos sitúa ante el reto de mejorar el acceso a una alimentación sostenible para las personas y, en especial, aquellas que se encuentran en situación de vulnerabilidad.

En materia de acceso universal a una alimentación sostenible, existe un gran potencial de innovación y despliegue de soluciones en la mejora de la conexión entre agentes que actúan en zonas aun inconexas del sistema.

Por este motivo, la Fundación Daniel y Nina Carasso promueve La Mesa, una iniciativa que busca reunir actores clave que habitualmente no coincidimos en nuestros ecosistemas de trabajo para que, de manera conjunta y con enfoque sistémico, desarrollemos soluciones innovadoras y escalables a este reto global.

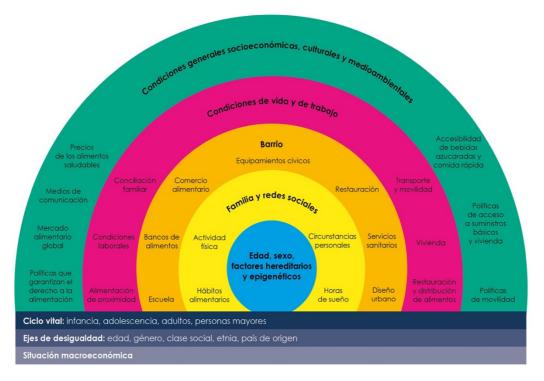
Un ejercicio que comienza por centrar la atención en un colectivo concreto para poder profundizar en las causas e interrelaciones de su situación, y entender sus estrategias en relación con la alimentación para plantear soluciones más eficaces, eficientes y justas a sus necesidades. Por ello, comenzamos por poner el foco en las mujeres: por su rol en el entorno familiar y, sobre todo, por su poder de acción.

El presente documento recoge una aproximación al reto con un enfoque práctico. Aun no siendo un trabajo académico, para elaborarlo se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica y un trabajo de campo que dio lugar a conversaciones con 34 mujeres jóvenes, con hijos a cargo y bajos ingresos familiares, residentes en barrios de Madrid y L'Hospitalet de Llobregat. Algunos de sus testimonios se recogen a lo largo del documento.

CARACTERIZACIÓN DEL COLECTIVO

Las situaciones de pobreza y exclusión social se caracterizan por su multidimensionalidad. Factores como el género, la situación socioeconómica, familiar, personal o de vivienda se interrelacionan entre ellos, dando lugar a distintas situaciones de riesgo y exclusión¹. Así, existen varios ámbitos desde los cuales analizar la vulnerabilidad de las personas.

En el campo de la alimentación, como en el de la salud física y mental, las desigualdades sociales juegan un rol importante. El modelo de los determinantes sociales de la salud de Dahlgren y Whitehead² recoge la influencia de distintos factores en la salud de los individuos: desde características de la persona, como la edad y el sexo, hasta condicionantes que ocurren en el nivel más macro, donde intervienen aspectos como el mercado, la cultura, las políticas macroeconómicas y el medioambiente. Entre estas dos capas aparece una gran variedad de factores relacionados con el entorno: familia, círculo de amistades, barrio, condiciones de vida y laborales. Todos ellos son también condicionantes del tipo de alimentación³.



Reproducción del modelo adaptado de los determinantes sociales de la salud de Dahlgren y Whitehead. Fuente: Nuria Calzada y grupo de alimentación saludable y actividad física (2018). Promoció de l'alimentació saludable i l'activitat física als barris. Barcelona: Agencia de Salut Pública de Barcelona.

Bajos ingresos

A lo largo de los años, numerosos estudios han demostrado que existe una relación clara entre renta y alimentación, con consecuencias en la salud a corto y largo plazo. Cuando los ingresos son reducidos, las elecciones alimentarias pasan a ser condicionadas por circunstancias económicas frente a las preferencias alimentarias:

- Los hogares de bajos ingresos modifican su dieta hacia productos de alta densidad energética y calórica^{4,5} y poca calidad nutricional⁵. La reducción de la renta también va ligada a la del consumo de fruta, pescado y verdura⁶.
- Cuando escasean los ingresos, los gastos en alimentación pasan a un segundo plano para priorizar, por ejemplo, el pago de la hipoteca o los suministros del hogar⁷.

Así, podemos inferir que el acceso en el corto y largo plazo a una alimentación sana (tanto para las personas como para el medioambiente) y culturalmente apropiada, es especialmente difícil para las personas en situaciones socioeconómicas precarias: pobreza, privación material, inactividad, desempleo, bajo nivel de cobertura social, empleo en la economía sumergida y, cada vez más, pobreza laboral⁸.

A pesar de la gran variedad de factores que interseccionan con la precariedad (como el nivel educativo o el país de nacimiento), y tras varias entrevistas y una extensa revisión bibliográfica sobre el tema, se ha identificado que uno de los perfiles más afectados por la problemática que enmarca el social lab es el de las **mujeres jóvenes** con hijos a cargo que viven en entornos urbanos. Es, entonces, el colectivo en el que se focaliza este primer reto.

Mujer

Poner el foco en las mujeres tiene especial sentido por el rol central que ocupan en las prácticas alimentarias familiares, donde la precariedad y la desigualdad de género se potencian mutuamente⁹. A pesar de su papel protagónico en el trabajo alimentario, su consumo suele ser de menor calidad que el de sus cónyuges e hijos. En situaciones de escasez, las madres comen con más frecuencia entre tiempos, pruebas y sobras. Se trata de ingestas de menor calidad nutricional que pueden llegar a tener efectos negativos en su salud¹⁰.

Aunque la diferencia entre hombres y mujeres en los porcentajes de población en situación de exclusión es casi inexistente, el análisis del sexo del sustentador principal en los hogares españoles muestra notables diferencias. En el 2018, se detectaron situaciones de exclusión en el 16% de los hogares donde la figura del sustentador principal es masculina, mientras que en el caso de las mujeres el porcentaje asciende al 20%11.

Con hijos a cargo y familias monoparentales

La alimentación infantil es un aspecto clave en su desarrollo y en la prevención de enfermedades en la edad adulta. En condiciones socioeconómicas adversas, el acceso a una alimentación adecuada puede correr riesgo. En un estudio realizado en Barcelona, los alumnos de barrios más desfavorecidos declaran con mayor proporción insuficiencia alimentaria: el 11,1% de los chicos y el 10,1% de las chicas afirma llegar a la escuela con hambre siempre, a menudo o algunas veces³.

Al mismo tiempo, los hogares con niños y jóvenes son especialmente vulnerables: el 23,3% de las personas menores de edad en España se encuentra en hogares en situación de exclusión, cifra superior a las de antes de la crisis¹¹.

Aunque todos los tipos de hogares en los que hay menores de edad tienen tasas de pobreza muy superiores¹², los monoparentales, encabezados por mujeres en un 81,1% de los casos¹¹, siguen teniendo la tasa más alta de riesgo (casi duplicando la media, con un 40,6%¹²).

Desde el punto de vista del tamaño del hogar, las familias numerosas son el grupo con mayores niveles de exclusión social: el 33,3% se encuentra en esta situación, y el 19,4% vive situaciones de exclusión severa. La mayoría (90%) de estos hogares están conformados por parejas con hijos, mientras que el 10% son hogares monoparentales¹¹.

Joven

La vulnerabilidad se concentra en algunos grupos demográficos, de entre los cuales destaca la población joven. El 24,8% de los hogares donde la figura del principal sustentador es menor de 30 años vive situaciones de exclusión social, duplicando la tasa de aquellos donde el mayor recurso lo aportan mayores de 65 años¹¹.

En el 2016, el porcentaje más alto de riesgo de pobreza y/o exclusión social en mujeres correspondía al grupo de 16 a 29 años (38,1%)¹³.

En contextos urbanos

En el 2018, el 80% de la población española vivía en entornos urbanos¹⁴. La proporción de población en situación de pobreza es mayor en zonas rurales y semiurbanas¹⁵, por lo que la perspectiva de la alimentación sostenible ha contado tradicionalmente con poca relevancia en las agendas urbanas. Así, las teorías y mecanismos de medición de la inseguridad alimentaria han otorgado un mayor peso a la realidad de los contextos rurales, sin tener en cuenta la influencia de fenómenos eminentemente urbanos, como las dificultades de acceso a la vivienda y la contaminación, en temas relacionados con la alimentación¹⁸.

El colectivo: una gran palanca de cambio

A partir de los datos recogidos en los párrafos anteriores, podemos concluir que las mujeres con hijos juegan un doble rol en la temática del social lab: por un lado, es uno de los colectivos más vulnerables por su mayor exposición a situaciones de pobreza y exclusión social, especialmente en edades jóvenes y contextos urbanos; por el otro, la asignación del trabajo alimentario por parte de la sociedad patriarcal la posiciona en muchas ocasiones como gestora de las precarias economías familiares, educadora, tomadora de decisiones y, en definitiva, sostenedora de la vida¹⁶.

El trabajo alimentario es uno de los más profundos dentro de los cuidados, ya que se lleva a cabo cada día, en varios momentos y con una importante carga emocional. Desde la perspectiva de género, existe una relación dual con el trabajo alimentario. Por un lado, se trata de una tarea invisibilizada que, especialmente en situaciones de precariedad, requiere múltiples interacciones con un entorno en el que tener una alimentación adecuada no es tarea fácil. Por otro lado, el trabajo alimentario aporta importantes satisfacciones y recompensas a quienes se encargan de ello, constituyendo una fuente de orgullo y reconocimiento. Se trata de una doble lectura que es necesario tener presente en el análisis del reto.

Paralelamente, varias evidencias¹⁷ muestran que vivir solo supone muy a menudo una creciente desestructuración de los comportamientos alimentarios, disminución del tiempo dedicado a la compra y la

preparación, tendencia a suprimir comidas y falta de motivación para estructurarlas. En general, la convivencia con el núcleo familiar se suele plasmar en comportamientos alimentarios mucho más "ordenados".

Todo ello hace que la mujer, como madre y en su rol tradicionalmente protagónico en el trabajo alimentario de la familia, se pueda considerar como una de las principales palancas de cambio para afrontar la problemática que nos ocupa.

BARRERAS DE ACCESO

El comportamiento alimentario de las personas está influenciado por fenómenos que ocurren tanto en las diferentes fases de la cadena de suministros como en sus ambientes alimentarios más inmediatos, donde muchas veces aparecen barreras de acceso físico, económico o social.

Así, entre precariedad económica y alimentación se establecen interrelaciones múltiples que, lejos de ser mecánicas, lineales y simples, están fuertemente marcadas por factores psicológicos, emocionales, culturales y sociales⁷. A continuación se recogen, de forma no exhaustiva, algunos factores que condicionan la toma de decisiones en el ámbito de la alimentación familiar, identificados en la literatura y en el trabajo de campo.

Situación socioeconómica

Como indicábamos en el apartado anterior, el desempleo y las rentas bajas constituyen importantes barreras a la hora de acceder a una alimentación adecuada¹⁹. La literatura confirma que, en situaciones de privación, los gastos relacionados con la vivienda y los suministros energéticos son prioritarios frente a la alimentación²⁰. Esto hace que, para algunos, la alimentación sostenible (en términos de salud, pero también a nivel medioambiental, económico, social y cultural) se perciba como un lujo inalcanzable. Aparece, pues, una dicotomía entre comer y comer sano, tendiendo al consumo de productos económicos, cuyo precio no refleja las externalidades que hay detrás de los modelos de producción.

"Cuesta encontrar sitios donde haya productos sostenibles y asequibles. O tienes una cosa o tienes la otra".

En caso de necesidades alimentarias especiales, como alergias o intolerancias, los problemas de acceso económico se agudizan y requieren mayores esfuerzos para ajustarse al presupuesto disponible.

"Me voy a la tienda sin gluten, me gasto 150 euros como poco y no me alcanza. En Mercadona es más asequible."

Factores psicológicos, sociales y culturales

En sus actividades de ayuda alimentaria, entidades como Cruz Roja²¹ han observado factores y trayectorias de vida que muchas veces conducen a situaciones de exclusión: enfermedades crónicas, problemas de salud mental, violencia de género o procesos migratorios no regularizados entre otros. Otro estudio⁷ señala que la degradación de la situación económica y, por ende, del estilo alimentario de las mujeres, está estrechamente relacionada con circunstancias personales como la pérdida de la pareja (ya sea por viudedad o separación), hecho que acarrea repercusiones negativas en el terreno afectivo, las responsabilidades asumidas y sus formas de vivir.

Afrontar el estrés, la autogratificación o el autocastigo son mecanismos psicológicos que en cualquier circunstancia pueden afectar a los comportamientos alimentarios, pero resultan todavía más desestructuradores en situaciones de precariedad. La soledad y el aislamiento social también se presentan como factores de primer orden en la aparición de comportamientos alimentarios desestructurados⁷.

Las consideraciones culturales alrededor de la imagen corporal se añaden a las orientaciones y limitaciones ya mencionadas. Existe, por tanto, un conjunto de factores psicológicos, sociales y culturales que interactúan con las limitaciones económicas⁷.

Tiempos y conciliación

Una alimentación inadecuada se asocia también a la falta de tiempo para desplazarse, comprar, preparar, cocinar y vigilar el consumo de los alimentos. La actual división sexual del trabajo implica, de forma generalizada, sobrecarga de trabajo y responsabilidades para las mujeres⁷.

Ante esta situación, la simplificación de las preparaciones y los alimentos rápidos aparecen como soluciones inmediatas, pero pueden generar una carga mayor de culpa en las mujeres al ser conscientes de que no es el tipo de alimentación por el que optarían en otras circunstancias²³.

La falta de tiempo también afecta a una de las partes más gratificantes del trabajo alimentario: el compartir comidas en familia. Además de ser una importante fuente de recompensas para madres e hijos, se trata de un momento clave para la educación en hábitos alimentarios.

"Si estoy más tiempo con mis niños, ese rato los veo felices conmigo, pero sería infeliz por no poderles dar algo que ellos quieren: un pan, una manzana, una naranja... Hay personas que te juzgan: 'esta persona se ha dedicado más a trabajar, al dinero, y no ha visto a sus hijos'."

Factores como los horarios laborales muy extensos favorecen, además, la aparición de comportamientos alimentarios relacionados con la pérdida de apetito, la falta de motivación y las ingestas desordenadas⁷.

"La verdad es que soy la que peor come en casa. No me da tiempo. En cuanto he preparado el desayuno para todos ya se me han quitado las ganas y tengo que salir corriendo."

Presencia de contrarreferentes cercanos

La desigualdad de género es especialmente visible en el marco del trabajo alimentario, y conseguir que todos los miembros de la familia lleven a cabo una alimentación saludable no es, en muchas ocasiones, tarea fácil. Las preferencias y hábitos de los hombres adultos pueden llegar a condicionar la elección y preparación de los alimentos, e incluso llegar a contrarrestar el rol educador de las madres en materia de hábitos saludables.

"Yo por mí haría mi filete a la plancha, pero no le gusta a mi marido."

"Ha sido muy difícil concienciar a mi expareja de que los alimentos con gluten me van mal."

En las tareas de cuidados vinculadas a la alimentación se reproducen dinámicas de dominación y control propias del heteropatriarcado.

Conocimientos y competencias alimentarias

La adjudicación del trabajo alimentario a las mujeres se ha sustentado, tradicionalmente y entre muchos otros factores, por sobreentender que tienen mayores competencias, conocimientos y deseos en este ámbito²⁴. Mientras que muchas mujeres jóvenes acumulan saberes y habilidades especialmente relevantes en situaciones de precariedad, otras no las han desarrollado en el momento de ser madres y se encuentran abrumadas al afrontar el trabajo alimentario en sus familias.

"Yo lloraba. Cuando fui a hacer la compra por primera vez sin mi madre, me vi perdida en el súper. '¿Qué compro? ¿Qué cantidad?' Me sentía una inútil, tonta, idiota. Fue horrible."

La diferencia entre tener o no estas destrezas es más manifiesta en situaciones de escasez, ya que el aprovechamiento de los alimentos disponibles puede variar notablemente. Las personas que cuentan con menos conocimientos en este ámbito suelen gastar más en alimentación, tener un inventario culinario más reducido y una dieta más monótona, hechos que se pueden traducir en una reducción de la ingesta o en sobreconsumo de algunos productos⁷.

Al mismo tiempo, la influencia de la publicidad al servicio de la agroindustria, combinada con el vacío educativo en el ámbito de la alimentación, ha contribuido a debilitar el control de las personas sobre una dieta adecuada y su conocimiento de las distintas culturas alimentarias¹⁶. A pesar de haber mucha información disponible sobre la calidad de los alimentos y sus consecuencias sobre la salud humana y medioambiental, no siempre se transmiten de forma clara ni mediante canales fiables. El problema, pues, no reside tanto en el lado del receptor como en el del emisor.

"Lees las etiquetas y no entiendes nada."

"Lo de ecológico no me convence, es una fachada."

Además, aunque la persona disponga de conocimientos e información clara, la puesta en práctica de una alimentación adecuada se ve muchas veces frenada por factores externos como los que recogen las barreras mencionadas anteriormente.

Condiciones de la vivienda

Factores como la accesibilidad de la vivienda, que puede condicionar la frecuencia y el tipo de compras que se realizan, o la disponibilidad de suministros energéticos, electrodomésticos y demás equipamiento de cocina pueden ejercer gran influencia en el estilo alimentario.

En un estudio con beneficiarios de Cruz Roja²¹, la pobreza energética aparecía como un elemento condicionante de la eficacia de la ayuda alimentaria, por la imposibilidad de cocinar algunos de los alimentos que reciben las personas beneficiarias.

Adecuación de la oferta

La presencia de establecimientos que ofrezcan alimentos saludables en el barrio de residencia es un elemento a tener en cuenta en el análisis de los estilos alimentarios³. El tipo y emplazamiento de estos negocios, su horario y facilidad de acceso físico, el precio, la información y la disponibilidad de algunos productos condicionan el trabajo alimentario.

En un estudio de Acción Contra el Hambre en el barrio de San Cristóbal de los Ángeles (Villaverde, Madrid) se recogía la percepción, más o menos generalizada por parte de los vecinos, de acceso limitado a una oferta nutricional de calidad. Esto se atribuía principalmente al cierre de negocios tradicionales de cercanía, favoreciendo el aislamiento de algunos individuos y dificultando la elección de establecimientos¹⁹. La percepción de falta de diversidad contrastaba con la facilidad a la hora de acceder a comida rápida.

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Ante situaciones de escasez, las estrategias adoptadas por las personas son diversas, cambiantes y casi siempre complementarias. En la elección de unas u otras vías influye una gran variedad de circunstancias. Sin embargo, diversos estudios señalan que la estructura del hogar y, en particular, la presencia de personas menores de edad, es un elemento decisivo a la hora de incentivar la búsqueda de recursos alimentarios con el objetivo añadido de no visibilizar la situación de privación ante ellos^{20, 22}.

Las estrategias adoptadas también dependen de la gravedad de la situación y suele existir un orden de prioridades, recurriéndose al apoyo formal únicamente cuando el informal no está disponible o es insuficiente. La tendencia a priorizar la ayuda del entorno más próximo responde a la voluntad de evitar visibilizar la situación hacia el exterior y ser, así, objeto de estigmas²⁶.

A continuación se recogen, de forma no exhaustiva, estrategias identificadas en la literatura, así como en las distintas entrevistas y grupos de reflexión.

Estrategias económicas

En situaciones de precariedad, los procesos de compra y elección de los alimentos se modifican para ajustar las necesidades a los ingresos disponibles²³. Así, las decisiones dejan de responder a una lógica de salud y preferencias para priorizar aspectos como la saciedad, el ahorro y el aprovechamiento de los alimentos.

Con esta misma finalidad, también se llevan a cabo cambios en el almacenaje y la preparación: repartiendo las raciones en varios platos, congelando en previsión de futuras carencias, repitiendo comidas a lo largo de la semana o reduciendo el tamaño de las porciones²⁰. El efecto "fin de mes" es también habitual en colectivos vulnerables, para quienes los comportamientos alimentarios varían en gran medida entre las primeras semanas del mes y el resto.

"A final de mes se nota mucho. Arroz con huevo, macarrones con atún... No es nada malo, pero a veces te sienta mal decir '¡Uf, ya no me queda casi nada!'. Es complicado. A veces me duele la cabeza."

Reparto desigual y reciclaje de alimentos

Todos los estudios consultados mencionan que las estrategias afectan de manera diferenciada a los integrantes en el sí de las familias. A pesar de adoptar un rol central como gestoras de la privación, muchas mujeres ponen sus preferencias y requerimientos alimentarios en un segundo plano, priorizando el cuidado del entorno familiar y afectivo.

"Nosotros (los adultos) tratamos de comer lo mismo, aunque no sea de la misma calidad. Por ejemplo, el calabacín biológico para ella (la hija). Nosotros también comemos calabacín y todos nos sentamos en la mesa con un plato igual pero no igual."

Así, en situaciones de precariedad, el consumo alimentario de las madres suele ser de menor calidad que el de sus cónyuges e hijos²³, renunciando ellas a algunos alimentos o realizando ingestas que ni siquiera son reconocidas socialmente²⁴.

"Casi nunca me siento en la mesa. Siempre voy con el corre que te corre, como la última, me suelo comer lo que van dejando mis hijos por ahí... básicamente las sobras."

En algunas ocasiones, la única forma que tienen las familias de obtener determinados productos es mediante el reciclaje de comida desperdiciada por los supermercados o incluso mediante el consumo de alimentos caducados.

Apoyo informal y participación en iniciativas autogestionadas

La existencia de una red familiar y social resulta clave en cualquier circunstancia y más, si cabe, en situaciones de precariedad. Su apoyo puede ser económico o contribuir a minimizar la falta de tiempo y competencias culinarias de los adultos, pero resulta casi imprescindible desde el punto de vista del bienestar psicológico⁷.

"Le digo a mi madre: si hubieras estado aquí, mi vida sería diferente".

Sin embargo, los problemas relacionados con la alimentación se siguen manteniendo, en muchas ocasiones, en la esfera privada, asumiéndose como responsabilidad exclusiva del núcleo familiar o incluso como parte de la identidad de la mujer, muy asociada a su rol de madre.

"Mi entorno no me puede ayudar porque tiene lo mismo: preocupaciones, trabajar, sus niños, su casa... Tengo una prima, tengo más gente, tengo amigas... pero están en lo mismo. Están en la misma lucha."

El entorno de barrio ofrece la oportunidad de extender esta red social y romper con el aislamiento, ya sea mediante la participación en actividades asociativas, culturales, lúdicas o deportivas³. Aunque muchas veces son desconocidas por parte de la población menos activista, las iniciativas del ámbito de la economía colaborativa, los huertos urbanos u otras formas de solidaridad organizada aparecen con fuerza como vías de resiliencia ante situaciones de precariedad²³.

"A veces escucho a las mamás en el parque, o mi hermana en la iglesia, que hablan de cosas (comida) baratas. Ellas me pasan la voz."

"Relacionarme con las personas, hablar con la gente, reunirme... porque yo sola no voy a poder: ellas también saben lo que va bien."

Apoyo institucional

El uso de redes formales y programas como becas comedor, bancos de alimentos y comedores sociales constituye un apoyo fundamental para muchas familias, pero cubre de forma parcial las necesidades alimentarias de sus usuarios por diversos motivos: el cierre de los comedores escolares en verano, la baja frecuencia del reparto de lotes de alimentos, la poca diversidad de productos o la no inclusión de criterios culturales y necesidades específicas de las personas²¹.

"A veces te daban una caja de yogures que no te cabía en la nevera, y la próxima no encontrabas yogur."

Se trata, pues, de un sistema que palía los problemas temporalmente sin alcanzar a solucionarlos y al cual todavía se asocian muchos estigmas²⁰ - uno de los principales motivos por el que personas que se encuentran en situaciones graves de privación alimentaria se mantienen fuera de estos circuitos.

LA OPORTUNIDAD DE ACCIÓN

Los retos complejos como el que nos ocupa requieren aproximaciones y soluciones sistémicas. La iniciativa impulsada por la Fundación Daniel y Nina Carasso articula el trabajo alrededor de retos concretos sobre los cuales identificar respuestas adecuadas, con el objetivo de prototipar y probar intervenciones que generen resultados concretos de una forma más eficaz, eficiente y justa.

Palancas de cambio

Sobre la base de la revisión bibliográfica y el trabajo de campo, los participantes de La Mesa identificaron y priorizaron una serie de ámbitos de acción con el potencial de transformar la situación de las mujeres en relación con el acceso a una alimentación sostenible.

Estas palancas de cambio orientarán la búsqueda de soluciones innovadoras para dar respuesta al reto, pero no limitarán la inclusión de soluciones que, a pesar de moverse en otros ámbitos, puedan considerare oportunas.

Durante la investigación, se analizarán iniciativas que incidan en una o varias de estas áreas, tomando en especial consideración aquellas que sean sinérgicas entre ellas, articulables en modelos holísticos que puedan aplicarse a pequeña escala para documentar la experiencia y, luego, ser escalados.

A continuación se recogen las palancas de cambio destacadas en la sesión:

- Comunidad y autogestión. Existe un gran potencial de transformación en las respuestas que transcienden el ámbito individual para generar espacios de encuentro inclusivos donde, además de resolver necesidades específicas, se tejen redes de apoyo y se rompen dinámicas de aislamiento.
- Empoderamiento, cambio cultural y educación. Estando las desigualdades de género presentes en casi todas las dimensiones del reto, las acciones orientadas a la corresponsabilidad presentan un

gran potencial de generar cambios duraderos. Se considera especialmente necesario incidir en la transformación del contexto, trabajando con hombres y niños como grandes agentes de cambio. Con las mujeres se plantearán enfoques empoderadores que, sobre todo, ofrezcan herramientas para confrontar situaciones de desigualdad.

- Información y narrativas. Existe gran cantidad de información sobre los alimentos que consumimos, pero no siempre se transmite de forma suficientemente clara, transparente ni por medio de fuentes fiables. Se buscarán, pues, innovaciones que rompan las desigualdades de acceso a información entre los consumidores menos activistas, facilitando una toma de decisiones informada.
- Cambios en políticas públicas. Para generar cambios significativos y generalizados en materia de alimentación y género, son necesarias políticas públicas que establezcan un marco favorable para la transformación de estructuras y modelos.

Además, se considerarán respuestas que hagan partícipes a otros agentes de cambio identificados, como los profesionales de la salud, los comerciantes de barrio o los medios de comunicación, y también aquellas que contribuyan a mejorar las soluciones institucionales existentes.

Criterios de investigación

El proceso de La Mesa seguirá con la puesta en marcha de una investigación de soluciones probadas en otros contextos, a nivel nacional e internacional, para luego adaptar y adoptar las más adecuadas al reto que nos ocupa.

Con tal de valorar la relevancia y la adecuación de las innovaciones que se analicen en el proceso de investigación, se tendrán en cuenta los siguientes criterios:

 Evidencia de impacto. Iniciativas que hayan documentado resultados positivos en relación con el reto y que, en la medida de lo posible, permitan entender la atribución y correlación de los resultados de cambio con la innovación.

- Tipo de innovación. Cambio que genera la iniciativa en el sistema respecto a las soluciones existentes, teniendo especialmente en cuenta el ámbito de acción desde el que se introduce. ¿La innovación mejora, reformula, complementa o transforma las respuestas actuales?
- Experiencia de adaptación. Ya sea un servicio, una manera de trabajar o un modelo de negocio, se valorará el grado de experiencia a la hora de llevar la innovación a contextos diferentes obteniendo resultados similares.

Criterios de selección y escala de valoración

La valoración de los modelos identificados para seleccionar aquellos con más pertinencia e idoneidad para explorar la implantación en España se hará en función de los siguientes criterios:

- Potencial de impacto. Valora el grado en que la innovación es capaz de producir resultados que respondan total o parcialmente al reto planteado.
- Posibilidades de adaptación al contexto local. Teniendo en cuenta las barreras de entrada de tipo legal, político, económico, social, cultural o geográficas: ¿cuán viable es la implantación local de esta innovación?
- Potencial de escalabilidad. Valora el grado en que es concebible que la innovación pueda crecer para abarcar la dimensión del problema.
- Potencial de generar un cambio sistémico. Valora el grado en el que la innovación puede incidir en las causas del problema.

La valoración de estos criterios se hará en una escala del 1 al 6, donde 1 representa el valor más negativo y 6 el más positivo. En este sentido, cada número se interpreta de la siguiente forma:

1 2 3 4 5 6
Muy Limitado Moderado Significativo Muy Extraordinario significativo

Por ejemplo, valorando el **potencial de impacto**, una innovación del 1 al 6 significaría lo siguiente:

- 1. Muy limitado: el impacto sería muy poco significativo y claro.
- 2. Limitado: puede haber impacto positivo, pero existen dificultades para medirlo o puede limitarse a factores que no afectan fundamentalmente al núcleo del problema.
- 3. Moderado: habría un impacto positivo potencialmente medible, pero limitado a factores poco centrales al problema.
- 4. Significativo: el impacto sería medible y significativo en respuesta directa al reto.
- 5. Muy significativo: un gran impacto, mucho mejor de lo que habitualmente se encuentra en el sector.
- 6. Extraordinario: el impacto es tan significativo que supera las respuestas al reto anteriores o existentes.

Otro ejemplo, siguiendo el criterio de **potencial de adaptación al contexto local**, el significado del 1 al 6 sería el siguiente:

- 1. Muy limitado: muy difícil de adaptar al contexto local debido a las barreras existentes, el coste inadecuado o las diferencias culturales.
- 2. Limitado: muy difícil de implantar debido a las barreras existentes, que podrían superarse con recursos y esfuerzos adicionales.
- 3. Moderado: la innovación se podría implantar, pero de manera limitada debido a algún obstáculo a nivel de escala, de gestión, de tecnología, culturales u otros.

- 4. Significativo: la innovación puede ser implantada sin obstáculos insuperables; puede requerir trabajo y recursos, pero es factible.
- 5. Muy significativo: la implantación es sencilla, adaptarla al contexto local no plantea desafíos y su adopción podría mejorar los estándares actuales de eficiencia y eficacia.
- 6. Extraordinario: la implantación de la innovación no presenta obstáculos y es extremadamente sencilla, el proceso en sí mismo supone una mejora significativa de las soluciones existentes.

REFERENCIAS

- Cruz Roja Española (2014). Informe sobre la vulnerabilidad social. Recuperado de: https://www.cruzroja.es/principal/documents/449219/451193/IVS+2014+vs+interactiva.pdf/71b3cd5
 8-9cd5-43fe-a75e-c3ed4b0b5006
- Dahlgren, G. y Whitehead, M. (2006). Estrategias europeas para la lucha contra las desigualdades sociales en salud: Desarrollando el máximo potencial de salud para toda la población Parte 2. Ministerio de Sanidad y Política Social 2010. Publicado en inglés por la Oficina Regional de la OMS para Europa en 2006 con el título Concepts and principles for tackling social inequities in health: Levelling up Part 2. Recuperado de: http://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promocion/desigualdadSalud/docs/estrategiasDesigual.pdf
- Nuria Calzada y grupo de alimentación saludable y actividad física (2018). Promoció de l'alimentació saludable i l'activitat física als barris. Barcelona: Agencia de Salud Pública de Barcelona. Recuperado de: https://www.aspb.cat/wp-content/uploads/2018/10/ASPB Promocio-alimentacio-saludable-activitat-fisica-barris-Barcelona.pdf
- Peretti, M.L., Romero, M.M., y Rovetto, A. (2009). Obesidad en la Pobreza. Prácticas y representaciones asociadas a esta patología en sectores de bajos recursos. *Invenio: Revista de investigación académica*, (23), pp. 81-94. Citado en Díaz, C.; García, I.; Otero, S. (2018). Discursos sobre la escasez: estrategias de gestión de privación alimentaria en tiempos de crisis. *Empiria. Revista de Metodología de Ciencias Sociales*. Nº 40 mayo-agosto, 2018, pp.85-105.
- Darmon, N., y Drewnowski, A. (2008). Does social class predict diet quality? The American journal of clinical nutrition, 87(5), pp. 1107-1117. Citado en Díaz, C.; García, I.; Otero, S. (2018). Discursos sobre la escasez: estrategias de gestión de privación alimentaria en tiempos de crisis. Empiria. Revista de Metodología de Ciencias Sociales. Nº 40 mayo-agosto, 2018, pp.85-105.
- Galobardes, B., Morabia, A., y Bernstein, M. S. (2001). Diet and socio-economic position: does the use of different indicators matter? *International Journal of Epidemiology*, 30(2), pp. 334-340. Citado en Díaz, C.; García, I.; Otero, S. (2018). Discursos sobre la escasez: estrategias de gestión de privación alimentaria en tiempos de crisis. *Empiria. Revista de Metodología de Ciencias Sociales*. Nº 40 mayo-agosto, 2018, pp.85-105.
- Espeitx, E. y Cáceres, J. (2011). Los comportamientos alimentarios de mujeres en precariedad económica: entre la privación y el riesgo de malnutrición. Zainak. Cuadernos de Antropología-Etnografía, ISSN 1137-439X, N°. 34, págs. 127-146. Recuperado de: http://hedatuz.euskomedia.org/8446/1/34127146.pdf
- Comisión Europea (2018). Country Report Spain 2018, including an in-depth review on the prevention and correction of macroeconomic imbalances. Recuperado de:

 https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/2018-european-semester-country-report-spain-en.pdf La tasa de trabajadores pobres (personas con empleo e ingresos por debajo del umbral de la pobreza) se sitúa en torno al 13% en España. Es especialmente elevada entre las personas con un bajo nivel de estudios (21,2%), las personas de origen extracomunitario (33,5%), y aquellas que tienen empleos inestables, como las trabajadoras a tiempo parcial (24,3%) y las temporales (20,9%). Información basada en los datos de la Encuesta de Población Activa 2017.
- 9 Entrevista a Paloma Villagómez, comunicación personal, 12 de junio del 2019.
- Martin, K. y Ferris, A. (2007). Food insecurity and gender are risk factors for obesity. Journal of Nutrition, Education and Behavior. Vol. 39. Pp. 31-36. Citado por Villagómez, P. (2018). Alimentación, pobreza y desigualdad de género: procesos en busca de interconexión. Nexos economía y sociedad.

- Fundación FOESSA (coord.) (2018). Exclusión estructural e integración social.

 https://caritas-web.s3.amazonaws.com/main-files/uploads/2018/09/Análisis-y-perspectiva-2018-digital-.pdf
- Instituto Nacional de Estadística (2018). *Encuesta de Condiciones de Vida 2017*. Recuperado de: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176807&menu=resultados&idp=1254735976608
- Instituto Nacional de Estadística (2018). Riesgo de pobreza y/o exclusión social (estrategia Europa 2020). Recuperado de:

 https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es ES&c=INESeccion C&cid=1259941637944&p=1254735110672&p

 agename=ProductosYServicios/PYSLayout
- Banco Mundial (2018). Población urbana. Datos originales de Naciones Unidas, Perspectivas de la urbanización mundial. Recuperado de: https://datos.bancomundial.org/indicador/SP.URB.TOTL.IN.ZS?end=2018&start=1960&view=chart
- Llano J.C. (2018). El estado de la pobreza. Seguimiento del indicador de pobreza y exclusión social en España 2008-2017. European Anti Poverty Network. Recuperado de:

 https://www.eapn.es/estadodepobreza/ARCHIVO/documentos/Informe_AROPE_2018.pdf
- Fargas Fursa, L.; Guillamón, A.; Garriga, N.; Blasco, A. y Landeros, A. (coords.) (2014). Informe sobre el derecho a la allmentación adecuada en Cataluña. Impactos de la pobreza alimentaria en Ciutat Vella y Nou Barris. Barcelona: Observatori DESC, Entreponbles y EdPAC. Recuperado de https://informealimentari.files.wordpress.com/2014/12/cast_informe-alimentacio.pdf
- Espeitx, E.; Cáceres, J.; Puchal, A. (2006). L'Alimentació dels joves en procés d'emancipació. Barcelona: Observatori de la Joventut, Generalitat de Catalunya. Citado en Espeitx, E. y Cáceres, J. (2011). Los comportamientos alimentarios de mujeres en precariedad económica: entre la privación y el riesgo de malnutrición. Zainak. Cuadernos de Antropología-Etnografía, ISSN 1137-439X, N°. 34, págs. 127-146.
- Haysom, G.; Tawodzera, G. (2018). Measurement drives diagnosis and response: Gaps in transferring food security assessment to the urban scale. Food Policy Volume 74, January 2018, Pp. 117-125. Recuperado de: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306919217309958
- Alaminos-Torres, A. y Sánchez Álvarez, M. (2019). Identificación del perfil socio-ecológico ligado a la nutrición y salud del barrio de San Cristóbal de los Ángeles. Madrid: Acción contra el Hambre. Recuperado de: https://www.accioncontraelhambre.org/sites/default/files/documents/nutricion-anexo-1-digital 0.pdf
- Díaz, C.; García, I.; Otero, S. (2018). Discursos sobre la escasez: estrategias de gestión de privación alimentaria en tiempos de crisis. *Empiria. Revista de Metodología de Ciencias Sociales*. Nº 40 mayoagosto, 2018, pp.85-105. Recuperado de: https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6411282.pdf
- Cruz Roja Española (2018). Valoración del impacto del Fondo de Ayuda Europea para las personas más desfavorecidas en España, a través de la percepción de las personas beneficiarias, organizaciones y personal de gestión. Madrid: Cruz Roja Española. Recuperado de: https://www.fesbal.org/wp-content/uploads/2018/11/Bolet%C3%ADn16final-interac.pdf
- Whiting, E.F. y Ward, C. (2010) Food provisioning strategies, food insecurity, and stress in an economically vulnerable community: the Northern Cheyenne case. Agriculture and Human Values, vol. 27, n.o 4, pp. 489-504; Espeitx, E. y Cáceres, J. (2011). Los comportamientos alimentarios de mujeres en precariedad económica: entre la privación y el riesgo de malnutrición. Zainak. Cuadernos de Antropología-Etnografía, ISSN 1137-439X, N°. 34, págs. 127-146; Heflin, C. London, A.S. y Scott, E.K. (2011). Mitigating Material Hardship: The Strategies Low-Income Families Employ to Reduce the Consequences of Poverty. Sociological Inquiry, vol. 81, n.o 2, pp. 223-246. Citados en Díaz-Méndez, C. (2018). Pobreza, malnutrición y privación alimentaria. Algunas herramientas para

- su análisis. En Molero Cortés, J.; López García, D; Arroyo, L. (Eds.). Salud y Derecho a la Alimentación. Bienestar, equidad y sostenibilidad a través de políticas alimentarias locales. (pp. 33-36) Valladolid, España: Fundación Entretantos y Red de Ciudades por la Agroecología.
- Díaz-Méndez, C. (2018). Pobreza, malnutrición y privación alimentaria. Algunas herramientas para su análisis. En Molero Cortés, J.; López García, D; Arroyo, L. (Eds.). Salud y Derecho a la Alimentación. Bienestar, equidad y sostenibilidad a través de políticas alimentarias locales. (pp. 33-36) Valladolid, España: Fundación Entretantos y Red de Ciudades por la Agroecología. Recuperado de http://www.ciudadesagroecologicas.eu/wp-content/uploads/2018/12/InformeSalud_Definitivo_Web.pdf
- Villagómez, P. (2018). Alimentación, pobreza y desigualdad de género: procesos en busca de interconexión. Nexos economía y sociedad. Recuperado de: https://economia.nexos.com.mx/?p=1393
- Whiting, E.F. y Ward, C. (2010) Food provisioning strategies, food insecurity, and stress in an economically vulnerable community: the Northern Cheyenne case. *Agriculture and Human Values*, vol. 27, n.o. 4, pp. 489-504.
- Sales, A., y Lafuente, I.M. (2014). Ayuda alimentaria y descalificación social. Impacto de las diferentes formas de distribución de alimentos cocinados sobre la vivencia subjetiva de la pobreza en Barcelona". Documentación social, (174), pp. 171-190 citados en Díaz, C.; García, I.; Otero, S. (2018). Discursos sobre la escasez: estrategias de gestión de privación alimentaria en tiempos de crisis. Empiria. Revista de Metodología de Ciencias Sociales. Nº 40 mayo-agosto, 2018, pp.85-105.



Definición del reto

¿Cómo mejorar el acceso de la mujer a una alimentación sostenible?

la mesa

social lab por el acceso universal a una alimentación sostenible

Marzo de 2020 www.fundacioncarasso.org

Iniciativa de



colabora



Han participado en la definición del reto

- Alberto Palacios
- Beatriz Fadón
- Fundación Ana Bella
- Fundación Cajamar
- Fundación Tomillo
- Heart Healthy Hoods
- ICAF Spain (International Commission on Leticia Cruz Cano the Anthropology of Food and Nutrition)
- MARES Madrid
- Nani Moré
- Ainara Martin de la Paz
- Ainhoa Fernandez Palomo
- Alba Heredia Manzano
- Alina Motsok
- Ana Belen de la Paz Fernandez
- Angélica Ondina Aviles Mejia
- Alba Quiros Jimenez
- Esmeralda Lama Amores
- Estefania Zarzalejo
- Esther Romero Salazar
- Eva Sanchez Cristaldo
- Fanny Sotes Colque

- Fatima Fernandes Trinidadi
- Halima Akhrif
- Ivana Panteliuk
- Jennifer Moreno
- Jessica Sane Romero
- Karol Lise Sanchez Garcia
- Lilian Lisbeth Torres
- Maria Tapia Villarroel
- Marlene Elizabeth González
- Nieves Fuentes Navas
- Olga Callejas Cruz
- Paola Andrea Jimenez Sanchez
- Paula Rodríguez
- Paula Vanessa Corea Carranza
- Rebeca Muñoz Escudero
- Samia Ziyani
- Sandra Escudero Garcia
- Saray Gabarri Echevarria
- Silvia del Pilar Vasquez Calderón
- Silvia Pincay Gonzalez
- Sonia Castro

