



Más fruta y hortalizas

Nueva iniciativa de la FAO para incrementar la producción, el suministro y el consumo de fruta y hortalizas en todo el mundo

Casi todas las personas deberían consumir más fruta y hortalizas. La investigación indica que su consumo diario, en cantidad suficiente y en una alimentación bien equilibrada, ayuda a evitar enfermedades graves, como las cardiopatías, los accidentes cardiovasculares, la diabetes y el cáncer, así como deficiencias de importantes micronutrientes y vitaminas. La OMS coloca el consumo escaso de fruta y hortalizas en sexto lugar entre los 20 factores de riesgo a los que atribuye la mortandad humana, inmediatamente después de otras causas de muerte más conocidas, como el tabaco y el colesterol.

Sin embargo, el consumo mundial de fruta y hortalizas está muy por debajo del nivel mínimo recomendado por la OMS, de 400 gramos diarios por persona. Si bien las preferencias alimentarias se han modificado en los últimos 50 años -se consumen menos cereales y leguminosas y más aceites vegetales, azúcar y carne-, la proporción de la fruta y las hortalizas apenas ha aumentado, y se estima que en todo el mundo la gente sólo consume entre el 20% y el 50% del mínimo recomendado.

Objetivo ambicioso. Ahora la FAO y la OMS dirigen una campaña para reducir el riesgo de adquirir enfermedades crónicas, mediante un suministro, disponibilidad y consumo adecuado de fruta y hortalizas en todo el mundo. Para lograr este ambicioso objetivo, la Iniciativa mundial de fruta y hortalizas para la salud (GlobFaV) tiene como objetivo elevar al máximo las sinergias entre las actividades mundiales de la OMS en materia de alimentación, actividad física y salud, y los programas de la FAO sobre nutrición, seguridad alimentaria y la cadena de suministro hortícola. De acuerdo con otros organismos de las Naciones Unidas, esta iniciativa apoyará programas nacionales en los países en desarrollo de las partes interesadas, desde los ministerios de agricultura, salud y transporte, hasta los agricultores, servicios de extensión, escuelas y la industria alimentaria.

"Sí, es un gran desafío -explica Eric Kueneman, Jefe del Servicio de Cultivos y Pastizales, de la FAO- pero es mucho lo que está en juego. Se subestima la importancia de la fruta y las hortalizas para la nutrición y la salud en general. Conforme se acelera la transición alimentaria hacia alimentos con gran contenido de grasas y azúcar en todo el mundo, existe el peligro de que la fruta y las hortalizas queden marginadas en la alimentación de las personas."



"Entonces ¿por qué no se consumen más fruta y hortalizas? Alison Hodder, experta de la FAO en horticultura, explica que los obstáculos al consumo van desde un clima inadecuado para la horticultura, prácticas agrícolas deficientes y pérdidas postcosecha, hasta la pobreza, costumbres culturales y el auge de los "alimentos cómodos".

"Por ejemplo -explica Hodder-, los agricultores de bajos ingresos de Etiopía sencillamente no pueden permitirse perder cultivos hortícolas a causa de plagas y enfermedades, y prefieren producir en cambio cereales y leguminosas de poco riesgo. Aunque en el oriente del país hay una producción hortícola comercial, casi toda se exporta. El resultado es que los etíopes consumen menos de 100 gramos de fruta y hortalizas al día, lo que equivale a una zanahoria mediana". Estudios realizados en los Estados Unidos revelan que el principal obstáculo para el consumo de fruta y hortalizas es su "costo elevado" y "mala calidad", mientras que, por otra parte, en algunos países del sur de África las hortalizas son consideradas "comida de pobres".

Marco de Kobe. Debido a las diversas limitaciones, GlobFaV está promoviendo un marco de acción nacional producido en un taller de la FAO y la OMS en Kobe, Japón. Redactado por más de 50 expertos en salud, nutrición y agricultura, el "marco de Kobe" recomienda la creación de grupos nacionales de coordinación para movilizar a las partes interesadas y para la gestión de programas nacionales de acción.

El objetivo general de estas intervenciones será incrementar, en todos los segmentos de la población, el consumo de fruta y hortalizas accesibles, de buena calidad y cuyo consumo sea inocuo. Pero las cadenas de la fruta y las hortalizas a menudo son largas y complejas, intervienen en ellas numerosos procesos y participantes, así como una serie de modalidades de oferta y consumo, desde la subsistencia hasta los supermercados. William Clay, Jefe del Servicio de Programas de Nutrición de la FAO, afirma que la clave para incrementar la ingesta "suele depender del aumento de la demanda efectiva del consumidor". Para lograrlo es necesario alinear la oferta de determinados alimentos con la demanda de los mismos por un sector específico de consumidores, lo que a su vez requiere una considerable intervención para elevar los ingresos, reducir los precios, ampliar, diversificar y estabilizar el suministro, asegurar la inocuidad de los alimentos y promover el interés en la fruta y las hortalizas.

"Para crear un sector viable y sostenible de la fruta y las hortalizas, afirma la FAO, los países necesitan adoptar una perspectiva integral de la cadena del suministro, desde la semilla hasta la mesa, poniendo atención a las oportunidades de mejorar las prácticas de producción y distribución. Lo que se logre no sólo incrementará la oferta, sino que generará ingresos extras para los productores rurales y para otros pequeños operadores de la cadena.

Si bien las actividades de la FAO en materia de horticultura incluyen la producción comercial en gran escala, prestan especial atención a los sistemas de producción domésticos rurales y periurbanos. En las zonas rurales de los países en desarrollo, los huertos domésticos -aunados a campañas de información para la comunidad sobre nutrición - ofrecen un medio comprobado que permite incrementar la seguridad alimentaria de las familias, mejorar la nutrición y ofrecer un complemento muy necesario para los ingresos de los hogares. La FAO afirma que los programas para promover el consumo de fruta y hortalizas deberían alentar el cultivo de variedades conocidas y muy aceptadas localmente, e introducir tecnologías sencillas de producción, manipulación postcosecha y conservación.

En las zonas urbanas y sus alrededores, la pequeña horticultura tiene un gran potencial. La urbanización acarrea una mayor demanda de fruta y hortalizas frescas, que los sectores acomodados de la población pueden satisfacer en los comercios. Pero los grupos urbanos pobres tienen que buscar otras opciones. Muchas familias rurales pobres que emigran a las ciudades recurren al cultivo de pequeñas parcelas en las ciudades y sus alrededores, a fin de producir fruta y hortalizas para consumo propio y destinar a los mercados locales los excedentes ocasionales.

Microhuertos. La agricultura urbana y periurbana podría proporcionar productos alimenticios frescos a un considerable sector de la población urbana, además de ofrecer un medio de autoempleo y generación de ingresos. Para fortalecer la sostenibilidad del sector, indica la FAO, los programas de intervención tendrán que promover tecnologías innovadoras, como los microhuertos, ayudar a incluir la agricultura urbana en la planificación de las ciudades y hacer participar a las partes interesadas en las cuestiones asociadas de tenencia de la tierra, gestión del agua y los desechos, calidad e inocuidad de los alimentos, e infraestructura de mercado.

Los costos de producción en la cadena de suministro repercuten en el precio final de venta y, en consecuencia, en el acceso del consumidor a la fruta y las hortalizas. "En todos los sistemas de producción, los productores necesitan tener acceso a tecnologías que incrementen la eficacia -explica Alison Hodder-. Como la horticultura hace un uso muy intensivo de los recursos naturales, los servicios de extensión deben promover la gestión integrada del suelo, el agua y los nutrientes de las plantas, así como prácticas sostenibles de gestión. Es necesario que los agricultores adopten técnicas modernas, como la programación de los cultivos, que ayuda a organizar la producción durante el año, y que tengan acceso a buen material de siembra. Un suministro de semillas de hortalizas y sistemas de viveros eficaces para frutales son insumos decisivos en apoyo a toda la cadena de suministro."

Después de la cosecha, la fruta y las hortalizas son muy percederas, sus pérdidas se estiman hasta en un 50% en algunos países en desarrollo. La FAO determina otros problemas fundamentales en el sector postcosecha, como productos de escasa calidad, sistemas ineficaces de comercialización e información, y poca capacidad de investigación y desarrollo. Como la elaboración postcosecha añade valor a la producción primaria, mejorar la gestión postcosecha contribuirá a los ingresos de los agricultores así como al incremento del suministro.

Por último, GlobFaV tiene como objetivo garantizar que el aumento de la producción no comprometa la calidad e inocuidad de los alimentos. "Los riesgos que supone el uso inadecuado de plaguicidas o de agua contaminada para riego sin duda se opondrían a nuestro objetivo de mejorar la salud pública", explica Hodder, y añade: "Garantizar la inocuidad y calidad de los alimentos dependerá de la aplicación de buenas prácticas en puntos adecuados a lo largo de la cadena de alimentos, desde la preproducción hasta el punto de venta."