

## Soberanía, Seguridad Alimentaria y Adultos Mayores

Lic. en Nutrición Mariana Laura Barciocco.  
INSSJyP – UGL VII La Plata

La soberanía alimentaria pareciera ser un campo de acción preparado especialmente para el pleno desarrollo del envejecimiento activo, educación, y ejercicio de derechos de los Adultos Mayores.

La soberanía alimentaria brinda un marco propicio en el cuál el Adulto Mayor puede desempeñar un rol activo beneficiándose, y beneficiando a próximas generaciones.

Los alimentos no solo aportan los nutrientes necesarios para cubrir requerimientos, sino que satisfacen otras demandas que tienen que ver con lo social, lo afectivo y lo cultural.

En los últimos tiempos cometemos verdaderos crímenes contra todas las funciones de los alimentos, si bien hemos adquirido amplitud en lo que respecta a la seguridad alimentaria: acceso, disponibilidad y distribución (procesos que desvinculados de políticas sociales y de salud pública ,profundizan las diferencias) sumado a los actuales conocimientos sobre la alimentación y nutrición ; ha disminuido nuestra atención y vigilancia sobre los aspectos que definen la soberanía alimentaria , ese conglomerado de tradiciones , costumbres y recetas ,que levantados, nos hemos tomado el trabajo de destruir en vez de deconstruir para entender, y a cambio de consumir para pertenecer. Estamos en el justo momento para construir el ensamble de lo que sabemos sano con lo que olvidamos nuestro y por lo pronto sustentable ;porque entonces no darle a esa generación la oportunidad de resignificar la cultura ,la de cada uno porque así ganamos todos ,dando el salto cualitativo a partir de la incorporación de hábitos saludables ,pero no sólo para el cuidado de su salud sino para que redunde en beneficio de toda la población, en el rol protagónico de educadores ,hombres y mujeres ,que conocen sobre huerta y animales de granja orgánicos ,que saben preparar platos bajo la insoslayable mirada de la economía familiar que contempla la época del año con la consecuente preparación de conservas naturales , para

deleitarse con unos exquisitos quinotos en almíbar, en cualquier época del año, pero conociendo el impacto en nuestro plan nutricional.

La inclusión de los Adultos Mayores cada vez que se hable de soberanía ,seguridad alimentaria, alimentación y nutrición es la idea para lograr la prevención secundaria y tratamiento de enfermedades crónicas prevalentes, para promover hábitos saludables y prevenir la aparición o disminuirla en las próximas generaciones, pero viendo el éxito en persona. Para esto la promoción de hábitos saludables entre los adultos mayores es fundamental en la primer etapa del proceso para luego ser los encargados de transmitir el mensaje para iniciar el círculo virtuoso de una alimentación saludable y arraigada , por respeto a los mayores y a la tierra , porque los hábitos pueden modificarse, porque el aprendizaje debe ser continuo y recíproco , porque a partir de la salud pública y con un modelo sociopreventivo, podemos generar dispositivos de intervención a distintos niveles, desde cada uno de nuestros lugares, sea diseñando políticas, o implementando proyectos de agricultura urbana , aplicando planes de seguridad alimentaria o desarrollando un taller hospitalario para educación en diabetes para niños y adolescentes.