

Colección CONAGRO Cartilla N° 30

confederación nacional campesina



y trabajadores del agro de Chile

conagro

AGRICULTURA-ALIMENTACIÓN-SALUD



A NUESTROS SOCIOS/AS Y AMIGOS/AS

Ponemos en sus manos este aporte orientador, para contribuir desde nuestra realidad al cuidado y conservación del Medio Ambiente.

Agricultura - Alimentación - Salud, es el tema que trata la presente Cartilla y que la Confederación CONAGRO comparte con ustedes.

Desde su surgimiento, la especie humana se ha visto en la necesidad de obtener alimentos para vivir. Independiente de las etapas por la que ha atravesado la humanidad, han sido la agricultura y la ganadería; desde hace unos 10.000 años atrás, las fuentes principales de obtención de alimentos, cuyos nutrientes son esenciales para la preservación de una adecuada salud.

La actividad agropecuaria adquiere mayor trascendencia y valor en momentos en que nos vemos aquejados por desastres naturales o antrópicos (generados por el ser humano), que conllevan a la pérdida de vidas. En momentos de crisis generadas por pandemias como la que hoy afecta a prácticamente al 90% de los países; es responsabilidad de los gobiernos asumir conscientemente las acciones que potencien la producción, distribución y consumo de los bienes y servicios de primera necesidad y apoyar los sectores que garantizan la alimentación y la salud.

En las manos de los pequeños/as agricultores/as y campesinos/as se encuentra; hoy más que nunca, un significativo aporte para mitigar el daño derivado de esta enfermedad en nuestro país y nuestras familias de ahí que, la recuperación de conocimientos ancestrales, la incorporación de nuevos medios y métodos para el manejo de nuestros cultivos, nuestros ganados y sobre todos nuestros espacios rurales, son caminos que los harán prevalecer con sus tradiciones, cultura popular y su condición de productores y abastecedores de alimentos esenciales para la vida.

Por Consejo Directivo Nacional.

Oscar De La Fuente Muñoz

Presidente

Santiago, julio de 2020

Contexto de la Pandemia

En el contexto mundial actual, constituye un aspecto de diario debate y reflexión, la salud y alimentación de la población. La pandemia resultante del COVID-19; enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2, desde su aparición en diciembre del 2019 y hasta el mes de julio del 2020, infectó cerca de 13 millones de personas y cobró la vida de más de 569.000, a nivel mundial.

En nuestro país; según reporte del MINSAL (22 de julio de 2020), existían 336.402 personas contagiadas y la dolorosa cifra de 8.722 fallecidas en tan solo cuatro meses desde que se reportara el primer caso de contagio en la región del Maule.

Este, como todo virus “no entiende” de ideología, credo, clase social, color de piel, sexo ni edad. Su control y erradicación definitiva es una prioridad que tiene ocupados a un número indefinido de personas que emplean todas sus capacidades para proteger, promover, prevenir y restaurar el estado de bienestar físico, mental, social y la capacidad de funcionamiento de las personas; o sea, la salud.

En este sentido, una alimentación saludable y equilibrada es fundamental. Los alimentos; cualquiera de sus tipos, aportan los nutrientes requeridos para la prevención de enfermedades y todos ellos tienen su origen en el arduo trabajo de hombres y mujeres que no siempre reciben el justo reconocimiento y apoyo de los restantes sectores de la sociedad y de la ciudadanía, en general.

El Instituto de Desarrollo Agropecuario (INDAP); en diciembre del 2019, atendía y trabajaba con 164.896 usuarios/as, de un universo de 270.000 pequeños productores del país. Son estos pequeños/as productores/as agrícolas y campesinos/as, quienes garantizan; de entre todos los productos que se consumen, los que realmente contribuyen a una alimentación saludable.

Alimentación nutritiva, salud y campesinos

Una alimentación saludable es aquella que, garantiza la ingestión de los nutrientes necesarios para mantenerse sano, sentirse bien y contar con la

energía requerida para sobrevivir y realizar todas las actividades diarias. Estos nutrientes aportan las proteínas, carbohidratos, grasas, agua, vitaminas y minerales que, cuando no son adquiridos en la cantidad y con la calidad requerida, nuestro organismo está expuesto a enfermedades como las transmisibles que se transfieren de un ser humano a otro (o de un animal al hombre), ya sea por vía directa, a través de vectores o por la exposición a material infeccioso como es el coronavirus que hoy afecta a 175 de los 194 países soberanos reconocidos por la Organización de Naciones Unidas (ONU).

Es lamentable que, mientras que en nuestros campos se producen frutas y verduras de gran calidad para una mayor oferta gastronómica, la mayoría de las personas optan por el consumo de carbohidratos, productos "alimenticios" ultra procesados y bebidas de fantasía que impactan negativamente en el estado de salud de la población

Según datos recientes (noviembre, 2019) de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), Chile es uno de los países con más alto índice de obesidad: alrededor del 60% de la población presenta exceso de peso y cada una hora fallece una persona por este motivo. La obesidad aumenta las complicaciones por COVID-19 y los pacientes son más vulnerables por presentar fallas respiratorias aumentando la probabilidad de fallecer.



Importancia de la Agricultura Familiar Campesina (AFC)

En este contexto, se multiplica la importancia y se hace más evidente el papel que desempeña la Agricultura Familiar Campesina (AFC) en la economía, la alimentación y la salud de chilenas y chilenos.

Este segmento social y económico representa un universo del orden de las 270.000 explotaciones, equivalente a casi el 90% del total de unidades productivas agrícolas del país; contribuye con una significativa parte de la producción agrícola total, particularmente en productos hortícolas para el consumo doméstico. La AFC controla:

- más del 50% de la producción de hortalizas
- más del 40% de cultivos anuales y flores
- alrededor del 30% de las viñas viníferas
- es responsable de poco más del 90% de la producción caprina
- de alrededor del 76% de la producción de miel
- más del 54% de las existencias de ganado bovino destinados a la producción de leche (50% de la producción nacional) y carne.

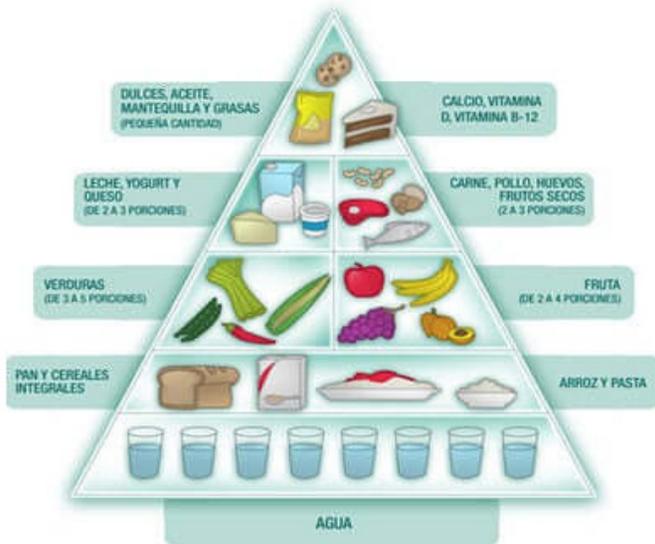


Actualmente, más del 60% de los alimentos agrícolas demandados provienen de este sector socioeconómico.

En Chile, donde los grandes monopolios económicos que representan más de 70% de la propiedad de la tierra y han orientado su producción hacia las exportaciones; donde la mayor parte de la comercialización de la producción de la AFC se da en el marco de cadenas informales, viéndose perjudicada por intermediarios abusivos, cargos excesivos y asimetrías de información, se multiplica el papel protagónico que juega la AFC. Por ejemplo, las ferias libres, abastecen el 70% de las frutas y verduras del consumo interno y en la actual crisis sanitaria, la AFC es responsable de la alimentación de los sectores populares que presentan más carencias debido de las medidas adoptadas por el gobierno y empresarios; llegando incluso a regalar productos a quienes no tienen dinero para enfrentar la pandemia.



De lo dicho, puede comprenderse el papel que los productos caracterizados dentro de otros. Su aporte en la pirámide alimenticia, para mantener una dieta sana y balanceada y en la preservación de la salud. Además, permite valorar el rol de la producción agropecuaria en general y particularmente, de la AFC en nuestro país.



Antecedentes de algunos Cultivos y su Importancia

Los nutrientes mencionados, proporcionan la energía y los materiales de construcción para las innumerables sustancias que son esenciales para el crecimiento y la supervivencia. Entre los productos ricos en estos nutrientes, entre otros, se encuentran:

Trigo: es la principal fuente de proteína vegetal en la alimentación humana. Contiene vitaminas del complejo B y E, ácido fólico, tiamina; minerales como selenio, potasio, zinc, hierro; hidratos, calorías, lípidos. Su consumo regular ayuda a prevenir el cáncer de colon, la diabetes y los infartos, entre otras enfermedades.

Se utiliza en gran variedad de alimentos: harina, cereales, pastas, pan, entre otras; siendo el pan una de las formas de mayor consumo. Según el Ministerio de Desarrollo Social y Familia, en el 2018 el 96,3% de los hogares chilenos declararon gastos en la compra de pan, producto al cual

destinaron (junto a los cereales), el 18,3% del gasto promedio mensual del hogar.



La principal región triguera del país es la Araucanía con más del 40% de la superficie sembrada de trigo (con 82.895 há en la temporada 2019-2020); con el 48,5% de trabajadores agrícolas por cuenta propia y el 44,4% de los campesinos asalariados de la región. A nivel nacional, la superficie sembrada se ha reducido considerablemente, pasando de 369.900 há en 1997 a 205.189 ha en el 2017 debido; fundamentalmente, al incremento de las importaciones y a la creciente presencia de plantaciones forestales.

Vinos: en cantidades moderadas (una o dos copas de vino tinto al día), mejora la circulación de la sangre y disminuye el riesgo de contraer enfermedades cardiovasculares pues reduce el colesterol e incrementa los niveles de ácidos grasos que previenen enfermedades crónicas; tiene acción antiinflamatoria, antialérgica, y anticancerígena, etcétera. La producción de vinos el año 2019 fue de unos 1.200 millones de litros. La superficie total de viñas para vinificación supera las 141.000 há, concentrándose el 72% en las regiones Libertador Bernardo O'Higgins y Maule.

Aceite de Oliva: solo dos cucharadas diarias que se consuma ayudan a bajar el colesterol LDL (malo) sin afectar el colesterol HDL (bueno); evitando así la pérdida de densidad ósea, previniendo la osteoporosis y, además, controla la diabetes.

Frutos Secos: no contienen colesterol ni ácido grasos trans (perjudiciales y presentes en productos industrializados sometidos a hidrogenación). Unos 30 gramos de frutos secos contienen entre 180-200 Kcal, cantidad de energía equivalente a la recomendada para una comida entre horas. Estos productos son fuente de minerales



y vitaminas tales como, vitaminas B1, B6, E, hierro, magnesio, ácido fólico y fósforo. En el periodo de enero a febrero del 2020, la nuez sin cáscara fue el principal producto exportado en términos de valor; registró ventas por 1.600 toneladas por un valor de 11 millones de dólares.

Hortalizas: poseen baja densidad calórica, son ricas en minerales, vitaminas, fibras y antioxidantes. La superficie nacional de hortalizas (frescas y de exclusivo uso industrial); en la temporada 2019/20, se estimó en 86.751 hectáreas (há). El 75% de esta superficie corresponde a solo 12 especies; siendo las principales: tomate, choclo, cebolla, poroto, lechuga y zanahoria. Otras especies que destacaron por un crecimiento en superficie respecto a la temporada 2018/19, son la acelga (500 há más), espinaca (457 há más), zanahoria (325 há más), cebolla (257 há más) y, choclo (252 há más). La Agricultura Familiar Campesina (AFC) aporta hoy, el 60% de la producción nacional de hortalizas.



Legumbres: contienen un elevado porcentaje de proteínas con poca grasa; proporcionan mucha fibra, abundantes vitaminas (tiamina, riboflavina, niacina, B6 y ácido fólico) y minerales (hierro, zinc, magnesio, potasio y fósforo). Son alimentos saludables de fácil almacenaje y no perecibles que han visto crecer su demanda en el momento de pandemia que se vive. Su consumo eleva la producción de serotonina; hormona de la felicidad.

Las más sembradas (cerca del 95% de há destinadas a su cultivo) son el poroto, lenteja y garbanzo en las regiones de Maule, Ñuble y Biobío,



producidas principalmente por pequeños agricultores y; el lupino dulce y amargo en La Araucanía, fundamentalmente.

Estos productos juegan un papel fundamental en la agricultura moderna debido a que permiten hacer un uso más sostenible de los recursos debido a que ellos mejoran la fertilidad de los suelos, favorecen la rotación de los cultivos que son tradicionales, mejoran el tenor proteico de los cultivos que suceden en la rotación y reducen la dependencia de los fertilizantes químicos al fijar el nitrógeno del aire; al mismo tiempo, controlan o reducen la incidencia de enfermedades o malezas y mejoran la estructura del suelo.

Estos productos destacan, además, porque su producción requiere de bajo consumo de agua, lo que resalta su importancia en momentos en que las consecuencias del cambio climático y la situación de privatización que hay de este recurso en nuestro país, limitan la producción silvoagropecuaria.

Vale destacar que la superficie destinada a su cultivo, en la temporada 2019-20, fue de 22.578 há, muy por debajo de las 202.420 há en la temporada 1979-80, cuando se contaba con menor desarrollo socioeconómico, científico-técnico y con 7 millones menos de habitantes.

Independientemente de sus beneficios, la producción en Chile ha disminuido mucho en las últimas tres décadas debido al incremento en los costos de producción que no favorece los márgenes de ganancia y, al



desincentivo en la siembra por el aumento de las importaciones como consecuencia de su bajo precio en el extranjero, generado por sistemas agrícolas subsidiados o que producen en grandes extensiones y con economías de escalas superiores a las de nuestro país; economías en las que no prevalece la pequeña agricultura como en Chile.

A lo anterior se suma la disminución de la demanda interna debido a la baja en el consumo por parte de la población, lo que se debe en gran parte a cambios en el estilo de vida, al acceso a otras proteínas y aspectos socioculturales.

Oportuno es señalar, que sus rendimientos se han mantenido constantes producto del bajo nivel tecnológico y el escaso mejoramiento genético de los cultivares por lo que, el aumento en los costos no pueda ser compensado con una mayor producción. Esta situación plantea grandes desafíos como la mecanización de esta producción, el empleo de semillas de más calidad, el mejoramiento genético y, políticas públicas para mejorar la situación de este rubro en el país.

En el contexto de la crisis sanitaria mundial, el consumo de legumbres en nuestro país subió al 200% en el mes de mayo, debido al reemplazo de la proteína de la carne por la reducción de ingresos familiares y a la alta demanda de legumbres para completar las canastas de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (Junaeb) y, las cajas de alimentos que se distribuyen a la población más vulnerable. Solo a mediados del presente año se importaron más de 300 toneladas de estos productos.

De las 35 mil toneladas que se consumen en la actualidad en Chile, solo el 25% se cultiva en el territorio nacional y, es la Agricultura Familiar Campesina (AFC), quien concentra el 80% de dicha producción.

Frutas: aportan agua, vitaminas (principalmente vitamina C), minerales, fibras. Previenen el envejecimiento prematuro de las células por sus compuestos antioxidantes, hidratan el organismo, ayudan al funcionamiento del aparato digestivo, facilitan el drenaje de líquidos. Su consumo regular previene enfermedades cardiovasculares, algunos tipos de cáncer, el sobrepeso y la obesidad, entre otras.

En el periodo de enero-febrero del año 2020, Chile exportó un total de 615 mil toneladas de frutas; de ellas:

- 89% de frutas frescas (cerezas; arándanos y uvas)
- 10,1% de frutas procesadas: jugos, aceites (de oliva), conservas (durazno, uva, manzana), congelados (berries, ciruelas, pasas) y deshidratados y;
- 1% frutos secos (nueces, almendras, avellanas, entre otros).





Portugal 623, 2º piso, oficina 10, Santiago
confeconago@gmail.com
www.conago.cl
Agosto-2020