



# BUENAS PRÁCTICAS

## La Historia

### Antecedentes

En Perú, uno de cada dos niños sufre de anemia. La prevalencia de anemia infantil en áreas rurales lejanas es de aproximadamente 80 por ciento. Una de estas comunidades es Nuevo Pachacútec, la cual está situada en los alrededores de Lima, Perú.

### Intervención

En 2004, el Programa Mundial de Alimentos (PMA) en Perú inició un proyecto piloto de lucha contra la anemia en niños y niñas menores de cinco años, a través de la promoción del consumo de alimentos ricos en hierro. El proyecto es una iniciativa conjunta entre el PMA, la Municipalidad de Ventanilla y la Fundación REPSOL. Uno de los objetivos principales de este proyecto fue el desarrollo de conocimiento sobre nutrición de madres de niños y niñas que sufren de anemia. Más de 1,000 madres de la comunidad contaron con el asesoramiento de nutricionistas del PMA. Durante la implementación del proyecto, el PMA recopiló recetas ricas en hierro que fueron desarrolladas por las madres cuyos hijos participaron en el proyecto. Reconocidos chefs peruanos dieron a las recetas una presentación creativa y varias docenas de dichas recetas fueron seleccionadas para su publicación en un recetario en el 2010. Con esta herramienta se ha logrado que alimentos ricos en hierro, tales como platos en base a "Sangrecita de Pollo", y alimentos nativos con alto contenido proteico, tales como la Quinua y el Amaranto, lleguen a las casas de los beneficiarios. El éxito de este libro de recetas consistió en incluir recetas de preparación sencilla a bajo costo que fueron distribuidas a madres beneficiarias para mejorar la calidad de la cocina de casa.

### Resultados

Los resultados fueron sorprendentes, con una reducción de la prevalencia de anemia por deficiencia de hierro de un 60 a un 18 por ciento en niños y niñas menores de cinco años. Como experiencia de aprendizaje, las madres ahora comprenden la importancia de seleccionar los alimentos adecuados y cómo prepararlos para mejorar y mantener el estado nutricional de sus hijos e hijas. Igualmente importante es la experiencia positiva que las madres ganaron al jugar un papel activo en la reducción y prevención de la anemia. Durante la fase de planeamiento e implementación, las alianzas estratégicas más importantes se llevaron a cabo con las instituciones locales del sector salud y educación, cuyas capacidades se vieron fortalecidas durante el proyecto. Hoy día, los centros de salud fortalecidos pueden proveer servicios de salud adecuados para los más pobres, incluyendo distribuciones focalizadas de alimentos complementarios cuando se requiera. El diseño de este proyecto ha demostrado ser efectivo con respecto a la reducción de anemia por deficiencia de hierro, a la vez que sostenible, y es un modelo útil para ser replicado en otras regiones.

### Lecciones Aprendidas

Durante la fase inicial del proyecto, fue evidente que la integración de los padres de familia en las actividades del proyecto es imprescindible cuando se busca un cambio de comportamiento en las prácticas de consumo. La revalorización de alimentos de alto contenido de hierro a bajo costo, como la "Sangrecita de Pollo", es uno de los factores de éxito que ha contribuido al éxito del proyecto.



La comunidad de Nuevo Pachacútec



Madre cocina para su familia



Niñas probando una receta

# Implementación

## Paso 1

Identificar una población con tasas altas de anemia que no valora alimentos locales de alto valor nutricional y que se pueda beneficiar de una campaña de información y educación. El PMA reconoció la necesidad en la comunidad de Nuevo Pachacútec debido a las altas tasas de anemia por deficiencia de hierro que sufren los niños en dicha zona peri-urbana.

## Paso 2

Coordinar con la agencia pertinente del gobierno y/o con otras ONGs que trabajan en la zona. El PMA se asoció con el Ministerio de Desarrollo Social, La Municipalidad de Ventanilla y la ONG Alternativa para promover el consumo de alimentos ricos en hierro que son fácilmente accesibles, con el fin de reducir y prevenir la anemia.

## Paso 3

Promover que los miembros de la comunidad compartan sus conocimientos aprendidos con sus pares, en comunidades cercanas. El PMA reunió a 1,000 madres de la comunidad para contribuir a preparar el Recetario Anti-anemia y difundir lo en otras localidades cercanas.

## Paso 4

Difundir el modelo de intervención educativa con base comunitaria a otras áreas que necesiten apoyo nutricional. El recetario está siendo distribuido a nivel nacional y otros Municipios cuentan con intervenciones para erradicar la anemia.

# Asociaciones

En la campaña inicial para promover alimentos ricos en hierro en la comunidad, el PMA se asoció con el la Municipalidad de Ventanilla, el Ministerio de Desarrollo Social, la Fundación REPSOL y la ONG Alternativa.

"El recetario refleja la tremenda creatividad de las madres peruanas. Al utilizar comida económica con un alto nivel nutricional, como sangrecita, las madres tienen la capacidad de evitar que sus hijos e hijas sufran las consecuencias a largo plazo de la deficiencia de hierro "

# Rasgos Destacables del Proceso



Liz Llanto, una madre líder de Pachacutec contribuyó con recetas para el libro de cocina.



Capacitación de nutrición a las madres y a las familias en Pachacutec.



Los "tamalitos morenos" son un alimento que ayuda a prevenir la anemia.



La portada de del libro de recetas del PMA.



Funcionarios del gobierno peruano probando las recetas que contienen *sangrecita*.



Debido a la intervención del PMA, este niño ahora tiene menos probabilidades de tener anemia.

# Insumos

Herramientas Conocimiento en nutrición y capacidad de realizar recetas

Materiales