



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

# El alimento es una forma de medir quien está siendo un ciudadano y quien no

1 AGO 2017 Gestión UCR





La seguridad alimentaria y nutricional será posible cuando todas las personas en el territorio nacional tengan en todo momento acceso físico, social y económico a alimentos inocuos y nutritivos, cuando todos y todas puedan consumir suficiente alimento en términos de cantidad y calidad para satisfacer sus necesidades alimentarias y preferencias culturales sin menoscabo de la satisfacción de otras necesidades humanas que les permitan llevar una vida activa y sana.

Para lograr este objetivo, tanto el Estado como la ciudadanía deben ser vigilantes del cumplimiento del derecho a la alimentación, pues con las decisiones que cada ciudadano y ciudadana toma al elegir qué comer, dónde adquirir sus alimentos o a quién comprarle, cada uno y cada una asume una posición frente al sistema agroalimentario que contribuye a construir o destruir la democracia.

Esta es una de las conclusiones que se desprende del análisis que la Dra. Marcela Dumani Echandi, coordinadora de la Comisión Institucional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (CISAN) de la Universidad de Costa Rica hizo sobre el papel de los ciudadanos en la construcción de la democracia a través de la alimentación y la nutrición, en un país que aspira a garantizar la seguridad alimentaria y nutricional de todas las personas.

### **-¿Cuáles son los derechos y deberes de los ciudadanos en relación con la alimentación?**

La alimentación forma parte del derecho a la vida, quizás es uno de los componentes más fundamentales de ese derecho, porque sin comida no hay vida y eso incluye el derecho al agua de calidad y algunos pensamos que incluye el oxígeno que forma parte del metabolismo y dependemos de él para vivir. Ese derecho al alimento nos compete a todos por igual y todos deberíamos tener ese derecho asegurado, también tenemos derecho a comer alimentos que no nos hagan daño y al conocimiento de saber lo que nos estamos comiendo, de cómo elegir mejor lo que nos vamos a comer para favorecer nuestra salud. En ese sentido, todo esfuerzo en información y en educación relacionado con la alimentación y nutrición son fundamentales.

Uno de los deberes que nos competen a nosotros es ser vigilantes del cumplimiento de ese derecho a la alimentación, ser vigilantes de la calidad de los alimentos que nos están llegando a nuestros hogares, que consumimos dentro o fuera de nuestras casas o que compramos. Ser conscientes de que la alimentación de los niños y las niñas también es un deber que nos compete a todos, a veces se dice que es responsabilidad sólo de los padres pero también tiene que ver con las funciones del Estado que tiene que asegurar que la población viva en bienestar.

**"El alimento es una forma de medir quien está siendo un ciudadano y quien no, porque a la persona con hambre se le**

## está negando su derecho fundamental a la vida".

Una persona que tenga hambre es una persona que ha sido despojada de todo y por lo tanto ahí ha habido una falla del Estado que debe velar por el bienestar de todos sus ciudadanos. Por otro lado, una persona malnutrida por el hecho de ver limitado su acceso a alimentos nutritivos, de calidad y comprobadamente inocuos, es un ciudadano a medias, porque no se le está negando su derecho a la vida pero sí su derecho a la salud y al bienestar.

### **-¿Cómo puede o debe aportar la ciudadanía a la democracia desde el ámbito de la alimentación?**

Todos tenemos una responsabilidad en este tema desde los productores hasta los ciudadanos, toda la industria alimentaria y toda la oferta de alimentos que se haga; desde la ventana que vende tacos hasta los que producen alimentos ultraprocesados y los mismos agricultores en su decisión de cómo producir lo que comemos, todos tienen un efecto en la gente y en la salud pública y tienen que asumir su responsabilidad.



La Dra. Marcela Dumani Echandi, profesora de la Escuela de Nutrición, forma parte del equipo interdisciplinario que presentó en el 2016 a la Asamblea Legislativa un proyecto de Ley Marco del Derecho Humano a la Alimentación y de la Seguridad Alimentaria y Nutricional que aún se encuentra en trámite en dicha instancia.

---

**"Hipócrates decía que tu alimento sea tu medicina y tu medicina tu alimento; actualmente Vandana Shiva dice que**

## decidiendo lo que yo como, decido a quien apoyar".

Si nosotros ejercemos una conducta como consumidores con una consciencia de los sectores de la población a los que nos interesa apoyar estamos ejerciendo una acción política. Si nosotros decidimos apoyar a los pequeños productores, consumir la producción nacional, apoyar a los productores que están haciendo un esfuerzo por mejorar los sistemas productivos hacia formas no contaminantes y menos inequitativas estamos tomando una decisión política. También cuando hay un compromiso con la democracia de parte de las empresas de capital nacional, que plantean el comercio justo, que cumplen con los derechos de los trabajadores y las trabajadoras, que propician una mejor y mayor distribución de la riqueza, que se comprometen realmente con el ambiente y con el desarrollo local, sin alterar los modos de vida de las poblaciones ni su bienestar.

Los ciudadanos también pueden aportar desde diferentes organizaciones. En el último tiempo ha surgido en el país una serie de grupos como la red de permacultura que promueve una consciencia en todos mis ámbitos de acción desde lo que me como hasta mi comportamiento con otras personas o el movimiento de agricultura orgánica que ha generado una reflexión en la ciudadanía sobre cual es el efecto que un alimento puede tener en mi salud, la de mis hijos y de mi familia. Aunque estas organizaciones que no se autodenominan necesariamente organizaciones de consumidores y no están dedicadas exclusivamente a la alimentación hacen un aporte importante. En otras palabras, la Seguridad Alimentaria y Nutricional es un asunto de todos y para todos.

### **-¿Cuáles son los principales obstáculos para la construcción de una ciudadanía consciente y activa en términos de seguridad alimentaria y nutricional?**

Aunque estamos en una era donde la información es muy abundante, uno de los principales obstáculos es la falta de acceso a información veraz y educación en estos temas. Hay un bombardeo muy grande de información y publicidad que juegan con sentimientos y con estatus alrededor de la alimentación. El asunto es cómo logramos que las personas puedan acceder a información que sea más veraz y más humana para que puedan tomar las mejores decisiones para si y para su familia. La única forma es educando

El grado de organización y participación que la sociedad tenga nos va a reflejar el grado de democracia, desgraciadamente en nuestro país, aunque existen más de 200 organizaciones de consumidores, no tenemos una organización de consumidores que vele por la calidad de los alimentos, por el adecuado estado nutricional de la población, por todas estas condiciones que debería cumplir la comida para que sea bien aprovechada y bien distribuida.

### **-¿Cuál es el aporte de la academia a la construcción de democracia en términos de seguridad alimentaria y nutricional?**

Uno de los esfuerzos más recientes ha sido apoyar el proceso de construcción de una propuesta de proyecto de ley de Derecho Humano a la Alimentación y de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en el cual se integraron personas de diferentes instituciones del Estado y organizaciones de productores y consumidores. Este proyecto de ley es sumamente importante para el avance de la seguridad alimentaria y nutricional en nuestro país. Este proyecto de ley lo que trata es de articular los programas y proyectos existentes creando un sistema que ve el asunto en toda su complejidad porque en esto tiene que ver no sólo el Ministerio de Agricultura, sino economía, educación el sector social y planificación. Este proyecto apoya los sistemas agroalimentarios como la agroecología y la agricultura familiar que son parte de uno de los principales sectores que nos va a permitir hacer frente a los efectos del cambio climático y que constituyen alternativas a sistemas de producción extensiva que han generado tantos problemas ambientales, sociales y de salud.

Somos un país que está en deuda, hemos adquirido algunos compromisos internacionales dentro de los que se incluye contar con una ley vinculada con esta temática, pero a la vez somos un país que presenta un desarrollo muy importante en una serie de programas y proyectos vinculados con la seguridad alimentaria y nutricional que nos permiten estar entre los países con menor índice de desnutrición, aunque tengamos en este momento un problema de sobrepeso y obesidad en la población que también tiene que ver con derecho a la alimentación porque es el derecho a acceder a alimentos de calidad y el acceso a tener una vida activa y sana como ciudadanos.



## Dra. Marcela Dumani Echandi

La Dra. Marcela Dumani Echandi, es licenciatura en Nutrición Humana con Doctorado en Educación con énfasis en Mediación Pedagógica y Desarrollo Sustentable. Se desempeña como profesora de la Escuela de Nutrición y coordinadora del equipo interdisciplinario de especialistas en Derecho, Nutrición, Ingeniería, Ciencias Sociales y Ciencias Agroalimentarias que conforman la Comisión Institucional de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la UCR (CISAN-UCR).

Contacto: [marcela.dumani@ucr.ac.cr](mailto:marcela.dumani@ucr.ac.cr), tel: 2511-2175.



**[Katzy O'Neal Coto](#)**  
Periodista Oficina de Divulgación e Información  
[katzy.oneal@ucr.ac.cr](mailto:katzy.oneal@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [seguridad alimentaria](#), [democracia](#), [ciudadania](#), [alimentacion](#), [derechos humanos](#).