



Integración del Género y la Nutrición dentro de los Servicios de Extensión Agrícola

Hoja de Actividades

Marzo 2016

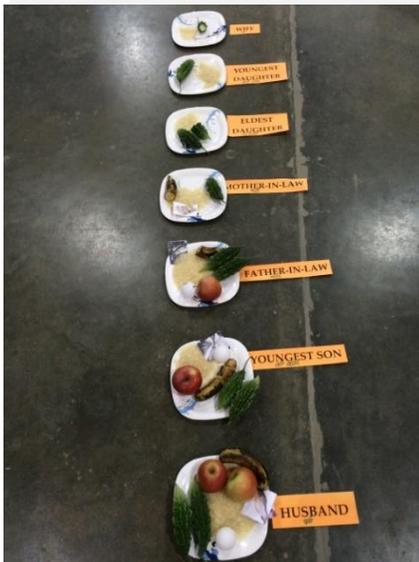
¿Quién come Qué?

Tiempo:

1 hora

Materiales Necesarios:

- Papelógrafo con el título de la actividad y el listado de los objetivos.
- Un plato grande repleto de arroz crudo o cualquier otro tipo de grano.
- Verduras crudas – aproximadamente 2 kg. Diferentes variedades si es posible.
- 3 huevos... piedras o pelotas de ping pong que representen huevos.
- Dibujos de pescado seco u otras fotos de carnes locales.
- 6 platos pequeños para colocar comida.



Introducción

La malnutrición materna e infantil – en particular el bajo peso y la falta de micro-nutrientes en niños, las malas prácticas al dar de lactar, y la anemia – son algunos de los problemas de salud relacionados a las malas prácticas de nutrición a nivel mundial. Las “Normas culturales” son en algunas ocasiones parte de la causa de estos problemas antes mencionados. Si se comprenden mejor estas normas culturales, es posible aumentar las oportunidades para generar cambios a largo plazo de patrones de comportamiento persistentes y relacionados con el género que afectan la seguridad alimentaria, y de esta manera poder mejorar la nutrición materna e infantil.

Objetivos

- ✓ Examinar desigualdades basadas en el género y establecidas en el hogar, así como el potencial impacto que dichas desigualdades tienen en el tipo y la cantidad de comida que cada miembro de la familia recibe.
- ✓ Explorar quién tiene la autoridad para decidir y quién puede estar en una posición de desventajada en cuanto a la distribución de la comida en el hogar.

Pasos

- 1) Revisar el título de la actividad, los objetivos y dar una pequeña introducción. **(5 minutos)**
- 2) Pedir voluntarios para ejemplificar una típica familia rural y entregarles una tarjeta con la descripción del papel que desempeñarán: Marido, Suegra, Suegro, Hija mayor (primogénita), Hijo menor, Hija menor, Esposa (añadir otros roles si es necesario). Hacer que los hombres jueguen el papel de las mujeres de la familia y que las mujeres jueguen el papel de los hombres de la familia, exceptuando el papel de la esposa, que debe ser desempeñado por una mujer. **(5 minutos)**
- 3) Una mujer participante adopta el papel de esposa. Pedir a la esposa que invite a su familia a sentarse de modo que todos los participantes en el salón puedan observarlos; adicionalmente, poner un plato vacío en frente de cada uno de los integrantes de la familia. Explicarles que es la hora de la cena y que la esposa ha preparado arroz, verduras, huevos y pescado (u otras comidas apropiadas según el contexto). Este es un ejemplo de cómo estos alimentos son repartidos a los miembros de la familia. **(15 minutos)**





minutos)

Marido – plato lleno de comida con un poco de todo, incluyendo un huevo.

Suegro – igual que el marido, pero en cantidades más pequeñas, incluyendo un huevo.

Suegra – arroz, verduras y un trozo pequeño de pescado.

Hija mayor – pequeñas cantidades de arroz y verduras.

Hijo menor – arroz, un trozo de pescado, verduras y un huevo.

Hija menor – pequeñas cantidades de arroz y verduras.

Esposa – la cantidad más pequeña de arroz y hojas de verduras.

- 4) Agradecer a los participantes su participación y a continuación hacer las siguientes preguntas para que todos respondan. **(30 minutos)**

¿Por qué algunos miembros de la familia reciben más comida que otros?

¿Qué les da el privilegio a ciertos miembros de la familia de tener **más acceso** a comida que otros? ¿**Menor acceso** que otros miembros de la familia?

¿Quién decide cuánto se va a comer y quién de los miembros de la familia recibe la mayor porción de alimento?

¿Cuáles son las consecuencias a corto y largo plazo de comer una dieta nutricionalmente desequilibrada, especialmente para bebés o niños pequeños, adolescentes y mujeres que están dando de lactar o embarazadas?

¿De qué formas puede la distribución de comida entre los miembros de la familia ser más justa?

¿Y Ahora Qué?

Llevando esta actividad a la práctica. Pedir a los participantes que vuelvan a formar los subgrupos y discutan sobre cómo se puede implementar esta actividad al momento de dar una capacitación, mientras analizan las siguientes preguntas, y asegurándose de que cada miembro del grupo tenga la oportunidad de responder:

Como capacitador, ¿de qué **modo** y con qué **participantes** podría implementar esta actividad?

¿Qué cambios le haría a esta actividad?

Pedir a cada subgrupo que comparta **una de las ideas discutidas** con el resto del grupo. **(20 minutos)**



Designed to be shared.

© INGENAES 2016- Integrating Gender and Nutrition within Agricultural Extension Services

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 3.0 Unported License. creativecommons.org/licenses/by/3.0

www.ingenaes.illinois.edu/library

Prepared by Kathy Colverson
University of Florida & Prepared by Jan Henderson, University of Illinois at Urbana-Champaign,

Photo Credits: Jan Henderson & Kathy Colverson

Referencias

“Nutrición, Familia, comunidad” – Helen Keller International Bangladesh p.p. 59 – 61.

“El Estado de la Alimentación y la Agricultura: Sistemas Alimenticios para una mejor nutrición” – Organización para la Alimentación y la Agricultura, 2013.

SPRING, USAID (Reforzando Alianzas, Resultados e Innovaciones en Nutrición a Nivel Global) <https://www.spring-nutrition.org/>

Directrices de Alimentación – Bangladesh. <http://bit.ly/1pw297p>



Designed to be shared.

© INGENAES 2016- Integrating Gender and Nutrition within Agricultural Extension Services

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 3.0 Unported License. creativecommons.org/licenses/by/3.0

www.ingenaes.illinois.edu/library

Prepared by Kathy Colverson
University of Florida & Prepared by Jan
Henderson, University of Illinois at
Urbana-Champaign,

Photo Credits: Jan Henderson & Kathy
Colverson