

Los bancos de alimentos y la inseguridad alimentaria

[Narrador: Alberto Hauffen:] Con 16.5 por ciento en el índice de pobreza en California, está aumentando el número de personas que recurren a los repartos de comida gratis realizados por organizaciones caritativas, como este del programa Nutrition on the go!, del banco de alimentos FoodLink en el condado de Tulare. Los bancos de alimentos, como Second Harvest del condado de Orange, son recursos vitales para millones de personas de escasos recursos.

[Conchita Mendoza, asesora de nutrición de Extensión Cooperativa de la Universidad de California:] Los bancos de alimentos son básicos en este momento con el problema que tenemos de hambre en nuestro país y en seguridad de los alimentos. Es una estrategia para tratar de colaborar con los grupos de la comunidad que no tienen suficientes alimentos para poder ayudarles y compensar su dieta. Nosotros repartimos información a los donadores para que sepan qué tipo de productos pueden donar y que tengan realmente valor para la población que más los necesita. Generalmente los de bancos de alimentos son productos enlatados y productos que no son perecibles. Pero nosotros sabemos que frutas y verduras son necesarias en la dieta.

[Narrador:] Según un estudio de la Universidad de California en Los Ángeles, la inseguridad alimentaria, o falta de alimentos, afecta a cerca de cuatro millones de Californianos. Muchos recurren a los repartos de alimentos, que incluyen frutas y verduras frescas, usualmente donadas por agricultores locales. Para lograr un mejor aprovechamiento de esos alimentos, expertos de Extensión Cooperativa de la Universidad de California ofrecen consejos y recetas.

[Grilda Gómez, educadora de nutrición de Extensión Cooperativa de la Universidad de California en el condado de Tulare:] Tiene la manzana, que es principalmente lo que están dando hoy. La cebolla, el apio y las pasas; todo eso tiene dulce y tiene sal para que pueda incorporar, y con la lechuga.

El objetivo es el mismo que se busca en las clases de nutrición de Extensión Cooperativa: lograr una alimentación nutritiva y económica.

[Julie Cates, directora del programa de nutrición de Extensión Cooperativa de la Universidad de California en el condado de Tulare:] Típicamente lo que hacemos es usar una receta nutritiva que se acople con los alimentos que la gente recibe. Estos repartos de comida son para cualquier persona que necesite alimentos sanos. La meta del programa Nutrition on the go es proveer frutas y verduras frescas, porque en muchas de estas comunidades no hay supermercados que vendan esos alimentos. Así que este es un buen recurso.

Narrador:] Los bancos de alimentos ofrecen todo tipo de productos comestibles.

[Mendoza:] En estos bancos también pueden conseguir productos lácteos, que son muy importantes para el desarrollo de los niños en crecimiento. Este tipo de organizaciones les da la oportunidad de conseguir este tipo de alimentos para que pueda mejorar su nutrición. Tienen diferentes tipos de productos lácteos: crema, tienen quesos que son una fuente de calcio y de nutrición para la familia, y que son esenciales para los niños.

[Narrador:] Mendoza aconseja que las personas que necesitan comida aprovechen la que ofrecen los bancos de alimentos.

Mendoza:] Realmente, la gente que necesita alimentos debería conocer los recursos que tienen en su área. Mucha gente no sabe que existen estos recursos. La Universidad le puede informar cuáles son los bancos que están disponibles en su área. Usted puede ir y contactar, y es muy fácil. Y hay muchos alimentos para ser donados. Existe esta posibilidad de que ellos puedan realmente mejorar su dieta y resolver su problema mientras consiguen un buen trabajo y puedan responder por la familia.

[Cierre:] Visite su oficina local de Extensión Cooperativa para más información acerca de los bancos de alimentos: <http://ucanr.edu/oficinas>

#