

Informe de acción

Un enfoque holístico y comunitario de la nutrición en Kenia

© SUN

País: Kenia

Temas: Nutrición

Subtemas: Seguridad alimentaria

Fecha: 2023



Resumen



VICCO es una organización comunitaria de Nairobi (Kenia) que se dedica a dotar de recursos a los niños, las madres jóvenes y la comunidad en general, mediante enfoques holísticos, para mejorar la nutrición y desarrollar habilidades. En la convicción de que el cambio debe empezar en los hogares, VICCO se propone impulsar la salud y el bienestar general ofreciendo a las personas los conocimientos y las herramientas necesarias para mejorar su nutrición. Esta organización ofrece comidas, cultiva verduras y crea oportunidades laborales para los miembros de la comunidad. El proyecto se sostiene mediante financiación externa y contribuciones de la comunidad. Con el fin de brindar un apoyo más eficaz a la comunidad y fomentar la participación, VICCO ha creado una biblioteca, una granja y un gimnasio y ofrece servicios de Internet.



© SUN

La historia de VICCO pone de relieve la importancia de abordar la nutrición desde los hogares y de dotar de recursos a los individuos, sobre todo a los niños y a las madres jóvenes, para generar cambios positivos en las comunidades.



Objetivos del informe de acción

Este informe de acción muestra las repercusiones y el poder de las iniciativas encabezadas por la comunidad a la hora de hacer frente a la malnutrición.

“Vivimos en esta comunidad, la entendemos mejor que nadie”, apuntó un representante de VICCO.



Período cubierto

VICCO se fundó hace más de diez años. Hace aproximadamente cuatro, se inició un cambio consciente para centrar la atención en la nutrición, ya que los responsables se dieron cuenta de la importancia de esta esfera para la salud y el bienestar de la comunidad.

La iniciativa ha ido creciendo a pequeña escala, pero los responsables han podido celebrar logros importantes, como por ejemplo la reciente creación de una cocina comunitaria que ofrece comidas nutritivas a la comunidad.



¿Qué se ha hecho?

VICCO es una organización registrada en el Gobierno de Kenia que se encarga de dotar de recursos a los niños y a las madres jóvenes para que cuenten con las habilidades y las técnicas necesarias para elaborar comidas asequibles y saludables. VICCO no centra la atención solo en los alimentos, sino también en su preparación en los hogares.

El enfoque de VICCO es claramente práctico: promueve que los adolescentes y las madres jóvenes hagan las cosas con sus propias manos. Las madres jóvenes tienen hijos pequeños y necesitan alimentarlos adecuadamente. A su vez, se considera a estos niños futuros agentes del cambio. El fundador de VICCO, Shakur Njeru, ha declarado que, si bien es difícil convencer a un adulto para que cambie, los adolescentes —e incluso los niños más pequeños— pueden ser una buena influencia para sus padres.

Se llevó a cabo un análisis de las partes interesadas para averiguar quiénes se mostraban comprometidos con la cuestión de la lactancia materna, en qué estaban trabajando y la mejor manera de coordinar su labor. Desde entonces, VICCO ha puesto en marcha intervenciones concretas para mejorar la dieta de las mujeres en periodo de lactancia: se les ha provisto de gachas de avena, arroz, harina de maíz y aceite para cocinar. Además, VICCO brinda apoyo a las prácticas en materia de lactancia del Centro Africano de Investigación sobre Población y Salud.

Durante la semana, VICCO ofrece cada mañana gachas nutritivas a 250 escolares y 50 personas mayores.

Los miércoles se reparte verdura fresca a la población de las zonas donde VICCO opera. Los voluntarios de VICCO hablan con los miembros de la comunidad sobre la

importancia de una buena nutrición y sobre cómo se deben cocinar las verduras.

El programa de los sábados de VICCO ofrece ayuda para abordar las necesidades de los niños los fines de semana, cuando no están en la escuela. Una de las voluntarias con más peso en VICCO y sus amigas dedican tiempo cada sábado a enseñar a los adolescentes y a las madres jóvenes cómo preparar los alimentos, les ayudan a conocer mejor los tipos de alimentos que cocinan y su valor nutricional y les muestran cómo llevar una dieta equilibrada.

La mayoría de los adolescentes y los niños de la comunidad enfrentan desafíos para llevar una dieta equilibrada; a menudo, ni siquiera pueden comer de manera regular debido a la inseguridad alimentaria. A lo largo del programa, los voluntarios explican la importancia de comer tres veces al día. Los niños y los adolescentes agradecen cualquier comida que se les proporcione cuando no pueden permitirse comprar nada. Otro de los principales objetivos del programa es cuidar de la salud mental de los niños y de los jóvenes haciéndolos más fuertes y resilientes y ayudándoles a valorarse, de forma que desarrollen fortaleza, resiliencia y autoestima.

Por regla general, en el programa participan hasta 150 jóvenes, aunque a menudo esa cifra se eleva hasta los 200 durante las vacaciones escolares. En el futuro, VICCO espera hacer pequeños viajes con los niños fuera de la ciudad para que puedan acampar y participar en actividades de orientación.

Con el tiempo, VICCO ha ido ampliando progresivamente el alcance de sus actividades para que el enfoque sea



verdaderamente holístico. Al principio, el proyecto se centraba en la recogida de basura y la limpieza en las comunidades. Hace diez años, el equipo de VICCO observó en que las zonas de alrededor estaban muy sucias y se propuso reunir a los miembros jóvenes de la comunidad para llevar a cabo un saneamiento adecuado. Dado que una buena nutrición es parte integral de los principios de WASH (agua, saneamiento e higiene, por sus siglas en inglés), al final el programa se amplió para cubrir la nutrición. Los responsables de VICCO entendieron que el deporte era un factor importante si se quería aumentar la participación de los más jóvenes, puesto que les permitía reunirlos en torno a una actividad común que de verdad les interesaba, como jugar al fútbol. VICCO tomó

conciencia, asimismo, de la necesidad de hablar sobre la salud reproductiva con las niñas y los niños. Se invitó al espacio comunitario a profesionales de la salud para que hablaran con los adolescentes sobre salud reproductiva, siempre desde la comprensión y con un lenguaje que ellos pudieran entender. En las conversaciones sobre la salud y el bienestar se puso el foco sobre la importancia de la nutrición. Además, los responsables de VICCO crearon un huerto y empezaron a cultivar sus propios alimentos.

En la zona de Makuri, donde está la sede de la organización, VICCO trabaja con 23 aldeas y unas 53.000 personas.



¿Qué podría hacer el país de manera diferente?

Conseguir financiación siempre ha sido una tarea compleja.

Para garantizar la continuidad del proyecto, VICCO ha solicitado ayuda a los miembros de la comunidad. Por ejemplo, cuando VICCO puso en marcha la iniciativa de las gachas, los responsables hablaron con la comunidad para pedirles que contribuyeran mínimamente para ayudar a los vecinos más necesitados. Cuando llegó la COVID-19, los responsables de VICCO empezaron a ofrecer Internet

de pago para que los miembros de la comunidad pudieran hacer gestiones en línea y, al mismo tiempo, contribuir a la financiación de la organización. VICCO administra, además, una granja que vende verduras y otros productos frescos a unas 20 familias. El gimnasio también tiene pequeños ingresos, gracias a las tarifas (bajas) que pagan los jóvenes que se ejercitan y realizan otras actividades allí. El gimnasio mejora la salud mental de los jóvenes y les permite canalizar su energía de manera positiva, lo que ayuda a evitar que aumente la tasa de criminalidad.





Adaptación y aplicabilidad

- Apoyar a los voluntarios para que disfruten de su trabajo. Cuando empezaron, los voluntarios se dieron cuenta enseguida de lo mucho que les gustaba a los niños asistir a los talleres, y esto los motivó.
- Si se trabaja con voluntarios, Njeru recomienda averiguar qué le interesa a cada uno y estudiar cómo diseñar un proyecto que cubra alguna carencia de la comunidad. De acuerdo con el fundador de VICCO, todos pueden empezar desde algún punto, lo cual permite realizar pequeñas mejoras incluso sin la financiación de los donantes.
- “Lo poco que puedes hacer como voluntario es exactamente lo que el mundo necesita», afirma Njeru.
- Hay que conseguir la participación de la comunidad. Las madres jóvenes asisten a los talleres y los responsables de VICCO han entendido que son una vía de entrada importante para hablar sobre nutrición. Urge educar a las madres jóvenes en materia de nutrición, sobre todo a las que viven en asentamientos informales donde la brecha de conocimientos es grande y las necesidades son numerosas.
- Aprender de los demás y adaptar sus buenas ideas. Los voluntarios de VICCO pasan mucho tiempo en las bibliotecas investigando y estudiando para informarse de las mejores prácticas en materia de nutrición y desarrollar ideas sobre la mejor manera de adaptarlas.
- Escuchar las necesidades de los miembros de la comunidad. En su trabajo con las mujeres y los niños, los voluntarios forjan relaciones estrechas con ellos y crean espacios para que puedan compartir sus necesidades y los desafíos a los que se enfrentan. Esto ayuda a VICCO a determinar la mejor forma de utilizar sus recursos.
- Por ejemplo, tras hablar con los niños y sus familias, los voluntarios detectaron múltiples barreras que impedían a los miembros de la comunidad acceder a sus derechos básicos. Descubrieron que las carencias en términos de acceso a alimentos explicaban, en parte, la deserción escolar. VICCO puso en marcha un programa de alimentación para servir desayunos a los niños más necesitados. También se puso en conocimiento de la organización que había muchas madres jóvenes o adolescentes en la zona, así que las reunieron para compartir con ellas buenas prácticas de cuidado infantil y brindarles asistencia diaria. Las madres podían trabajar y se les ofrecían clases de nutrición para que mejoraran sus conocimientos nutricionales.
- Supervisar y evaluar para medir el desempeño del proyecto. Los responsables del programa han establecido indicadores claros para valorar si van por el buen camino o si, por el contrario, es necesario corregir algo. Gracias a la estrecha colaboración con los centros de salud locales, VICCO puede determinar los niveles de éxito de las intervenciones. Por ejemplo, la organización empezó a ofrecer gachas nutritivas a niños desnutridos y pidió a los centros de salud que estudiaran los cambios desde el primer hasta el último día. Según informaron los miembros de VICCO, los cambios positivos les ayudaron a continuar con su tarea.



Próximos pasos

- VICCO se ha propuesto seguir priorizando la nutrición y continuar transformando el sistema alimentario local mediante un enfoque holístico.
- El principal reto al que se enfrenta VICCO es conseguir fondos suficientes. Además, la organización necesita materiales y alimentos. Los responsables de VICCO desean reconocer y recompensar las enormes contribuciones de sus voluntarios, que están totalmente dedicados a la misión. Si cuentan con apoyo económico, los responsables pueden centrarse en otro tipo de cuestiones dentro del acuerdo informal.



Más información



Perfil de Instagram de VICCO

Esta Buena Práctica se ha desarrollado en colaboración con la Red de la Sociedad Civil del Movimiento SUN. Para más información sobre la Red, visite su sitio web: <https://www.suncivilsociety.com/>



Red de la sociedad civil
INVOLUCRAR • INSPIRAR • INVERTIR