

Frutas y vegetales florecen dentro de un desierto de comida

Es difícil imaginar una falta de comida en la capital de la nación – pero hay una.

Un “desierto de comida” es un lugar donde no se pueden comprar ni frutas ni vegetales frescos, y Washington, D.C. es dicho tipo de lugar. Grandes partes de la ciudad – específicamente las partes más pobres – no tienen supermercados. En vez de éso, tienen bodegas donde uno puede comprar meriendas y algunos bienes enlatados, pero no alimentos integrales.

“Si las familias tienen obstáculos de transporte o enfermedades, o problemas con la movilidad, u otros obstáculos para salir de sus barrios, están limitadas a estas pequeñas bodegas,” dijo Renée Kube, Directora de los Programas de los Estados Unidos de Children Incorporated. “Para miles de familias en la ciudad, simplemente no pueden encontrar frutas o vegetales frescos.”

Excepto en la escuela.

La Lucy Ellen Moten Elementary School está localizada en el Ward 8 – uno de los áreas más pobres de D.C. Pero las familias ahí están recibiendo productos agrícolas frescos cada mes a través del Joyful Marketplace, un programa de asociación entre Children Incorporated y una organización sin fines lucrativos local, Martha’s Table.

Compras gratis

Florangel Cuesta-Smith, nuestra coordinadora voluntaria en la Lucy Ellen Moten, dijo que el programa sirve alrededor de 150 familias cada mes en una escuela de alrededor de 430 estudiantes.

Una vez al mes, los voluntarios arman un mercado de frutas y vegetales frescos dentro de la escuela. Las familias – o los niños – pueden venir a buscar sus propios productos agrícolas, escogiendo las cosas que quieren.

Todo es gratis, y cada familia está asignado cierta porción basada en el número de miembros que tiene. En muchos casos, los padres o los que cuidan a los niños no pueden asistir, así que los niños pueden hacer las selecciones por si mismos con la ayuda de los voluntarios.

“Como la escuela ofrece un programa de jardín de infancia, niños tan jóvenes como de tres años a menudo participan de su propia cuenta,” dijo Cuesta-Smith.

“Yo preparaba los productos agrícolas para los más jóvenes para que no sea demasiado para ellos cargar,” dijo ella. “Ellos los llevan a donde los padres buscan a los niños al fin del día.”

“Mientras algunos niños hacen la búsqueda solos, en otros casos, los padres o las personas que cuidan a los niños les ayudan con la operación,” dijo Kubée.

“El gesto ha recibido mucho agradecimiento, y también ha aumentado la participación de los padres de familia, porque los padres se están ofreciendo para venir y hacer las montas o limpiezas,” ella dijo. “Ésa es una gran cosa para una escuela que sufre para tener una viable Asociación de Padres y Profesores.”

“Ese involucramiento ha tenido repercusiones positivas para la escuela en general también,” dijo Kubée. Los padres de familia han estado diciendo a los oficiales de la escuela que antes, la única interacción que habían tenido con la escuela era cuando sus niños se habían metido en problemas. Ahora los padres están trabajando con los maestros y oficiales en situaciones más agradables, formando vínculos entre la escuela y las familias que sirve.

Aprendiendo a cocinar

Otra razón por el involucramiento de los padres en el Joyful Market es el chef invitado.

Cada mes la Martha’s Table trae un chef invitado quien prepara una merienda saludable o comida, utilizando los bienes del mercado.

Los clientes pueden probar licuados de plátano-manzana o sopa de frijoles, o pueden aprender a preparar y cocinar la calabaza violín.

“A los niños les encanta éso,” dijo Cuesta-Smith. “Y el chef distribuye recetas que ellos pueden llevar a casa.”

“Dejar que los niños prueben la comida primero, y dejarles a los adultos ver cuan fácil es prepararla, ha sido una buena manera de promover el comer saludablemente,” agregó Kubée.

“‘Tú puedes probar la berenjena, y puede que te guste mucho!’ es una idea que resuena si los niños realmente tienen el chance de probarla primero,” dijo ella.

Control de porciones

La cercana Hart Middle School también tiene un programa exitoso del Joyful Market, y la coordinadora, Ashley Lyles, dijo que están esperando recibir más fondos para expandir sus porciones.

“Como promedio, tenemos entre sesenta y cien familias que asisten nuestro mercado mensual,” ella dijo. “Muchas de nuestras familias tienen a muchas personas viviendo en su hogar, así que una restricción a nuestro mercado en particular es que

no podemos repartir comida de acuerdo con el número de personas que viven en la casa.”

“Actualmente,” ella agregó”, una familia de diez recibe las mismas porciones que una familia de cinco, y éso es un problema que ellos podrían arreglar con más dinero mientras el mercado se hace más popular. Sería genial poder proveer comida extra para las familias con muchas personas viviendo en la casa,” ella dijo.

Pero el Joyful Market no ha funcionado en todos lugares, así que Children Incorporated y los coordinadores voluntarios locales se han extendido con ideas alternativas.

Excavando la tierra

En el otro lado de D.C., en el Ward 1, el Cardozo Education Campus es una escuela secundaria y preparatoria combinadas donde Children Incorporated ayudó a crear un jardín para la escuela después de que no funcionó el mercado.

Uno de los problemas era que muchos estudiantes ahí era gente sin hogar, o viven en refugios. “Como no pueden cocinar o preparar comida en los refugios, las bolsas de compra para llevar a casa llenas de calabazas o calabacines no ayudaban mucho a ellos,” dijo Kubée.

Así que los voluntarios se deshicieron del mercado, y en vez de éso, hicieron un jardín para la escuela.

Cuando los niños cosechaban sus propios tomates Roma frescos, era más probable que ellos los comieran – especialmente cuando ellos podían agregar la albahaca y orégano que ellos mismos habían cosechado, y poner todos los tomates y hierbas en una pizza,” ella dijo.

Los maestros de ciencia también están utilizando el jardín, así que los niños también reciben lecciones de biología por él.

“Después de probar nuevas comidas, tu maestro de ciencia y tú pueden desmontarlas y diseccionarlas,” ella dijo, notando que ellos utilizan vegetales para aprender sobre la estructura celular y funciones. “Es genial aprendizaje práctico.”

Por todo el país

El jardín de la escuela es una alternativa que Children Incorporated ha estado utilizando en los desiertos de comida rurales también. En la Saint Michaels Association for Special Education en Arizona, la escuela ha construido un jardín adaptado para discapacitados, con senderos y canteros construidos para el acceso fácil para los estudiantes en sillas de ruedas.

Todo es parte de un plan general para reducir los desiertos de comida y la inseguridad de comida en toda la nación.

“Todos sabemos intuitivamente que los niños que tienen hambre cuando van a la escuela no pueden hacer su mejor trabajo mientras están en clase,” dijo Kubée.
“Aliviar la hambre es una parte vital de la capacidad de nuestros niños para desarrollarse, crecer, aprender y prosperar.”