

## **Soluciones creativas para la inseguridad de comida en la Nación Navajo**

A la vista, parecería que la comunidad Navajo en el desierto alto de Arizona tiene poco en común con los barrios de la ciudad de Washington, D.C.

Los dos áreas, sin embargo, son desiertos de comida, donde los residentes no pueden comprar ni verduras ni otras comidas saludables, porque no hay.

En Washington, D.C. y en otras grandes ciudades de los E.U., los desiertos de comida se encuentran en áreas de bajos ingresos. No hay supermercados ahí – sólo pequeñas tiendas donde los residentes pueden comprar papas o sodas, o tal vez sopas enlatadas – pero no frutas ni vegetales.

Si uno tiene carro, puede manejar unas millas a un supermercado fuera de la ciudad – pero muchos residentes de la ciudad no tienen carros; ni el tiempo y movilidad que se requiere para tomar transporte público para ir de compras; ni los medios para cargar más de una bolsa de compras en un autobús o tren.

En Arizona, es justo diferente como semejante. Dentro de mucha de la Nación Navajo, los únicos dos lugares en los que se puede comprar comida son tiendas de conveniencia. Como las pequeñas tiendas de Washington, D.C., ellos venden meriendas, y a menudo papas fritas con queso, pero no verduras.

Las familias Navajo usualmente tienen carros o camionetas, pero en Arizona, el supermercado más cercano no queda sólo a unas millas – puede que quede a más de sesenta millas.

Así que como en D.C., las familias más pobres de Arizona viven de Hot Pockets y pasta enlatada, papas y Coke, y otras meriendas traídas de pequeñas tiendas de conveniencia.

“Hay demasiadas barreras al transporte para acceder a comidas nutritivas,” dijo Renée Kube, Directora de los Programas Estadounidenses de Children Incorporated. “No hay suficientes supermercados de servicio completo que tengan frutas y verduras frescas.”

### **Resolviendo el problema**

En Washington, D.C., Children Incorporated ha estado resolviendo el problema al lanzar mercados agrícolas en las escuelas. El Joyful Food Market es un programa de asociación con Children Incorporated y la organización sin fines lucrativos local Martha’s Table, la que deja que familias escojan verduras frescas como en cualquier mercado agrícola.

La única diferencia es que, en el Joyful Food Market, todo es gratis. Las familias reciben porciones específicas de cada bien, y ellas mismas pueden caminar por los la

selección para escoger lo que quieren. Los niños también pueden escoger las cosas; algunos padres no pueden llegar al mercado después del día escolar, así que los voluntarios ayudan a los niños a escoger para sus familias enteras.

El planteamiento del Joyful Food Market no funciona en el Arizona rural, sin embargo, en parte porque tantos niños viven en la escuela en vez de en la casa.

Así que los voluntarios de Children Incorporated están implementando otro planteamiento ahí.

## **Al oeste**

La Nación Navajo consta de 25,000 millas cuadradas de tierra, pero ningunas ciudades reales. Flagstaff, Page, Albuquerque, Farmington y Durango se encuentran muy lejos de la Nación Navajo, y cada lugar requiere un largo viaje por calles feas para poder llegar ahí.

Dentro de la Nación Navajo, Children Incorporated trabaja en varias escuelas, ayudando a estudiantes y a sus familias con ropa, zapatos, útiles de aseo y útiles escolares – y claro que comida saludable también.

Kube visitó las escuelas de la Nación Navajo el octubre pasado con Shelley Oxenham, Especialista de Proyectos Estadounidenses de Children Incorporated. Juntas, ellas hablaron con los coordinadores voluntarios de las varias necesidades y programas de cada escuela.

Lo que las escuelas tienen en común es que la mayoría de sus estudiantes son pobres. Muchos no viven con sus padres, porque sus padres no participan para nada en sus vidas, o porque sus padres han buscado trabajo en localidades remotos. Los niños viven con otros parientes o en la escuela; y mientras la mayoría no vive de hambre, ella sí sufre de la inseguridad de comida, mala nutrición y una falta de dinero para necesidades básicas.

## **Jardines en el desierto**

Los maestros y coordinadores voluntarios en las escuelas Navajo se enfocan en lo académico, junto con en capacitaciones para la vida y en la salud. Para lograr sus metas, varias escuelas han implementado programas de jardinería.

La Asociación para Educación Especial Saint Michaels provee educación y cuidado para niños que están discapacitados mental o físicamente. La escuela ha construido un jardín adaptado para discapacitados con caminos y macizos construidos para el acceso fácil de estudiantes en sillas de ruedas.

La idea, dijo Kube, es agregar comida nutritiva a las dietas de los niños cuando sea posible, y también para dar a los niños experiencia práctica trabajando en el jardín y

ayudando a cultivar las plantas. Los niños cultivan plantas de interior y flores en adición a vegetales, los cuales el personal de la cafetería prepara para comidas estudiantiles.

No hay muchas cosechas que crecen bien en el desierto, pero maíz, frijoles y calabazas – colectivamente conocidos como las “tres hermanas” – crecen bien, y cuando se los planta juntos, ayudan uno al otro a crecer. Ellos son el centro de las tradiciones culinarias de los Americanos Nativos, y están cultivados en programas escolares y en las casas por las familias de los niños.

La Escuela Comunitaria Pinon es otra escuela Navajo que Children Incorporated sirve. George Tso, el manager residencial del hogar escolar, ayuda a los estudiantes a perpetuar sus raíces culturales al hacerles trabajar con los ancianos locales para enseñarles habilidades tradicionales Navajo, como tejer, matar carnes y construir casas de sudor.

Y, claro, cultivar cosechas.

“Ellos cultivan maíz, cilantro, habaneros, fresas, calabazas y tomates,” dijo Oxenham. “Ellos también tienen dos colmenas que tienen abejas para polinizar las plantas.”

### **El desafío de la geografía**

El Internado Rocky Ridge es uno de los más rurales en el área, al que se puede conseguir acceso sólo por calles de tierra en la frontera entre las Naciones Navajo y Hopi. La mayoría de los estudiantes en Rocky Ridge son estudiantes de día, pero algunos se quedan en la escuela toda la semana. (Muchas de las escuelas Navajo tienen opciones de alojamiento, generalmente porque las familias viven demasiado lejos de la escuela, y las calles de tierra apenas se pueden pasar durante la temporada de lluvias.)

Rocky Ridge está tratando de implementar un plan de jardín que los niños pueden replicar en sus casas. En vez de construir un invernadero grande, los administradores de la escuela imaginan pequeños parcelas que son fáciles para los niños construir solos. De esa forma, dijo Oxenham, ellos pueden construir sus propios jardines en casa utilizando las habilidades que aprenden en la escuela.

Pero hay un problema. Muchas familias Navajo no tienen agua corriente, y algunas no tienen electricidad – así que trabajos que normalmente son fáciles de hacer se hacen difíciles.

“Muchas familias tienen que buscar agua, así que hay una falta de agua de sobra para utilizar para cosas como jardines, los cuales, en tan seco ambiente, requerirían mucha agua,” ella dijo.

Y luego hay viento.

“Los jardines se tienen que construir con un bloqueador de viento; de otra forma, las plantas a menudo no pueden sobrevivir,” dijo Oxenham. “Ellos están trabajando en cómo hacer ésto, y cómo financiarlo.”

### **Comer saludable para la vida entera**

Todo es parte de un mayor esfuerzo para hacer llegar comida nutritiva en vez de cualquier comida a los niños más pobres de la nación.

“El asunto de agregar más frutas y vegetales frescos a las dietas de la gente se ha hecho cosa muy importante para muchos,” dijo Kube. “El interés está creciendo entre los coordinadores, y ellos están en un área que hemos identificado como una para nuestras propuestas para nuestro Fondo Hope in Action actualmente y también en el futuro.”