

Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, FLACSO Ecuador

Departamento de Sociología y Estudios de Género

Convocatoria 2022 – 2023

Tesina para obtener el título de Especialización en Migración, Desarrollo y Derechos
Humanos

Cocina equitativa. Capacitación a mujeres y familias beneficiarias de la asistencia alimentaria
sobre alimentación saludable con enfoque de género en el hogar

Andrea Estefanía Rojas Orellana

Asesora: María Patricia Ramos

Lectora: Soledad Coloma

Quito, julio de 2023

Índice de contenidos

Resumen	5
Agradecimientos	6
Introducción.....	7
Capítulo 1: La alimentación como tarea de cuidado	12
Capítulo 2. La asistencia alimentaria, un proceso que requiere la participación familiar	17
2.1 El desenfoco del género en la asistencia alimentaria	18
2.2 Relaciones de género en el hogar	19
2.3 Compra y preparación de alimentos.....	21
2.4 Consumo de alimentos	22
2.5 Conocimiento sobre la alimentación saludable	24
2.6 Conclusiones	25
2.7 Recomendaciones	27
Capítulo 3. Una propuesta que promueve la equidad de género y la alimentación saludable.....	29
3.1 Antecedentes y contexto.....	29
3.2 Enfoque	30
3.3 La familia y la alimentación, dos sistemas que pueden contribuir a la equidad de género.	31
Conclusiones generales del documento	45
Referencias	49
Anexos	51

Lista de ilustraciones

Tabla 3.1. Resumen de la propuesta.....	33
Tabla 3.2. Descripción de los beneficiarios	33
Tabla 3.3. Diagnóstico o justificación.....	34
Tabla 3.4. Objetivos del proyecto	34
Tabla 3.5. Resultados esperados	35
Tabla 3.6. Principales actividades y duración	36
Tabla 3.7. Matriz de marco lógico	37
Tabla 3.8. Presupuesto	42
Tabla 3.9. Metodología	43
Tabla 3.10. Agenda de evaluación	44
Tabla 3.11. Tabla de sostenibilidad del proyecto.....	44

Declaración de cesión de derecho de publicación de la tesina

Yo, Andrea Estefanía Rojas Orellana, autora de la tesina titulada “Cocina equitativa. Capacitación a mujeres y familias beneficiarias de la asistencia alimentaria sobre alimentación saludable con enfoque de género en el hogar”, declaro que la obra es de mi exclusiva autoría, que la he elaborado para obtener el título de Especialización en Migraciones, Desarrollo y Derechos Humanos, concedido por la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, FLACSO Ecuador.

Cedo a la FLACSO Ecuador los derechos exclusivos de reproducción, comunicación pública, distribución y divulgación, bajo la licencia Creative Commons 3.0 Ecuador (CCBY-NC-ND 3.0 EC), para que esta universidad la publique en su repositorio institucional, siempre y cuando el objetivo no sea obtener un beneficio económico.

Quito, julio 2023

Firma

Andrea Estefanía Rojas Orellana

Resumen

En este trabajo se realiza una propuesta de proyecto formulado para colaborar con la ejecución de la asistencia alimentaria, manejada por el Programa Mundial de Alimentos (PMA) en conjunto con la organización socia implementadora de la ayuda en la ciudad de Ibarra. La asistencia tiene un enfoque de género centrado en las mujeres beneficiarias del programa; sin embargo, en la práctica, no ha producido mayor cambio para su beneficio. Ellas, con esta ayuda, ratifican que la labor que implica la alimentación es su responsabilidad; además de las otras tareas domésticas que limitan su participación productiva en la sociedad. Asimismo, existe una discordancia cuando la mujer sufre desnutrición, lo que estaría reflejando situaciones de subordinación de y priorización del bienestar del resto de la familia a costa de su salud. De allí la relevancia del proyecto formulado, que tiene como centro lograr una incidencia en materia de género para la equidad en el cuidado familiar a través de la alimentación.

Agradecimientos

La vida es un constante aprendizaje y es maravilloso cuando Dios y la familia están cerca como un apoyo y motivación para avanzar. ¡Gracias a ellos siempre!

Introducción

La alimentación es una tarea de cuidado que en el hogar generalmente la mujer asume, pero al mismo tiempo es la actividad de la que menos se beneficia por su género y su papel reproductivo. Es usual ver a una madre dar de comer primero a sus hijos o a su pareja y olvida que su nutrición es también importante para el beneficio de toda la familia.

Oniang'ó y Mukudi (2002) explican que la mala nutrición reduce las habilidades de la mujer para desenvolverse en la sociedad y esto perjudica los intentos de eliminar la desigualdad de género.

En los hogares migrantes, esta realidad es más notoria, debido a que la alimentación para la mayoría de personas es un reto diario de lograr, por no contar con los recursos económicos para satisfacerla y en especial las mujeres, dejan de comer para alimentar al resto de su familia “la mujer es, sobre todo, quien nutre y alimenta a los demás y esa parte de la construcción de la identidad cuestiona la posibilidad de cuidar su propio bienestar” (Gil y Urdanivia 2007, 446).

En este tipo de escenarios, el Programa Mundial de Alimentos (PMA) trabaja desde el año 2016 en la ciudad de Ibarra, con organizaciones implementadoras de este programa para la entrega de la asistencia alimentaria a los migrantes y refugiados recién llegados al país, por un tiempo limitado, para asegurar su nutrición y empoderar a la mujer. El PMA generalmente coloca a las mujeres como titulares de la ayuda y de esa manera las convierte en proveedoras del hogar.

En teoría esta modalidad de asistencia vendría a desafiar los roles tradicionales de trabajo en casa y abre paso a las oportunidades; sin embargo, este objetivo no se cumple en su totalidad. Las mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria sufren de desnutrición y acumulación de tareas domésticas que limitan su participación productiva en la sociedad. A pesar de que algunas han logrado insertarse en el mercado laboral, no ha implicado un reparto proporcional en las responsabilidades de la alimentación.

Lo anotado líneas arriba, se constató mediante un diagnóstico que tuvo como pregunta guía si ¿la asistencia alimentaria motiva la corresponsabilidad en los hogares y la correcta alimentación? Este proceso se realizó en la ciudad de Ibarra a través de entrevistas a cinco mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria con menos de un año en el Ecuador, para conocer cómo se manejaban con la tarea de la alimentación en su país de origen y si el mismo proceso siguen aplicando en Ecuador. También se entrevistó a cinco mujeres con más de un

año en el país para conocer si la asistencia alimentaria permitió un cambio en el proceso de la alimentación en el hogar. Y, para entender de mejor manera el tema de la alimentación en relación a los migrantes, se entrevistó a una nutricionista, quien trabaja con personas en situación de movilidad humana; además, de la guía de fuentes documentales que sustentan la investigación.

Estas entrevistas fueron semiestructuradas, con preguntas abiertas para obtener la mayor cantidad de información, con el consentimiento informado para generar confianza en la población y con la destreza de la entrevistadora para que esa franqueza se mantenga, incluso después de la conversación, para hacer observaciones que sostuvieron la información recopilada.

El realizar estas entrevistas fue una experiencia enriquecedora por la información que se pudo conseguir, pero también presentó dificultades para lograr que las personas se sientan seguras de exponer lo que viven. Y, contrastar esa información con una profesional de la nutrición, fue motivador, porque se confirmó que el trabajo tiene un fin que busca el bienestar común.

Gracias a la indagación realizada, se presenta el siguiente proyecto de intervención que tiene como objetivo promover la equidad de género en la tarea de la alimentación en las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria, a través de la sensibilización de las familias acerca de la alimentación saludable y relaciones de género y al mismo tiempo la incidencia en los organismos que trabajan con esta ayuda sobre la necesidad de incluir a la familia en su programa. Lo que se propone es relevante porque, si bien en la asistencia se incluye a todos los miembros que conforman el núcleo familiar, el mensaje sobre su correcto uso solo llega de manera directa mediante charlas a la titular de la ayuda, pero, es necesario que cada persona se empape del objetivo del proyecto, de esa manera se logrará repartir la tarea de la alimentación en casa y cada miembro sabrá que, si bien alimentarse es una acción individual y una necesidad prioritaria para vivir, es parte del cuidado en el que la solidaridad y equidad cuentan.

El presente documento está compuesto por tres capítulos que recogen las distintas fases de formulación de un proyecto: conceptualización, diagnóstico y planificación. En el capítulo uno se desarrolla el tema de la alimentación como una tarea de cuidado, en base a fuentes documentales que permiten exponer los problemas que trae para la mujer esta invisibilizada labor y al mismo tiempo al resto de la familia por considerar que el proceso que conlleva la alimentación: comprar, preparar y consumir, es una tarea femenina.

Se aborda la postura de Silvia Federici en su libro “Calibán y la bruja” cuando explica el papel de la mujer en la sociedad como un producto del proceso de subordinación a la que fue sometida para beneficio del sistema Capitalista. Asimismo, desde el aporte de Amaia Orozco y su libro “Subversión feminista de la economía” se muestra la necesidad de incluir a la mujer en el mercado para generar una economía que forje una vida digna para el ser humano. Desde La Declaración de los Derechos Humanos en su artículo 25, se enfatiza en la alimentación como necesidad básica que no tiene relación con el género. Con Ivonne Vizcarra y su libro “Entre las desigualdades de género” se resalta a la alimentación como la actividad donde se nota de manera más clara la diferencia que existe entre hombres y mujeres. Y, entre otros autores como: Gioconda Herrera (2013), Pribilsky (2007), Mendia y Guzmán (2019), Castell (2014), Calero (2011), Bidegain y Calderón (2018); además, de organizaciones humanitarias como CEPAL, la FAO y el PMA se abordan los conceptos de seguridad alimentaria, nutrición, masculinidades, familias transnacionales, ecofeminismo y tareas de cuidado que complementan la información de la tarea de la alimentación de la que la mujer es la protagonista, pero la menos favorecida.

La alimentación, en el análisis y propuesta que motiva este trabajo, es un derecho que debe ser abordado desde una visión del cuidado, en el que las responsabilidades para lograr el bienestar en un hogar deben ser compartidas de forma equitativa por todos y todas sus integrantes.

También se analiza al conflicto, ya sea, político, económico o armado, en relación a la alimentación, porque, según el PMA (2023) una de sus consecuencias es el hambre, que, junto a otras razones como empleo y salud, motiva la migración a gran escala, como el caso de Venezuela, país de donde han salido miles de personas y en Ecuador, según datos de ACNUR (2022) hay un saldo de 513 000 venezolanos en el país.

Igualmente, se concluye que con la migración los roles tradicionales en el hogar no se alteran debido a este fenómeno, porque persiste la idea de que la mujer es la responsable del proceso de la alimentación, aunque haya logrado insertarse en el mercado laboral y tener independencia económica.

Pero con la tarea de la alimentación, además se puede generar una oportunidad para alcanzar la igualdad de género en el hogar, con la implementación de la asistencia alimentaria brindada por el PMA con un enfoque de género, que maneje estrategias que permitan involucrar en el proceso a cada miembro de la familia y los motive a alcanzar sus objetivos migratorios. Se

debe tomar en cuenta que la asistencia tiene un tiempo limitado que las familias pueden aprovechar y el dinero que van a gastar en alimentación lo puedan invertir en un emprendimiento, un arriendo u otras necesidades que les permitan integrarse en el país de origen.

En el capítulo dos, se realiza un análisis desde los testimonios de las mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria en relación al proceso que implica la alimentación: compra preparación y consumo. Se tomó en cuenta el proceso que maneja el PMA para la entrega de la asistencia alimentaria desde la focalización de personas para la calificación de la ayuda, donde surge un desenfoque de su objetivo al dejar de lado a personas solas, por no cumplir criterios de vulnerabilidad establecidos para la entrega y como consecuencia surgen problemas de las que son víctimas las mujeres beneficiarias que van desde la manipulación por parte de personas que no calificaron hasta la usurpación de identidad para robarles la asistencia.

Luego, en la fase de la compra, se lo analiza en relación al proceso de la asistencia alimentaria, puesto que, luego de la calificación viene la entrega de la tarjeta de alimentos y el acceso a los supermercados a los que debe acudir la titular de la ayuda para adquirir los productos. Aquí es cuando surge la despreocupación por parte de los demás miembros familiares quienes optan por satisfacer otras necesidades básicas como arriendo o en el peor de los casos, surgen disputas de poder en el hogar donde generalmente el hombre se siente abrumado por dejar de ser el proveedor y prefiere deslindarse de las responsabilidades del hogar.

Para la preparación, el desconocimiento sobre cómo cocinar, las herramientas y el espacio físico para hacerlo son los problemas que no le permiten a la familia beneficiaria alimentarse correctamente por lo que se causan desnutrición a pesar de contar con la asistencia alimentaria. Y en cuanto al consumo, la alimentación gira entorno a los gustos y requerimientos del hombre del hogar basada, en mayor cantidad, en productos procesados y se mantiene la idea equivocada que el hombre por su género come más.

Además de este proceso, se consideró el conocimiento que tienen las familias beneficiarias de la asistencia sobre el tema de la alimentación saludable, indispensable para su desarrollo y desenvolvimiento y por los resultados arrojados del consumo, donde los productos procesados sobresalen en su alimentación diaria. Lamentablemente las familias basan su alimentación en el conocimiento que adquirieron de manera generacional y tradicional en su país de origen,

sin cuestionarse si lo que consumen contribuye en su salud; además, que relacionan lo saludable con sabores insípidos y precios altos.

Bajo esta perspectiva, en el capítulo tres, se realiza una propuesta de capacitación en género y alimentación saludable, en hogares beneficiarios del programa de asistencia alimentaria, así como un componente de incidencia dirigido al PMA que es la entidad donante y a la organización implementadora del proyecto en la ciudad de Ibarra. Se busca que la asistencia alimentaria sea lo que predica y llegue a ser un aporte en la lucha por la equidad de género porque, como lo explica Miller (2018, 4) con las tareas domésticas empieza la desigualdad de género y “lograr la igualdad, requerirá no solo de preparar a las niñas para el trabajo remunerado, sino además enseñarles a los niños a hacer trabajos no remunerados “y qué mejor hacerlo en los hogares a través del proceso de la alimentación, que implica conocimiento, tiempo, recursos económicos y sobre todo requiere el componente humano y un ambiente de cotidianidad en el que intervienen todos y todas.

Capítulo 1: La alimentación como tarea de cuidado

En las reuniones familiares es común escuchar conversaciones sobre recetas de comida preparadas por las mujeres de la casa: abuelas, madres, hijas, hermanas, etc. las cuales deben pasar de generación en generación para evitar que se pierdan con el pasar de los años. Pero rara vez se escucha que esas recetas sean replicadas por los hombres. Este tipo de narrativas encierran una serie de prácticas conocidas como de cuidado, y que son definidas como:

El trabajo de cuidado comprende actividades destinadas al bienestar cotidiano de las personas, en diversos planos: material, económico, moral y emocional. De esta forma, incluye desde la provisión de bienes esenciales para la vida, como la alimentación, el abrigo, la limpieza, la salud y el acompañamiento, hasta el apoyo y la transmisión de conocimientos, valores sociales y prácticas mediante procesos relacionados con la crianza (CEPAL 2023, 7).

Desde la postura de Federici (2004) esta idea social responde a un orden patriarcal impuesto por el modelo capitalista, que excluye a las mujeres del trabajo remunerado y las deja sin más opción que su subordinación para sobrevivir. Además, el papel de ser las reproductoras de la fuerza de trabajo las llevó a asumir las labores de cuidado: crianza y la alimentación.

Esta división sexual del trabajo da paso a la discriminación, que desde la postura de Orozco (2019, 57) en relación con la economía de género, afecta no solo a la mujer, sino a la misma economía, que sacaría más beneficio si apostara por la igualdad de oportunidades y eliminara las barreras que le impiden a la mujer lograr ese grado de bienestar que genera el crecimiento económico "las barreras que impiden la plena participación de las mujeres implican un absurdo desaprovechamiento de recursos humanos".

En la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948) artículo 25, la alimentación, no es concebida como una tarea de cuidado, tampoco obedece al género, sino que la relacionan con el bienestar del ser humano; además, de ser una necesidad básica que debe asumir la persona por supervivencia.

Entonces, aunque la familia asuma como normal el comentario de la conservación de las recetas de cocina como tarea de las mujeres, la verdad es que la alimentación es una labor que no debería tener distinción de género.

Lamentablemente, esta idea está lejos de ser asumida por las familias y la sociedad en general, y acarrea problemas nutricionales que afectan directamente a la mujer. Como lo explica Vizcarra (2008), el hombre al ser considerado el proveedor del hogar es a quien la atención se dirige en el momento de la alimentación. La mujer disminuye sus raciones y se produce

desnutrición que se vuelve generacional, afecta la estructura poblacional y por ende reducen las probabilidades de mejorar su estilo de vida.

Y no solo se trata de la alimentación, sino de su acceso; es decir, de la seguridad alimentaria. Para la FAO (1996, 1),

la seguridad alimentaria existe cuando todas las personas tienen, en todo momento, acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos que satisfacen sus necesidades energéticas diarias y preferencias alimentarias para llevar una vida activa y sana.

Vizcarra (2008) señala que tal concepto no se acopla a la realidad del mercado, que utiliza procesos desiguales para la repartición de alimentos; además, de la falta de libertades y capacidades para alimentarse y no sufrir hambre, de las que son responsables los Estados.

Venezuela, por ejemplo, es uno de los países que, debido a la crisis económica y política, no ha podido satisfacer la necesidad de alimentación de su población. Según una encuesta realizada por el PMA (2019, 1) en este país, “una de cada 3 personas está en inseguridad alimentaria” por lo que su dieta no se ajusta a las necesidades nutricionales del ser humano y es una de las razones que motivan la migración.

Y es que el hambre, según el PMA (2023) se produce principalmente a causa del conflicto, porque el 60% de las personas que lo padecen viven en territorios en constante violencia, sin garantías ni recursos para subsistir. Igualmente, el conflicto, agudiza la desigualdad de género impactando de distinta manera en hombres y mujeres.

Por ejemplo, Mendia y Guzmán (2019) señalan que, cuando existe un conflicto armado donde el hombre debe salir al combate, la división sexual tradicional del trabajo se altera y la mujer asume mayores responsabilidades que en el contexto de la guerra son difíciles de satisfacer como son: alimentación, salud, educación; etc. lo cual le genera problemas de salud física y mental.

Pero, según Herrera (2013) en las familias transnacionales, la migración rara vez altera la estructura de la división sexual del trabajo en el hogar. La mujer asume que las tareas domésticas son su responsabilidad, incluso si consigue un trabajo remunerado se inclina por las labores que tienen relación con las mismas, también por las ofertas laborales. La diferencia radica en el manejo de sus propios ingresos y la independencia que consigue con relación a sus esposos.

Sin embargo, esa independencia no siempre es bien vista en el hogar y puede desencadenar en una lucha de poder más marcada, porque la mujer está tomando el rol que le fue otorgado

social y económicamente al hombre, la de proveedor, o incluso, como explica Herrera (2009, 148) en cuanto a relación de pareja, la ausencia del hombre o la paternidad sería justificada por la concepción de que “se es buena madre si se puede proveer de lo necesario a los hijos”.

Se nota un cambio, cuando quien migra es únicamente el hombre. Pribilsky citado en Moreno (2008) explica que las tareas domésticas pasan a ser una actividad de aprendizaje y supervivencia y el hombre empieza a considerar a la mujer porque ahora son ellos quienes asumen esta labor.

La tarea de la alimentación presenta etapas básicas como son: la compra, preparación y consumo. Pero desde la ecofeminismo, a la compra le antecede el cultivo, quizás la etapa más importante de este proceso y en la cual el conocimiento y la experiencia de la mujer es indispensable para cubrir las necesidades de la agricultura. Lamentablemente, como menciona Castell (2014) las actitudes patriarcales en la labor de la tierra siguen invisibilizando el papel de la mujer y limitando los objetivos de la correcta alimentación.

Y desde esa invisibilizada labor, los países se benefician con la industrialización de los alimentos, convirtiéndolos en mercancías inaccesibles para muchos que hasta los ubica en una posición social determinada, así lo explica Castell (2014, 83) en el momento en el que habla de la importancia de la autonomía de la alimentación: “es habitual, en las casas amazónicas, que a las visitas se les ofrezca un refresco antes que un zumo natural, o leche en polvo antes que la leche de vaca, como forma de demostrar poder adquisitivo y estatus”.

Es así como existen las grandes cadenas de alimentos, que crean tiendas supeditadas al poder adquisitivo de las familias, y colocan en sus perchas alimentos industrializados con precios altos que desequilibran la salud y el bienestar personal.

El PMA (2023) explica que una de cada tres personas tiene una nutrición deficiente y la obesidad está en aumento, en gran parte por el consumo de alimentos procesados. Y en el largo plazo, significará un retraso para las personas y el desarrollo de los países.

Asimismo, con el fin de aportar en la lucha contra la desnutrición, el PMA (2023, 2) apuesta por la concientización a la población sobre la correcta alimentación, evadiendo las barreras sociales del género porque están seguros de que las mujeres con ayuda pueden cambiar sus vidas. “El apoyo sirve como amortiguador de la inestabilidad al unir a las personas, crear redes de seguridad social, mantener la tierra productiva y ofrecer oportunidades de trabajo, todo lo cual ayuda a romper el ciclo del hambre”.

Entonces, si la alimentación es una tarea de todos, de la cual depende el desarrollo del ser humano y un país, puede convertirse en la oportunidad para alcanzar la igualdad de género, desde escenarios como la casa, el espacio físico donde se desarrollan las futuras generaciones y de quienes se espera el cambio que promueva la igualdad de oportunidades.

La alimentación, una oportunidad de alcanzar la igualdad de género en el hogar de las familias migrantes

Para empezar, es necesario repasar los tipos de movilidades que aborda el PMA con su programa de la Asistencia Alimentaria en la ciudad de Ibarra, esto es, la que se da con vocación de permanencia, que es definida por De la Fuente (2021), como personas que tienen la intención de permanecer de manera definitiva o por un largo periodo de tiempo en un país.

Con respecto a las personas en situación de tránsito, ha sido conceptualizada por OIM (2015, 5), como “la estancia temporal de los migrantes en uno o varios países, con objeto de llegar a otro destino definitivo”. Este tipo de movilidad no es abordado en este trabajo, porque el PMA lo maneja desde las ciudades fronterizas del Ecuador como son Tulcán y Huaquillas que va acorde a los objetivos de las familias del programa.

Especificar este tipo de movilidades es importante para resaltar la influencia que tiene el tiempo con la alimentación y que se lo entenderá mejor en el diagnóstico. Porque quienes son recién llegados y se han propuesto quedarse, buscan adaptarse a las costumbres alimenticias del Ecuador, lo que no sucede con quienes están en situación de tránsito, quienes, por lo general, buscan únicamente saciar el hambre.

El objetivo 2 del desarrollo sostenible (2023), se enfoca en eliminar el hambre en el mundo, pero según el informe de la FAO, PMA, OMS, UNICEF y FIDA (2022) esta meta está lejos de alcanzarse. Los conflictos, desastres naturales y la desigualdad social y económica son algunas de las razones por lo que el hambre no llegará a su fin en ocho años más.

Para eliminar el hambre es importante el fortalecimiento de la seguridad alimentaria a través de la agricultura, según el objetivo 2 del desarrollo sostenible (2023, 4), porque es la principal fuente de trabajo en el mundo y “si las mujeres agricultoras tuvieran el mismo acceso a los recursos que los hombres, la cantidad de personas que padecerían de hambre en el mundo se reduciría hasta en 150 millones”.

Desde esta perspectiva, organizaciones no gubernamentales de asistencia humanitaria, como el PMA (2023) enfocó el programa de la asistencia alimentaria en la igualdad de género, con

el fin de darle el mismo valor tanto a hombres como mujeres y a estas últimas empoderarlas para que sean entes de decisión en sus hogares y en la sociedad.

Y es que la alimentación, como explica la FAO (2023) engloba valores como la dignidad, otorga poder a las personas para tomar decisiones y sobre todo le asegura salud y bienestar.

No obstante, el acceso a alimentos depende de la capacidad financiera de las familias, y en el caso de los migrantes esta situación se convierte en un reto por su condición migratoria, por la cual, la alimentación correcta no es una prioridad frente a otras necesidades básicas como vivienda y trabajo. Por tanto, como explica Calero (2011) la alimentación no debe centrar su interés en la disponibilidad, sino la capacidad económica para adquirirlos.

Bajo este contexto, la asistencia alimentaria brindada por el Programa Mundial de Alimentos les da a las familias la capacidad financiera, por un tiempo límite, para acceder a los alimentos, actúa como un proceso motivador para mejorar su condición en el país de destino y tener la capacidad de prepararlos y consumirlos de tal manera que mejore su estilo de vida.

Esto debe ir ligado al trabajo que realiza el Estado, encargado de garantizar los derechos y libertades de las personas. Calero (2011) explica que el incremento de la economía permite la prevención de los problemas relacionados con la alimentación.

Y también debe ir enlazado a un proceso de educación y sensibilización sobre la importancia de la alimentación saludable, la cual garantiza una buena salud y al mismo tiempo un correcto rendimiento de las personas en sus actividades diarias. Cuando se involucra toda la familia en este proceso, los roles en el hogar que implican tareas de cuidado, pueden direccionarse de manera equitativa porque se busca el bienestar común.

De esta manera, se hace necesario fomentar políticas públicas en relación a la democratización de las labores del cuidado al interior de las familias, la paternidad corresponsable y el desarrollo de sistemas de cuidados que, en conjunto, permitan impulsar de manera articulada políticas de protección social orientadas a la redistribución de las tareas de cuidado entre hombres, mujeres, Estado, sector privado y organizaciones sociales (CEPAL 2015 citada en MIES 2018, 12).

Si bien la asistencia alimentaria brindada por el PMA no es una política pública, si es una herramienta de ayuda social que puede aportar en la democratización de las tareas de cuidado en el hogar, y un diagnóstico permite aclarar el panorama de este trabajo que ha beneficiado, según datos del GTRM (2022), a 56 000 migrantes y refugiados a nivel de Ecuador entre mujeres, hombres, niños y niñas.

Capítulo 2. La asistencia alimentaria, un proceso que requiere la participación familiar

En este capítulo se exponen las razones por las cuales la asistencia alimentaria que se entrega a migrantes en la ciudad de Ibarra, necesita ser complementada con una sensibilización sobre su correcto uso para cumplir con el enfoque de igualdad de género que la organización se plantea.

A través de un diagnóstico cualitativo con el uso de la entrevista, se recopiló información para conocer cómo las familias beneficiarias de esta ayuda llevan a cabo en sus hogares el proceso que conlleva la alimentación con la compra, preparación y consumo, tomando en cuenta que el Programa Mundial de Alimentos (PMA), la organización que financia y mentaliza la ayuda, busca entregarla sin distinción de género, pero al mismo tiempo la enlaza a la mujer con el fin de brindarle una oportunidad para alcanzar el bienestar que le otorga la alimentación saludable y el poder de decisión en el hogar.

El perfil de las diez mujeres entrevistadas es variado: una tiene estudios superiores, una escuela incompleta y las ocho restantes cuentan con bachillerato incompleto. En el país de origen son amas de casa y comerciantes informales, todas con parejas e hijos. Una de ellas fue víctima de violencia de género en Venezuela por parte de su ex conviviente.

Con la ayuda de fuentes documentales, se complementan los datos obtenidos, ya que el contexto migratorio presenta diferentes realidades acordes a la época, pero lo que no cambia, son las ideas patriarcales que limitan la participación de la mujer en todo ámbito social y en el hogar es donde más notable es la desigualdad de género en tareas de cuidado como la alimentación.

En común escuchar lo delicioso que cocina la abuela, madre o hija y el descontento que existe cuando una mujer de la casa no sabe cocinar porque prefirió salir y trabajar. Esto no ocurre con los hombres, porque no es un problema si saben o no cocinar, lo que se cuestiona es su incompetencia para traer dinero a casa.

Lo mismo sucede con las familias migrantes, independientemente del tiempo que se encuentren en el país. Si bien la asistencia alimentaria significa una ayuda para suplir su necesidad de alimentación, no la utilizan con los fines del programa. Y es que el conocimiento es la base para lograr el objetivo.

Con una alimentación sana, las personas independientemente de su género, pueden rendir de mejor manera en sus actividades diarias y por ende su salud estará en óptimas condiciones y para el país significaría crecimiento. Pero el desconocimiento y la división sexual del trabajo,

limitan estas ideas de prosperidad. “La equidad de género significa justicia e imparcialidad en el tratamiento de las mujeres y los hombres en lo que atañe a los derechos, los beneficios, las obligaciones y las oportunidades” (FAO 2009, 8).

Bajo este concepto, el capítulo además presenta datos sobre las relaciones de género en el hogar y cómo las decisiones personales o de pareja influye en los roles que asumen los miembros de la familia en casa, que al mismo tiempo se enlazan con el estatus migratorio y el nivel de educación del padre o la madre.

Y, la asistencia alimentaria influye en las relaciones de género desde el momento de la focalización de personas para la entrega de la ayuda, al calificar a los migrantes bajo criterios de vulnerabilidad que dejan fuera de este beneficio a muchas personas que claman por satisfacer su derecho a la alimentación y recurren a mentiras sobre su composición familiar; es así como la asistencia va perdiendo su enfoque de género.

2.1 El desenfoco del género en la asistencia alimentaria

En la ciudad de Ibarra, organizaciones no gubernamentales trabajan con personas migrantes en la entrega de asistencias materiales temporales, con el fin de satisfacer sus necesidades básicas inmediatas, una de estas es la asistencia alimentaria.

Los beneficiarios, en su mayoría mujeres, acuden a supermercados autorizados a comprar alimentos con el uso de una tarjeta que tiene un cupo de dinero por persona para la compra de alimentos. El PMA (2023), la organización que financia esta ayuda explica que, a través de la alimentación se empodera a las mujeres, se promueve la igualdad de género y se combate la hambruna.

Según datos del GTRM (2022), en la ciudad de Ibarra hasta diciembre del 2022, han asistido bajo esta modalidad de ayuda a 1.877 personas: 314 hombres, 693 mujeres, 417 niñas y 453 niños.

Pero no todos los migrantes que la solicitan califican para la ayuda. Para acceder a la asistencia alimentaria, los participantes (palabra con la que el PMA llama a las personas que piden la ayuda) deben obtener un puntaje de vulnerabilidad establecido por la organización, al que generalmente no alcanzan hombres solos o mujeres solas; es decir, que en el país de destino no tienen familia a cargo.

Debido a esto, se ha visto que los hombres se involucran sentimentalmente o por acuerdo mutuo, con mujeres que están recibiendo la asistencia para ser beneficiarios y a cambio, en el

mejor de los casos, ellos les entregan dinero u otra ayuda que requieran para su supervivencia. También se ha visto que los hombres beneficiarios, usan a las mujeres solas para que hagan el trabajo de cuidadoras del hogar a cambio de permitirles participar de la asistencia alimentaria. Asimismo, se ha visto que las familias que han recibido la ayuda en años anteriores, prestan a sus hijos menores de edad a hombres solos o mujeres solas para que alcancen el puntaje que requiere la asistencia alimentaria para su calificación y recurren a la falsificación de documentos.

Es claro que este sistema responde a los recursos económicos que dispone la organización, dado que se financia a través de donaciones. Pero no siempre esta razón es bien percibida por los migrantes porque, aunque algunos llegan solos, el trabajo y el hambre son necesidades de todos “si agradezco porque acá hay cosas de comprar y comer, pero no hay trabajo y nos discriminan mucho” (entrevista a Yuleidi, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022)

Entonces, el enfoque de género que busca la organización con la entrega de la asistencia alimentaria, se ha ido perdiendo desde el primer momento del proceso por este tipo de problemas que desencadena la calificación de la ayuda, distorsiona su objetivo y por ende los resultados no son tan positivos, porque varios hogares que están recibiendo la ayuda no son reales.

Además, la asistencia ha sido utilizada por los hombres beneficiarios como un negocio en la que la mujer pierde cuando por un plato de comida debe enrolarse en tareas de cuidado sin ningún tipo de remuneración económica, por eso “esclarecer la forma en que estas relaciones perpetúan la subordinación y la exclusión de las mujeres limitando su autonomía ayuda a comprender su influencia en el funcionamiento del sistema económico” (Bidegain y Calderón 2018, 13).

2.2 Relaciones de género en el hogar

Las tareas de cuidado como la alimentación, los entrevistados no la consideran un aporte en el hogar porque no es remunerado. Las mujeres consultadas asumen que la alimentación es una tarea femenina y el hombre puede o no participar; además, toman como pretexto el cuidado de los niños para justificar su rol en el hogar y mucho más si están en estado de lactancia o embarazo “él tiene que salir a ver si hace dinero porque yo cuido a mi niña” (entrevista a Tatiana, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 25 de octubre del 2022).

Esto se relaciona a la postura de Bidegain y Calderón (2018) cuando explican que el sacrificio que realiza la mujer al tener y cuidar a un niño, es el comportamiento que la sociedad espera de ellas para mantenerlas en el lugar que le conviene al Estado.

Se nota cierto cambio en las familias que han logrado permanecer en el país por más de un año, porque se han visto en la necesidad de salir a trabajar padre y madre para pagar otras carencias como arriendo o invertir en algún emprendimiento. En estos casos la tarea de la alimentación a veces es compartida, depende de quién está más tiempo en casa. Sin embargo, si el turno es del hombre, la mujer se preocupa porque asume que las tareas se acumularán “mi marido se encarga de ensuciar y yo de limpiar” (entrevista a Ingris, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022).

Independientemente de quien genere dinero, la mujer lo maneja. Ellas creen que lo administran mejor porque son quienes más tiempo están en casa y saben lo que hace falta y asumen que el hombre, por su género, lo malgasta “los hombres son así, uno es la que debe hacer estirar el dinero” (entrevista a María, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 25 de octubre del 2022).

También, como estrategia, las mujeres usan el tiempo de la alimentación para conversar con sus parejas sobre el dinero, a veces disminuyen la cantidad de comida en el plato para hacerle notar que necesitan más para subsistir : “a veces busco la hora de la comida para que el suelte el dinero, ¡me entiende! que si no le doy pollo o la arepa que más le gusta ya me reclama entonces le digo que es su culpa” (entrevista a Marianis, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 25 de octubre del 2022).

El nivel educativo también influye en las tareas de cuidado. La mujer se siente inferior al hombre por no tener estudios superiores y engrandece el rol de su pareja una vez que ayuda a los niños en sus tareas escolares “él tiene que ayudarlos porque sabe, yo no vaya a ser que les haga sacar cero” (entrevista a Desiree, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022).

Asimismo, influye la situación migratoria, en el momento en que los beneficiarios buscan trabajo y les solicitan documentación regular o quienes encuentran empleo, pero no les permiten acceder con niños, “tengo la visa, pero no tengo la cédula y en las clínicas me piden la cédula ecuatoriana, mientras tanto estoy en casa cuidando a mi familia” (entrevista a Leidy, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022). “Acá no tengo a nadie quien me ayude con mis niños y hasta para conseguir trabajo me dicen que no con

niños” (entrevista a Yuleidy, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022).

Entonces, existe una subordinación de la mujer frente al hombre en lo que se refiere a las tareas de cuidado e influye la autoestima cuando está relacionado al nivel educativo. En estos entornos se desarrolla la compra, preparación y consumo, en donde también se reproduce la subordinación de género.

2.3 Compra y preparación de alimentos

El proceso de la asistencia alimentaria se divide en la compra, preparación y consumo. Para la compra, la mujer es quien debe asistir obligatoriamente a los supermercados porque por lo general, es a nombre de quien se registra la ayuda. Esto, en el mejor de los casos es valorado por sus parejas, pero en la mayoría de familias es un pretexto para que el hombre se desentienda de esta tarea.

Para la preparación, existe una brecha relacionada al conocimiento; es decir, los hombres no cocinan porque no saben cómo hacerlo; sin embargo, se ven obligados a aprender cada vez que la mujer es quien consigue trabajo remunerado y debe salir de casa “por eso es que muchas mujeres aseguran que sus parejas no podrían sobrevivir sin ellas” (entrevista a Marcela Vaca, nutricionista pasante en el Programa Mundial de Alimentos, Ibarra, 11 de noviembre del 2022)

Además los beneficiarios, sobre todo recién llegados al país, presentan el problema de no contar con un espacio físico para poner en práctica el objetivo de la ayuda sobre la alimentación saludable y mucho menos tienen las herramientas necesarias para preparar sus alimentos, por lo que optan en comprar y consumir productos procesados hasta mejorar su condición “dormimos en la calle o a veces cuando conseguimos para pagar un cuarto y cocina no, eso cuando tenga donde vivir” (entrevista a Raiza, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 25 de octubre del 2022).

En el caso de las familias migrantes con más de un año en el país que han logrado cierta estabilidad, con la asistencia alimentaria han podido experimentar un nuevo sistema de alimentación en el que se intenta involucrar a toda la familia, pero aún persiste la idea de que la mujer es la responsable de dirigirla “yo tengo que alzar la voz para que hagan las cosas bien, a mi así me enseñaron y no puede ser diferente acá” (entrevista a Nioris, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022).

Si bien es cierto la asistencia alimentaria busca empoderar a la mujer y cubrir sus necesidades nutricionales, el colocarlas, en la mayoría de casos como titulares para la compra de alimentos no siempre es positivo, porque le obliga a estar pendiente de este proceso, aunque también trabaje fuera de casa y el desprenderse de este rol le resulta más difícil.

La omisión del reconocimiento del trabajo no remunerado en el funcionamiento de la economía conduce, en la mayoría de los países, a enfrentar la desigualdad entre hombres y mujeres llevando a cabo programas parciales que no toman en cuenta las necesidades de cuidado y, por lo tanto, no tratan su redistribución social (Bidegain y Calderón 2018, 20).

Por lo tanto, es importante que las organizaciones que crean este tipo de asistencias, introduzcan en sus objetivos a las tareas de cuidado con enfoque de género, para evitar que sigan centrándose en la mujer y por ende perjudique, en este caso, su alimentación diaria y productividad.

2.4 Consumo de alimentos

En cuanto al consumo, prevalece la idea de que el hombre, es quien come más y la atención al momento de preparar y servir la comida está dirigido a él, independientemente de que sea la pareja o el hijo y mucho más si son pequeños o en periodo de lactancia “los niños son los primeros que empiezan a comer porque son varones y todo el día pasan con hambre” (entrevista a Desiree, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 25 de octubre del 2022).

La mujer disminuye sus raciones y se produce desnutrición que se vuelve generacional, afecta la estructura poblacional y por ende disminuye las probabilidades de mejorar su estilo de vida “el doctor me dice que estoy con anemia igual mi bebé bajo de peso, pero es que sí como, no sé qué más hacer” (entrevista a Ingris, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022)

Igualmente, el tiempo de permanencia en el país, influye en la práctica de la alimentación en casa, porque en el caso de las familias con más de un año en Ecuador y que tienen un trabajo, lo adaptan al tiempo que les queda, sin horario fijo para las comidas principales: desayuno almuerzo y merienda y mucho menos para las entre comidas indispensables para mantenerse con energía durante las actividades diarias.

Esto se da porque la alimentación no es una prioridad para las familias migrantes, quienes buscan satisfacer su hambre, mas no saber cómo alimentarse correctamente. Además, sus otras obligaciones como el pago de arriendo no pueden esperar porque eso significaría volver a las calles “la falta de información también es un factor que amenaza la correcta alimentación

precisamente por la prioridad que le dan las familias a la alimentación” (entrevista a Marcela Vaca, nutricionista pasante en el Programa Mundial de Alimentos, Ibarra, 11 de noviembre del 2022)

Las personas recién llegadas basan su alimentación en carbohidratos como harinas porque es lo que acostumbraban a comer en su país de origen y les causa saciedad. No se detienen a pensar en el precio que tiene este producto frente a otros más económicos y sanos “en Venezuela cuando no había harina pan comíamos yuca, acá no voy a comer, así como que no hubiera, allá ya porque nos tocó” (entrevista a María, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 25 de octubre del 2022).

Los beneficiarios con más de un año en Ecuador, se han relacionado con productos nacionales para su alimentación, porque consideran que son más económicos, pero eso no significa que sean más nutritivos. Además, porque consideran que su realidad migratoria les exige adaptarse al contexto donde se encuentren “en mi casa tienen que comer todo lo que se les da porque es comida de Dios y no estamos en condiciones de exigir nada” (entrevista a Nioris, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022).

Entre comer y alimentarse saludablemente hay una clara diferencia y se centra en el conocimiento. Comer es el proceso normal de ingerir alimentos, pero, de manera saludable, es utilizar los alimentos para el beneficio de la persona de manera inteligente. Para conseguirlo, es importante que toda la familia se involucre y le interese la alimentación saludable porque desde el hogar nacen los buenos hábitos que trascienden una vez que el ejemplo es visible “la alimentación debe ser concebida como una tarea personal, pero al mismo tiempo social sobre todo en el contexto de familia, todo se aprende desde el hogar” (entrevista a Marcela Vaca, nutricionista pasante en el Programa Mundial de Alimentos, Ibarra, 11 de noviembre del 2022).

En definitiva, el género ejerce un papel decisivo en el proceso de la alimentación, porque de su relación depende el tipo de alimentos que se van a comprar, preparar y consumir y como se ha visto que esa relación es de poder, las mujeres tienen mayores desventajas.

La alimentación concierne con la cultura cuando el rol es impuesto a la mujer, pero también con las nuevas masculinidades si los hombres aprenden esta tarea, aunque sea en modo utilitario o por cumplir el proyecto migratorio (Pribilsky, citado en Moreno 2008). Pero sin duda, el dinero y quien lo lleve a casa, sigue siendo el determinante de esta labor en términos prácticos y de utilidad más no en cuanto a las relaciones de género que de una u otra manera

involucran patrones de dominación hacia las mujeres, (Herrera, 2013). La idea es que, como se verá más adelante, en detalles aparentemente neutrales, como el consumo de alimentos, se puede advertir que están modelados por jerarquías que subordinan.

Por esto, es importante manejar la alimentación desde el conocimiento y convertir a la asistencia alimentaria en una oportunidad para empoderar a la familia y a la mujer, porque el trabajo en equipo genera mejores resultados y abre camino a los cambios positivos, en este caso, de las tareas de cuidado en el hogar.

2.5 Conocimiento sobre la alimentación saludable

La alimentación saludable se ha convertido en un reto para el ser humano, frente a barreras de acceso y disponibilidad que el mercado actual impone. En el caso de las familias migrantes beneficiarias de la asistencia alimentaria, esta realidad es más grave debido a su contexto y las necesidades que presenta.

Para ellos lo saludable lo relacionan con alimentos de mal sabor y de alto costo. En los supermercados con la asistencia alimentaria, tratan de comprar lo más económico que por lo general lleva la marca del local. Esto por su preocupación de hacer alcanzar la comida para toda la familia durante el mes “si quisiera comprar más que si chorizo, un pescado, pero es más caro y luego no me alcanza para comprar lo de mis niños” (entrevista a Raiza, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 25 de octubre del 2022).

Los beneficiarios no conocen sobre los alimentos alternativos, por ejemplo, consumir panela en lugar de azúcar, se muestran resistentes a estos cambios. Tampoco quieren dejar de utilizar harinas procesadas para la preparación de arepas ni suplir este producto por algo más natural como la yuca, el verde o la papa.

Y en cuanto a la hidratación, beben líquidos azucarados ya sea en producto procesado o en jugo, el agua lo ven como un recurso necesario para cocinar, pero no para ingerir de manera natural “cuando me da sed hasta me tomo mi café” (entrevista a Tatiana, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 25 de octubre del 2022).

Entre los grupos de alimentos, las verduras son las menos consumidas por los beneficiarios, porque el costo que tienen en los supermercados es mayor al de un mercado común, por lo que al no contar con efectivo no las compran. Lo mismo sucede con las frutas, además que algunas llevan nombres distintos a los del país de origen “yo buscaba la lechosa y había unas pequeñas y quería la grande cuando le pregunté a una amiga que ya está más tiempo acá, me

dijo que diga papaya, igual me pasó con el cambur” (entrevista a Marianis, beneficiaria de la asistencia alimentaria, Ibarra, 11 de noviembre del 2022).

Los alimentos procesados son los que compran en mayor cantidad porque pueden mantenerse por más tiempo sin refrigeración y su almacenamiento es más adaptable a sus circunstancias. Entre estos están: la mantequilla, el arroz, la azúcar blanca, la harina pan, pastas, enlatados, cereales y leches chocolatadas para los niños.

Entonces, el nivel de conocimiento sobre la alimentación saludable en los beneficiarios de la asistencia alimentaria es escaso, se interpone la brecha cultural culinaria y generacional, porque muchas familias replican lo que solían comer sus padres o abuelos, y su contexto que está lejos de adaptarse a lo que la alimentación requiere para ser saludable.

En esa situación, también influye el tiempo de estadía en el país. Es difícil que una familia recién llegada o en tránsito, aunque conozca sobre cómo alimentarse saludablemente lo pueda poner en práctica si no cuenta con las herramientas ni el espacio físico para preparar la comida. Y, en el caso de las familias en permanencia, aunque cuenten con los instrumentos de alimentación y conozcan sobre los productos saludables, tampoco sigan las recomendaciones por falta de voluntad o prioridades, por ejemplo, invertir en un emprendimiento y no en alimentación.

Sin embargo, es necesario adaptar la asistencia alimentaria a su contexto migratorio, y empezar por recomendaciones básicas sobre la alimentación saludable y con la práctica complementar el conocimiento que a su vez contribuirá en las relaciones de género en el hogar con el consumo equitativo de productos que fortalezcan la salud de cada miembro familiar y los motive a mirar las tareas de cuidado, empezando con la alimentación, como un trabajo de todos y todas.

2.6 Conclusiones

En el hogar de las familias migrantes beneficiarias de la asistencia alimentaria, las relaciones de género siguen enfocadas en el papel que debe cumplir el hombre o la mujer impuesto de manera económica y social. La mujer aún asume que es la responsable de las tareas de cuidado y se acentúa cada vez que hay presencia de embarazo o lactancia. Esta realidad no presenta mayor cambio, aunque la mujer salga de casa y tenga un trabajo remunerado.

El nivel educativo es otro factor que agudiza las relaciones de género, porque despierta sentimientos de inferioridad en la mujer si no cursó estudios superiores. La mujer propende a endiosar al hombre y más cuando es el encargado de guiar a los niños en su proceso escolar.

En este caso, la jerarquía se sustenta en el tipo de conocimiento (relacionado con el raciocinio, la formación educativa), que es atribuido al hombre como una característica de su masculinidad, mientras que las mujeres tienen otro tipo de conocimiento relacionado con su representación de género, que la posiciona en la preparación de alimentos, por ejemplo, más no para aspectos claves como nutrición para una buena salud.

La asistencia alimentaria se ha convertido en una ayuda material, que busca alcanzar metas traducidas en números y ha olvidado la necesidad de generar un cambio, en este caso, en la tarea de la alimentación en el hogar. Además, el sistema que maneja el PMA para entregar la ayuda resulta discriminatorio, porque responde a supuestos y reglas de sus donantes, en los que alimentarse es un derecho del ser humano pero que en la práctica no mide vulnerabilidades.

En el proceso de la alimentación, la compra de productos sigue centrándose en las necesidades del hombre por ser considerado el proveedor económico del hogar y por ende requiere más alimentos para mantener su actividad física, también por creencias sobre el género y las necesidades nutricionales, en el momento que se escucha que el hombre por ser hombre come más.

En cuanto al consumo, independientemente del tiempo que se encuentren en el país, las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria ignoran las ventajas de mantener una correcta alimentación para la salud y consumen productos que sacian el hambre como los carbohidratos y alimentos procesados. Esto se da porque la alimentación, por su contexto, no es una prioridad frente a otras necesidades como una vivienda.

La alimentación saludable al no ser una prioridad, tampoco tiene un horario establecido en el hogar para ejecutarlo, lo adaptan al tiempo que les queda en el día, incluso para ahorrar, porque saben que la asistencia tiene un periodo límite de duración y prefieren preparar una comida diaria.

Ahora, si se toma en cuenta el tiempo de estadía en el país, cabe recalcar que en las ciudades centro del Ecuador, como Ibarra, el PMA entrega únicamente asistencia alimentaria de permanencia, la ayuda de tránsito dirigido a las personas que están en este tipo de movilidad recibe una asistencia en las ciudades fronterizas de Tulcán y Huaquillas. Por tanto, las familias recién llegadas con vocación de permanencia y las que se encuentran con más de un año en el país, adaptan su alimentación al tiempo y las circunstancias del momento. Pero ambas sufren de escases de recursos materiales para poner en práctica la alimentación

saludable y se suma la falta de conocimiento, voluntad y prioridades que limitan aún más el objetivo de la ayuda.

Incluso, la precariedad de sus trayectorias pesa sobre el conocimiento que puedan tener sobre alimentación saludable. De esta manera, se aprecia cómo un proceso de apoyo a la alimentación tiene muchos matices, por la serie de factores que entran en juego al hablar de seguridad, y que incluyen relaciones de género que subordinan y relegan a la mujer a un rol de cuidadora que abandona su propio bienestar. La necesidad de subsistir las aboca además a una serie de estrategias y prácticas que no son necesariamente justas y vulneran sus derechos y los de su familia, estos aspectos pueden quedar invisibles si no se da una sensibilización para un mayor empoderamiento de las beneficiarias (a fin de que cuiden su salud e integridad física a través de la alimentación), y de quienes se involucran en estos procesos a nivel técnico.

2.7 Recomendaciones

La asistencia alimentaria con enfoque de género debe ser impartida hacia toda la familia, con el fin de sensibilizar a los beneficiarios sobre la alimentación saludable como una necesidad y el proceso de la alimentación como una tarea de todos.

Para el registro de la asistencia, se podría promover la comunicación en pareja para que decidan quién se coloca como titular de la ayuda y para el proceso de compra planifiquen sobre los productos que van a adquirir y de esa manera evitar que la pareja, sea hombre o mujer, se desentienda de estos pasos.

Para la preparación y consumo, se debería hacer énfasis en la necesidad nutricional de todas las personas independientemente de su género, para evitar que las mujeres disminuyan sus raciones y por ende tengan problemas en su salud.

También en la información impartida a los beneficiarios sobre la asistencia alimentaria, debería tratarse el tema de la organización de las tareas del hogar y del tiempo, donde la alimentación sea la actividad que promueva la participación y aprendizaje de toda la familia.

En cuanto al tiempo de estadía en el país, se podría generar información diferenciada para las personas recién llegadas y con más de un año en el país, con el fin de adaptar el programa a las circunstancias de las familias sin perder el objetivo de la alimentación saludable.

Otro tema importante para ser compartido es el de las nuevas masculinidades, donde se enseñe a los hombres, de manera práctica y teórica a cocinar, con esto los hombres empezarían a considerar el esfuerzo de sus parejas.

Para empoderar a las mujeres a través de la asistencia alimentaria, se podría impartir talleres para que conozcan sus necesidades nutricionales, qué alimentos les favorecen y su relación con la buena salud para lograr sus objetivos.

En el caso de los niños, es sustancial que desde pequeños se inclinen por una correcta alimentación, por lo que sería significativo realizar talleres donde aprendan a reconocer alimentos sanos y normas de higiene.

Con los jóvenes se debe rescatar el tema de la alimentación, invitándoles a acompañar a sus padres en el proceso de la asistencia alimentaria con la compra de productos, preparación y consumo. Igualmente sería interesante desarrollar con ellos actividades orientadas a que conozcan sus necesidades nutricionales para el correcto desarrollo de su cuerpo y con la práctica de recetas saludables y deliciosas que pueden consumir sin necesidad de recurrir a alimentos procesados. Este tipo de acciones enfocadas en el género, son importantes para el reconocimiento de los derechos de todos y todas las integrantes de la familia en las distintas fases del proceso de la alimentación.

Capítulo 3. Una propuesta que promueve la equidad de género y la alimentación saludable

En este capítulo se expone la propuesta del proyecto de intervención que busca contribuir con la equidad de género y la alimentación saludable de las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria brindada por el Programa Mundial de Alimentos (PMA) en la ciudad de Ibarra.

Se destaca el trabajo del PMA, que a comparación de organismos humanitarios como la FAO y la Comisión Europea que han trabajado en esta ciudad con proyectos relacionados a la alimentación, es la que en mayor número ha asistido a migrantes y refugiados.

Se propone una perspectiva de género para resaltar la importancia de trabajar en la asistencia alimentaria con toda la familia beneficiaria y no únicamente con la titular de la ayuda que en la mayoría de casos es la mujer, así se lograría empoderar a la mujer y no perjudicar su estilo de vida.

En el desarrollo, se explica la metodología que parte del trabajo que implica la sensibilización de personas sobre estos temas trascendentales en la vida de todo ser humano. Se especifica sobre la importancia de llegar directamente a las mujeres y sus familias, pero también a las organizaciones, tanto donante de la ayuda como a la socia implementadora, con actividades que resaltan la necesidad de incluir a toda la familia beneficiaria en los talleres de la asistencia; además, de replantearlos acorde al público meta bajo los temas descritos.

Igualmente, con el detalle de cada actividad, su duración y presupuesto, se demuestra que es una propuesta viable, que le reta al PMA y a la organización implementadora a modificar su plan de trabajo en territorio y adoptar estos cambios que favorecen sus objetivos presentes y futuros.

3.1 Antecedentes y contexto

Según datos de la Evaluación Conjunta de Necesidades (JNA) llevada a cabo por el GTRM (2021) la alimentación es la principal necesidad que buscan satisfacer los migrantes recién llegados al Ecuador, un 87% de encuestados lo confirma.

Frente a esta realidad, organizaciones internacionales de ayuda humanitaria trabajan en el país con programas de asistencia alimentaria con enfoque de género dirigidos a migrantes y refugiados, como es el caso del Programa Mundial de Alimentos (PMA) quien lo hace a través de la entrega de tarjetas para el canje de víveres, asimismo está la Comisión Europea con la entrega de dinero para la compra de alimentos y la Organización de las Naciones

Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) con proyectos enfocados en la agricultura, pero dirigido a familias ecuatorianas de bajos recursos económicos.

El PMA es la organización que mayor presencia tiene a nivel nacional y para la entrega de la asistencia alimentaria trabaja con socios implementadores, los cuales deben pasar por un concurso y el ganador es la organización que presentó la mejor propuesta para la ejecución del proyecto. Actualmente, en la ciudad de Ibarra, capital de la provincia de Imbabura, HIAS es su socio implementador, pero en el 2021 fue El Consejo Noruego para refugiados (NRC). Esta provincia es clave para el PMA porque conforma la zona norte del país y es considerada una ciudad de tránsito y permanencia para las familias en situación de movilidad humana.

En esta ciudad, la vida es más barata a comparación de otras capitales como Quito y Guayaquil; además, su clima templado y la presencia de organizaciones humanitarias e instituciones públicas la convierten en un destino para los migrantes recién llegados o de permanencia, quienes según el Reporte Operacional del GTRM (2021) hay un incremento del 30%.

Asimismo, según cifras del GTRM (2022) en la ciudad de Ibarra la asistencia alimentaria fue entregada a 2 457 migrantes venezolanos, de los cuales 1 168 fueron asistidos en comedores comunitarios y albergues, donde el PMA ayuda con alimentación inmediata y son proyectos ejecutados por otras organizaciones e instituciones públicas de la localidad.

Del total de asistencias entregadas, destaca el número de mujeres 692, en comparación a la de los hombres 315, niñas 411 y niños 458. Si bien puede deberse a un mayor flujo migratorio de mujeres, también es porque debido al enfoque de género que maneja el PMA, colocan a las mujeres como titulares de la ayuda, quienes prácticamente son las responsables de su correcto uso y manejo.

3.2 Enfoque

Según el Programa Mundial de Alimentos (PMA) “La igualdad de género es un prerrequisito para un mundo con hambre cero, para que todas las mujeres, los hombres, niñas y niños puedan ejercer sus derechos humanos, incluyendo el de una alimentación adecuada” (PMA 2023, 1).

Una correcta nutrición se logra a través de la seguridad alimentaria que deben tener todas las personas en el mundo, pero problemas como la pobreza, los cambios climáticos, el procesamiento de productos a través de la industria y los conflictos, hacen que la alimentación

adecuada o saludable sea exclusivo de quienes cuentan con un poder adquisitivo, en su mayoría hombres.

Por esta razón, organizaciones humanitarias como el PMA enfoca sus proyectos en la mujer, quien gracias a la asistencia alimentaria se empodera, se convierte en una proveedora del hogar rompiendo esquemas tradicionales de la división sexual del trabajo y sobre todo le permite mentalizar oportunidades de vida.

Sin embargo, estas aspiraciones no son del todo reales en la práctica, porque la mujer en el hogar, asume que las tareas de cuidado son su responsabilidad y esta idea limita su desarrollo, al igual que pone en riesgo su salud física y mental.

Por consiguiente, es importante que las tareas de cuidado como la alimentación tengan un enfoque de género que permita entender cómo influyen las relaciones entre hombres y mujeres en este proceso y cómo cambiarlas contribuiría a la lucha por la equidad de género. El escenario ideal para empezar el trabajo es el hogar y la familia, en el cual se desarrolla la siguiente propuesta.

3.3 La familia y la alimentación, dos sistemas que pueden contribuir a la equidad de género.

Esta propuesta busca fomentar la equidad de género en las familias y en las mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria, a través de estrategias que motivan un cambio en la manera tradicional de manejar la tarea de la alimentación, la cual ha recaído en la mujer y ha perjudicado su productividad.

El cómo se lo va a realizar, se lo explica a través de tablas que permiten una mejor lectura para entender el proyecto: en la tabla uno se resume la propuesta que se basa en actividades de capacitación y el uso de herramientas educativas sobre equidad de género y alimentación saludable; en la tabla dos se describe a los beneficiarios directos e indirectos del proyecto que son: 180 mujeres, 24 familias y 900 personas, todos beneficiarios de la asistencia alimentaria. En la tabla tres, el diagnóstico, se detallan los resultados que arrojó la investigación realizada a diez mujeres beneficiarias de esta ayuda en la ciudad de Ibarra, quienes a pesar de contar con la asistencia alimentaria sufren de subordinación y desnutrición en sus hogares y desde ahí aparece la necesidad de esta propuesta. En la tabla cuatro se especifican los objetivos, que se basan en la capacitación y la sensibilización tanto a los beneficiarios como a las organizaciones involucradas en el programa de los temas descritos líneas arriba. En la tabla cinco se muestran los resultados esperados, que con actividades como las capacitaciones y el

uso de herramientas educativas e informativas se llegue a 180 mujeres y con un manual a las organizaciones involucradas en el programa. En la tabla seis se detallan las actividades que se van a realizar en el tiempo de 3 meses. En la tabla siete se expone la matriz de marco lógico, donde se desglosan las actividades acordes a los resultados, con su indicador, verificador y supuestos, para garantizar la factibilidad el proyecto. En la tabla 8 se detalla el presupuesto que es de \$ 10 070 000. En la tabla nueve se explica la metodología a seguir que va desde reuniones con los representantes de la organización implementadora hasta la ejecución de las actividades prevista para el logro del proyecto. En la tabla diez se expone la agenda de evaluación que será un trabajo en conjunto entre el PMA y la organización implementadora en terreno con la participación de los beneficiarios. Y, por último, en la tabla 11 se explica la sostenibilidad del proyecto con el uso de las herramientas informativas y el compromiso de las organizaciones involucradas de la ejecución de la propuesta.

Para finalizar esta sección, con las conclusiones generales del proyecto, se muestra la necesidad de intervenir con esta propuesta que enfoca de mejor manera el programa de la asistencia alimentaria y al mismo tiempo contribuye en la vida de las mujeres beneficiaras y sus familias.

Tabla 3.1. Resumen de la propuesta

Esta propuesta muestra en detalle cómo se va a lograr contribuir con la equidad de género y la alimentación saludable de las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria brindada por el PMA e implementada por su organización social en la ciudad de Ibarra. Sus objetivos se centran en promover la equidad de género en la tarea de la alimentación en las familias beneficiarias de esta ayuda a través de la sensibilización sobre los temas descritos líneas arriba y al mismo tiempo busca incidir en los organismos que trabajan con este programa sobre la necesidad de incluir a la familia en su proyecto.

Este trabajo se basa en una metodología que se centra en la sensibilización a los beneficiarios directos e indirectos a través de actividades prácticas y material educativo. Un manual sobre los temas descritos, ayudará a las dos organizaciones para la planificación de los talleres a través de los cuales capacitarán a las personas sobre los temas de interés. Los beneficiarios también contarán con material de apoyo complementario a las capacitaciones. Estas actividades van en base a los resultados que se esperan obtener al finalizar el proyecto, que tendrá una duración de 3 meses.

Si bien la asistencia alimentaria brindada por el PMA es una ayuda mentalizada en la mujer, esta propuesta muestra que se le puede apoyar más cuando la familia está incluida, y no solamente para cumplir metas numéricas, sino para generar un verdadero cambio.

Tabla 3.2. Descripción de los beneficiarios

Tipo		Descripción	Cantidad
Directos	mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria en la ciudad de Ibarra	180 mujeres receptoras de la ayuda familiar, quienes reciben los talleres de capacitación durante la entrega de la asistencia alimentaria	180 mujeres
	familias que recibirán los talleres de cocina	24 familias beneficiarias de la asistencia alimentaria reciben talleres de cocina	24 familias
Indirectos	familias de las mujeres beneficiarias directas de los talleres de capacitación	900 personas, miembros familiares de las mujeres beneficiarias directas de los talleres de capacitación	900 personas

Tabla 3.3. Diagnóstico o justificación

En Ibarra, acorde a una investigación realizada a 10 mujeres, madres y esposas beneficiarias de la asistencia alimentaria, existe una subordinación de género en sus hogares que está naturalizada y desvaloriza a las mujeres y su auto cuidado.

El problema se da porque el PMA, que es la organización donante, no aborda la desigualdad de género desde el hogar, escenario donde se dan las diferentes formas de relaciones de género que se replican en el exterior, sino que, enfoca la ayuda en la mujer de forma que no le permite deslindarse de la responsabilidad de las tareas de cuidado. Es así que, la organización implementadora de la ayuda, dirige la información de su correcto uso hacia la titular, que generalmente es la mujer, quien asume que el proceso que conlleva la alimentación: compra, preparación y consumo es su responsabilidad, además, por su rol impuesto socialmente.

Desde ese proceso que implica la alimentación, aparecen los problemas relacionados a su dieta diaria, porque la basa no en sus necesidades nutricionales, sino en las del hombre de la casa debido a la idea de que por su género ellos comen más. Y, por su situación migratoria y desconocimiento sobre la alimentación saludable, consumen en mayor cantidad productos procesados que sacian el hambre, pero no aportan en su calidad de vida.

De ahí la importancia de intervenir en la asistencia alimentaria con estrategias que promuevan la equidad de género, donde el público meta sea toda la familia y utilizar esta ayuda como el primer paso para lograrlo, porque la alimentación implica trabajo en equipo y la práctica de valores como la solidaridad, que quizás en otras tareas de cuidado como planchar o arreglar la casa no se visibilizan de la manera que se requiere para lograr un cambio.

Tabla 3.4. Objetivos del proyecto

1. Objetivo general	Promover la equidad de género en la tarea de la alimentación en las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria.
2. Objetivos específicos	1. Sensibilizar a las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria acerca de las relaciones de género y la alimentación saludable. 2. Incidir en los organismos que trabajan con la asistencia alimentaria sobre la necesidad de incluir a la familia en su programa.

Tabla 3.5. Resultados esperados

Tipo de resultado	Descripción
180 mujeres y sus familias, beneficiarias de la asistencia alimentaria son sensibilizadas a través de distintas actividades sobre alimentación saludable y equidad de género.	Al final del proyecto se habrá llegado, con información multimedia y capacitaciones, a 180 mujeres y sus familias, beneficiarias de la asistencia alimentaria en la ciudad de Ibarra.
Organización implementadora de la asistencia alimentaria aplica un manual sobre equidad de género y alimentación saludable en el hogar.	Al final del proyecto la organización implementadora de la asistencia alimentaria del PMA en la ciudad de Ibarra, utilizará el manual sobre equidad de género y alimentación saludable para incluir la perspectiva de género en sus actividades con beneficiarias de la ayuda.

Tabla 3.6. Principales actividades y duración

Resultado	Nombre de la actividad	Mes 1				Mes 2				Mes 3			
180 mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria reciben capacitación sobre alimentación saludable y equidad de género.	Diseño de cada sesión de los talleres con su calendarización y horario.	x											
	Elaboración del recetario, tríptico y el audio.	x	x										
	9 sesiones de capacitación (mujeres beneficiarias) en los temas de alimentación saludable y equidad de género.			x	x	x	x	x	x	x	x	x	
	6 sesiones de talleres de cocina (familias de las mujeres beneficiarias) en los temas de alimentación saludable y equidad de género.			x	x			x	x		x	x	
Resultado	Nombre de la actividad	Mes 1				Mes 2				Mes 3			
Organización implementadora de la asistencia alimentaria aplica un manual sobre equidad de género y alimentación saludable en el hogar	Diseño del manual impreso con la participación de la organización implementadora.	x	x	x	x	x	x	x	x				
	Diseño participativo (con la organización implementadora) de la agenda para la difusión del manual donde incluye la calendarización y horario.										x	x	x

Tabla 3.7. Matriz de marco lógico

COMPONENTE	INDICADOR	VERIFICADOR	SUPUESTOS
Finalidad: Contribuir a alimentación saludable y la igualdad de género desde los hogares de las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria entrega por el PMA.	N/A	N/A	N/A
Propósito (objetivo general): Promover la equidad de género en la tarea de la alimentación en las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria.	Un proyecto de sensibilización e incidencia para la inclusión de la equidad de género en los programas de asistencia alimentaria, ejecutado.	Informe general de actividades	<p>A favor: Ambiente y escenario local en condiciones favorables para llevar a cabo el proyecto.</p> <p>En contra: Eventos externos, de orden político, social, climático, etc., afectan la ejecución del proyecto.</p>
RESULTADOS POR OBJETIVOS ESPECÍFICOS			
O.E.1. R.1. 180 mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria reciben capacitación sobre alimentación saludable y	15 talleres sobre equidad de género y alimentación saludable dirigido a 180 mujeres beneficiarias de la asistencia	Documento con propuesta de contenidos y metodología de	A favor: Las mujeres acuden porque en estos talleres reciben la asistencia alimentaria

equidad de género.	alimentaria, ejecutado.	los talleres	En contra: Las mujeres no asisten a los talleres porque decidieron seguir su trayecto migratorio.
O.E.2. R.2. Organización implementadora de la asistencia alimentaria aplica un manual sobre equidad de género y alimentación saludable en el hogar	Un manual sobre cómo incluir la equidad de género y alimentación saludable, es manejado por la organización implementadora de la asistencia alimentaria del PMA en la ciudad de Ibarra, a través de una agenda comprometida para su ejecución en sus actividades.	Documento con propuesta de contenidos del manual.	A favor: El PMA acepta manejar el manual con su organización implementadora. En contra: La organización implementadora no cuenta con el espacio físico para implementar lo sugerido en el manual.
ACTIVIDADES POR RESULTADOS			
Resultado 1			
Actividad 1			
Talleres de sensibilización e información a mujeres que reciben la asistencia alimentaria	9 talleres informativos y de sensibilización para 180 mujeres de	Registro de asistencia, fotografías,	A favor: Las mujeres requieren la asistencia alimentaria por lo que

	la ayuda alimentaria, ejecutados.	planificación del taller.	acuden a los talleres En contra: Prefieren no acudir porque ya recibieron una ayuda económica que les permite satisfacer su necesidad de alimentación.
Actividad 2			
Elaboración y difusión de material educativo multimedia sobre los roles del hogar y recetas saludables y económicas.	<p>Un recetario saludable en circulación a través de grupos de whats app con las 180 mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria.</p> <p>Un audio sobre los roles del hogar compartidos en los grupos de whats app de las 180 mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria.</p>	Fotografías, capturas de pantalla de los grupos de whats app, registro de beneficiarios que recibieron el recetario y el audio, recetario, audio testimonio y tríptico.	<p>A favor: El material multimedia es más fácil de ser revisado por los beneficiarios.</p> <p>En contra: Las mujeres por su condición no cuentan con celular para conocer el material.</p>

Actividad 3			
Talleres para aprender a cocinar con el tema de alimentación saludable y equidad de género.	6 talleres de cocina equitativa son impartidos a 24 familias de las mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria.	Registro de asistencia, fotografías, planificación del taller.	A favor: las familias acuden a los talleres porque también pueden degustar de la receta. En contra: no asiste toda la familia por falta de recursos económicos para movilizarse.
Resultado 2			
Actividad 1			
Elaboración de un manual impreso sobre cómo manejar el tema de equidad de género en el hogar con la participación de toda la familia.	Un lote de 500 manuales sobre inclusión de género en el programa de asistencia alimentaria, elaborado, para uso del personal técnico en sus actividades de asistencia alimentaria.	Manual impreso, fotografías, registro de asistencia, planificación del taller y de la socialización.	A favor: Acogida por parte de las organizaciones socias porque este manual es una ayuda. En contra: El PMA acoja, pero no lo socialice porque no va acorde a su metodología.

Actividad 2			
Elaboración participativa de una agenda y compromiso, en conjunto con la organización implementadora y otros actores locales involucrados para la inclusión del tema de equidad de género en el programa de asistencia alimentaria que maneja el PMA.	Una agenda para la inclusión del género en la alimentación, elaborada y comprometida para su ejecución por parte de la entidad implementadora de la asistencia alimentaria.	Agenda y acta compromiso.	A favor: Aprobación por parte del PMA En contra: Demora para su ejecución por temas logísticos y de presupuesto.

Tabla 3.8. Presupuesto

Detalle de gastos por ítem	Costo mensual \$	N. de meses	Costo total \$
Personal			
Seguimiento técnico especializado para elaboración de productos y actividades, y de evaluación	1000	3	3000
Materiales de sensibilización			
Diseño y elaboración de impresos (manual y trípticos)	1500		1500
Diseño y elaboración de productos digitales (recetario y multimedia)	2000		2000
Bienes e infraestructura	N/A		
Materiales			
Compra de utensilios de cocina para la capacitación.	500	1	500
Compra de alimentos a utilizar en la capacitación	120	3	360
Compra de materiales de aseo	100	3	300
Compra de materiales de escritorio	100	3	300
Alquiler de parlantes y micrófono a 60 USD por taller de cocina, (2 talleres por mes)	120	3	360
Alquiler de carpas, 30 cada carpa, 2 carpas por taller, (2 talleres por mes).	120	3	360
Movilización			
Movilización interna para gestiones de adquisición y traslado de materiales de talleres y otros.	100	3	300
Alimentación			
Refrigerio para reuniones de gestión: 5 USD x 6 participantes	30	3	90
Refrigerio para talleres sobre género: 5usd, por 180 participantes, por 9 talleres	900		900
Imprevistos	100		100
Total			10.070.000

Tabla 3.9. Metodología

La metodología de esta propuesta se orienta a la sensibilización, que tiene por objetivo la concienciación de las personas a través de acciones que muestren la necesidad de generar un cambio frente a problemas, en este caso, de la desigualdad de género y alimentación que afectan a las mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria.

Para lograrlo, se realizará una reunión inicial de presentación de la propuesta con la coordinadora de la organización implementadora de la asistencia alimentaria a fin de tener apoyo para su posterior aprobación por parte del PMA que es la organización donante. En segundo lugar, se elaborarán los diseños del recetario, el audio y el tríptico para empezar a entregar a los beneficiarios en los talleres habituales de la asistencia alimentaria que realiza la organización implementadora. En tercer lugar, esto se socializará al igual que los talleres de capacitación en las reuniones donde entregan la ayuda a los beneficiarios. Luego, se realizará una propuesta del manual impreso, la cual será socializada a la organización implementadora para su retroalimentación y posteriormente se realizará la agenda para su difusión. A la par de la realización de las actividades del resultado uno, se realizarán las actividades del resultado dos, porque requieren más tiempo para incidir. También, los talleres de capacitación¹ se realizarán en las instalaciones de la organización implementadora, mientras que los talleres de cocina se realizarán en el auditorio de la Prefectura de Imbabura, institución pública que tiene convenio con el PMA para actividades que requieren la presencia de un mayor número de personas. Por otra parte, se realizará una construcción participativa de una agenda y compromisos de aplicación del manual por parte de la organización implementadora en su programa. En estas sesiones estarán además otros actores locales involucrados, de parte de grupos de venezolanos, así como de organizaciones de mujeres y del área social del GAD Municipal de Ibarra.

¹ Una propuesta de temas a tratar en los talleres de capacitación para las mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria, se encuentra como anexo al final de esta tesina. Se los pensó acorde a la realidad de las mujeres recién llegadas con intención de permanencia, porque las de tránsito reciben la asistencia en ciudades fronterizas como Tulcán y Huaquillas, con un valor económico y temporalidad diferente.

Tabla 3.10. Agenda de evaluación

A través de las visitas domiciliarias que realiza el PMA en conjunto con la organización implementadora del programa, se levantará una encuesta a la familia que incluya temas de roles en el hogar y alimentación saludable con el objetivo de saber si las actividades han tenido algún resultado en las familias beneficiarias.

Se realizará 1 vez al mes, tomando en cuenta que las familias que recibirán los talleres son recién llegadas que pueden cambiar de domicilio o no tener más contacto.

Tabla 3.11. Tabla de sostenibilidad del proyecto

- El recetario es parte de la vida diaria. Lo van a usar cada vez que puedan.
- La organización implementadora se ha comprometido a ejecutar la agenda para la aplicación del manual e inclusión del género, como parte de su política de acciones con el programa de asistencia alimentaria
- Como es participativo, habrá otros actores locales pendientes de que esa agenda continúe.

Conclusiones

Una madre va al supermercado de compras, y al llegar a casa está presta a cocinar y servir la comida a su familia, para recién al final ella alimentarse o dejar de hacerlo para saciar el hambre de sus hijos o su pareja. Es la realidad de las mujeres migrantes beneficiarias de la asistencia alimentaria brindada por el Programa Mundial de Alimentos (PMA) en la ciudad de Ibarra.

El PMA desarrolla esta ayuda bajo un enfoque de género direccionada a empoderar a la mujer de acuerdo con la realidad en la que viven las beneficiarias. Aunque, según los primeros acercamientos al campo, se observó que ellas aún asumían toda la responsabilidad del cuidado y alimentación en la familia. De allí que una interrogante inicial giró alrededor de si ¿la asistencia alimentaria motiva la corresponsabilidad en los hogares y la correcta alimentación? esto guiaría el posterior diagnóstico realizado para detectar las partes del proceso que necesitaban fortalecerse para generar un verdadero cambio.

En base a lo anotado, la hipótesis de intervención planteada para la formulación de la propuesta fue que las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria organizan de manera igualitaria las actividades de compra, preparación y consumo de alimentos. La investigación dio insumos para proponer el desarrollo de un plan que tenga como objetivo principal: sensibilizar a las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria para una mayor participación en las actividades de organización de preparación de alimentos en el hogar con enfoque de género. Los objetivos específicos se centraron en, primero, determinar las necesidades de la participación más equitativa de toda la familia en la compra preparación y consumo de alimentos; y, formular una propuesta de metodología de taller que promueva una participación equitativa entre los miembros del hogar en el proceso de la alimentación.

Acorde al objetivo específico uno, se realizó un diagnóstico utilizando a la entrevista como la herramienta principal, se indagó a cinco personas beneficiarias de la asistencia alimentaria recién llegadas al país y a otras cinco con más de un año en el Ecuador o por lo menos que no son recién llegados, para conocer si el contexto migratorio permitió un cambio en el proceso de la alimentación. Estas últimas entrevistas no estaban planificadas, pero luego de analizar los resultados de las cinco primeras se vio la necesidad de realizarlas para saber si el tiempo influye en este proceso.

Y claro, las familias beneficiarias de la asistencia alimentaria recién llegadas con vocación de permanencia y las que están más de un año en el país, adaptan su alimentación al tiempo y las

circunstancias del momento que se resumen en falta de recursos físicos, voluntad, conocimiento y prioridades que limitan su alimentación saludable. En Ibarra el PMA entrega la asistencia de permanencia por lo que las personas en situación de tránsito no son parte de este estudio.

Conforme al objetivo dos, la propuesta se realizó en base a los resultados obtenidos con el diagnóstico que ratificaron la necesidad de intervenir en el proceso de la asistencia del PMA con estrategias que involucren a toda la familia, y de esa manera cumplir con el enfoque que la organización tanto donante como implementadora trabajan en territorio.

Es preciso resaltar que, el PMA tiene como objetivo entregar la ayuda sin distinción de género, pero la centra en la mujer para empoderarla y convertirla en una proveedora del hogar y así romper roles tradicionales del trabajo. Sin embargo, las mujeres que fueron parte del diagnóstico de este proyecto, asumen que las tareas de cuidado como la alimentación es su responsabilidad cuando la organización las coloca como titulares de la ayuda y dirige sus talleres de inducción únicamente a ellas, aunque toda la familia forme parte de la ayuda.

Esta direccionalidad de la información y la calificación de la asistencia bajo criterios de vulnerabilidad que deja a muchos fuera de la ayuda, ha causado que las familias mientan sobre su composición y utilicen a niños, niñas y adolescentes para alcanzar el puntaje requerido y ser beneficiarios. También han utilizado la asistencia como un medio comercial para obtener dinero, por ejemplo, de la venta de la tarjeta de alimentos o los productos que compran en los supermercados. Esto con el objetivo de sobrevivir.

Si bien en los talleres las beneficiarias conocen sobre el correcto uso de la asistencia alimentaria y la importancia de este proceso para mantenerse en correcto estado de salud, siguen causándose desnutrición bajo el argumento de que su papel de ser madres y esposas les obliga a dejar de comer para que su familia no sufra de hambre.

Y no solo esto, estar bajo el mandato del hombre de la casa y anteponer sus necesidades y requerimientos por su género es otro de los problemas. Y no importa si se trata de su pareja o sus hijos varones, ellas creen que por ser hombres comen en mayor cantidad.

Algunas mujeres del estudio cuentan con un trabajo remunerado o una independencia económica a través de un emprendimiento, pero eso no significa que pueden deslindarse de las labores de la casa, al contrario, estas tareas se acumulan causando en ellas estrés por el tiempo que no está a su favor.

Frente a esta realidad, se realizó la propuesta de involucrar a toda la familia beneficiaria en los talleres del programa y realizar capacitaciones donde se traten los temas de equidad de género y alimentación saludable con el fin de que cada miembro del hogar sepa que la alimentación no tiene que ver con el género, sino con valores como la solidaridad y el trabajo en equipo para alcanzar una buena salud y por ende ser personas más productivas.

Para su efecto, es necesario incidir en las organizaciones tanto en la donante como la implementadora de la asistencia alimentaria, sobre la importancia de tratar los temas descritos con toda la familia beneficiaria y cómo hacerlo esté explicado en un manual, así se evitará que el objetivo no se distorsione en la práctica.

También se realizarán los talleres de capacitación dirigido a las mujeres beneficiarias, y los talleres de cocina a las familias de estas mujeres, pero de manera más práctica, donde se les enseñe a cocinar recetas saludables y económicas y se relacione con los temas de interés. Para complementar estas capacitaciones, a través grupos de whats app se compartirá un recetario donde se enseñe a preparar alimentos y un audio que sensibilice sobre los roles del hogar a partir de esta tarea.

Cabe recalcar que esta propuesta no requiere mayor cantidad de fondos por parte de la organización donante, sino que con el presupuesto que viene manejando la organización implementadora para los talleres habituales donde entregan la ayuda a los beneficiarios, se pueda ajustar el monto en base a las cosas que se necesitan para su implementación. Sin embargo, cabe aclarar que esta propuesta será gestionada ante donantes internacionales, a fin de garantizar la ejecución del proyecto.

Se busca que esta propuesta se ejecute en 3 meses con la ayuda del personal que trabaja para el programa que son tanto los focalizadores de la asistencia que pertenecen a la organización implementadora como a la monitora de campo del PMA.

Es importante señalar que, la asistencia alimentaria que entrega el PMA está dirigido a los migrantes y refugiados recién llegados al país, quienes no siempre se quedan en la ciudad y en muchos casos se pierde el contacto una vez entregado la ayuda. Por lo que la evaluación de la propuesta se adaptará a la actividad que realiza el PMA con la organización implementadora de las visitas domiciliarias a las familias beneficiarias. A estas se les hará una encuesta sobre los roles del hogar y la alimentación saludable y de esa manera se sabrá si se ha logrado avances u obstáculos en los cambios deseados.

Realizar este trabajo significó un reto, porque la condición en la que se encuentran las familias recién llegadas al país es precaria y conseguir que frente a tanto estrés puedan hablar sobre los temas de interés desafía a cualquier persona. Al mismo tiempo fue una experiencia que motivó el desarrollo de la propuesta, sobre todo al saber que el trabajo que se ha realizado por varios años no ha alcanzado los resultados esperados y que con estas nuevas ideas el objetivo del programa pueda tener trascendencia.

Referencias

- ACNUR (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados) 2022. *Una evaluación a personas refugiadas y migrantes venezolanas en Ecuador revela sus necesidades más críticas*. Quito: GTRM. <https://bit.ly/43Thcft>
- ACNUR (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados) 2015. *Situación de los migrantes en tránsito*. Suiza: ACNUR. <https://bit.ly/3PpZ0FY>
- Bidegain, Nicole y Coral Calderón. 2018. *Los cuidados en América Latina y el Caribe: Textos seleccionados 2007-2018*. Santiago de Chile: CEPAL.
- Castell, Andrea. 2014. *Género, agroecología y soberanía alimentaria: Perspectivas ecofeministas*. Barcelona: Universidad de Colima.
- Calero, Carla. 2011. *Seguridad alimentaria en Ecuador desde un enfoque de acceso a alimentos*. Quito: FLACSO sede Ecuador.
- CEPAL (Comisión Económica para América Latina y el Caribe) 2023. *Sobre el cuidado y las políticas de cuidado*. Acceso el 17 de marzo 2023. <https://bit.ly/44bLNEJ>
- De la Fuente de Lleras, Cecilia. 2021. *Glosario migración*. Colombia: Instituto Colombiano de Bienestar Familiar.
- Declaración Universal de los Derechos Humanos. 1948. Acceso el 15 de noviembre 2022. <https://bit.ly/3qVrnS6>
- Federici, Silvia. 2004. *Calibán y la bruja. Mujeres, cuerpo y acumulación originaria*. Madrid: Traficantes de sueños.
- FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. 2022. Versión resumida de *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2022*. Adaptación de las políticas alimentarias y agrícolas para hacer las dietas saludables más asequibles. Roma: FAO. <https://doi.org/10.4060/cc0640es>
- FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) 2009. *Cerrar la brecha. El programa de la FAO para la igualdad de género en la agricultura y el desarrollo rural*. Roma: FAO. <https://bit.ly/44vev3J>
- FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) 2011. *Una introducción a los conceptos básicos de la seguridad alimentaria*. Acceso el 10 de enero del 2023. <https://bit.ly/43TpaoE>
- Gil, Sara y Silvia Urdanivia. 2007. *Estudios sobre alimentación y nutrición en México: una mirada a través del género*. México D.F: Universidad Autónoma Metropolitana Xochimilco.
- GTRM (Plataforma Regional Interagencial para Refugiados y Migrantes de Venezuela) 2022. *Seguridad Alimentaria*. Acceso el 15 de febrero 2023. <https://bit.ly/3CJBRGR>
- GTRM (Plataforma Regional Interagencial para Refugiados y Migrantes de Venezuela) 2022. *Capítulo Ecuador – RMRP 2022*. Acceso el 1 de marzo 2023. <https://bit.ly/3NHTugA>
- Herrera, Gioconda. 2013. *Lejos de tus pupilas: Familias transnacionales, cuidados y desigualdad social en Ecuador*. Quito. FLACSO sede Ecuador.
- Mendia, Irantzu y Gloria Guzmán. 2019. *Enfoque de género en los conflictos: hacia una cooperación internacional convergente con la acción feminista por la paz y contra la impunidad*. Bilbao: Creative Commons,

- Parra, María Moreno. 2008. "La Chulla Vida: Gender, Migration, and the Family in Andean Ecuador and New York City". *Íconos* (32): 160-163.
- MIES (Ministerio de Inclusión Económica y Social) 2018. *El cuidado y protección en las familias*. Quito: FLACSO Andes.
- Miller, Claire. 2018. "La desigualdad de género empieza con las tareas de la casa". *The New York Times*. Acceso el 1 de marzo de 2023. <https://n9.cl/7pnsgn>
- Objetivos Desarrollo Sostenible. 2030. *Objetivo 2: Poner fin al hambre*. Acceso el 6 de enero 2023. <https://n9.cl/bj4y>
- Oniang'o Ruth y Edith Mukudi. 2002. *Nutrición y género*. Ginebra: SCN
- Pérez, Amaia. 2019. *Subversión feminista de la economía. Aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida*. Madrid: Traficantes de Sueños.
- PMA (Programa Mundial de Alimentos) 2019. *Venezuela - Evaluación de seguridad alimentaria*. Acceso el 10 de enero del 2023. <https://n9.cl/3po6f>
- PMA (Programa Mundial de Alimentos) 2023. *Una crisis alimentaria mundial. 2023: otro año de precariedades extremas para quienes luchan por alimentar a sus familias*. Acceso el 1 de marzo 2023. <https://n9.cl/jvj52>
- PMA (Programa Mundial de Alimentos) 2023. *Igualdad de género*. Acceso el 8 de febrero del 2023. <https://n9.cl/5e36nv>
- Vizcarra, Ivonne. 2008. *Entre las desigualdades de género: un lugar para las mujeres pobres en la seguridad alimentaria y el combate al hambre*. México D.F: Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

Anexos

Anexo 1. Matriz de sistematización general de campo: mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria recién llegadas al Ecuador

N.	Seudónimo/nombre	Edad	Nacionalidad	Formación	Situación migratoria	Tiempo en Ecuador	Con quién vive	Actividad principal	Característica mínima
1	Tatiana Giraldo	27	venezolana	Bachillerato incompleto	no regularizada	2 meses	pareja e hija de 4 años	desempleada	
2	Eilyn González	31	venezolana	Bachillerato incompleto	no regularizada	1 mes	Pareja y 2 hijos de 1 y 5 años	Vendedora ambulante	Mujer lactante
3	María González	36	venezolana	Secundaria incompleta	no regularizada	3 meses	Pareja y 5 hijos de 13,9,6,3 y 2 años	Vendedora ambulante	
4	Raiza Velaides	22	venezolana	Bachillerato incompleto	No regularizada	2 meses	Pareja y 2 hijos de 1 año y 7 meses	desempleada	Mujer lactante
5	Marianis Bolívar	27	venezolana	Bachillerato incompleto	No regularizada	2 meses	Pareja y 3 hijos de 9,7 y 4 años	Vendedora ambulante	Agredida en su país de origen

Anexo 2. Matriz de sistematización general de campo: mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria con más de 5 meses en Ecuador

N.	Nombre	Edad	Nacionalidad	Formación	Situación migratoria	Tiempo en Ecuador	Con quién vive	Actividad principal	Característica mínima
1	Nioris Luzardo	43	venezolana	bachiller	No regularizado- visa de excepción caducada	3 años	pareja y 2 hijos	Vendedora de comida	emprendedora
2	Ingris Rivera	36	colombiana	bachillerato	refugiada	1 año	Pareja y 2 hijo	Confeción de cosas de tejido a mano	emprendedora
3	Desiree Tovar	29	venezolana	bachillerato	irregular	6 meses	Pareja y 3 hijos	Vendedora de comida	emprendedora
4	Leidy Manzanilla	36	venezolana	universidad	irregular	3 años	Pareja y 4 hijos	Ama de casa	profesional
5	Yuleidi Mujica	30	venezolana	bachillerato	irregular	15 meses	Pareja y 2 hijos y hermano	Ama de casa	

Anexo 3. Guía de preguntas para beneficiarias de la asistencia alimentaria

Bloque 1: relaciones de género en el hogar

Para identificar si reconocen las tareas del hogar como un aporte, así mismo, sobre la toma de decisiones y el manejo de los recursos en el hogar.

1. ¿Cuáles son los miembros de la familia que aportan a la economía del hogar?
2. ¿Cómo administran los ingresos en el hogar?
3. ¿Quién toma las decisiones en el hogar para: manejo de dinero, salida a fiestas o reuniones con amigas de él o de ella y/o de los hijos/as, invitar amigos o amigas a reunirse en casa?
4. ¿Cómo se organizan para las tareas de limpieza del hogar y el cuidado de los niños?

Bloque 2: compra y preparación de alimentos

Para identificar los roles en las tareas que implican la preparación de los alimentos, si existen jerarquías tradicionales de familia, y si existe organización en esta tarea de la alimentación.

1. ¿Quién se encarga de comprar los alimentos para el hogar? ¿Por qué?
2. ¿Compran algún tipo de producto o alimento en especial para el padre o los hombres de la casa?
3. ¿cómo hace la compra de alimentos? ¿planifica o en el punto de venta lo decide?
4. ¿Quién se encarga de preparar los alimentos? ¿Por qué?
5. ¿Cuáles son los horarios de preparación de alimentos? ¿Por qué?
6. ¿Lo que comen a diario quién lo decide? ¿Por qué?
7. ¿Hay alguna comida o bebida favorita del jefe de hogar o de los varones del hogar, y que nadie más toca? ¿Por qué es así?

Bloque 3: consumo

Para identificar el tipo de alimentación que lleva el hogar, también para seguir identificando roles y jerarquía en esta tarea necesaria de la alimentación.

1. ¿Qué alimentos son los que consumen a diario y por qué?
2. ¿Quién sirve la comida y prepara la mesa para el consumo de las comidas diarias?
3. ¿A quién le sirven primero la comida y por qué?
4. ¿Todos comen la misma porción de alimentos?

5. ¿En qué momento comienzan a comer? ¿Cuándo ya está servido todo? ¿O van comiendo poco a poco conforme les van sirviendo? ¿O cuando el padre o la madre les dice que pueden ya comenzar a comer? ¿Por qué?
6. ¿En qué momento se levantan de la mesa? ¿Lo hacen conforme van terminando o cuando madre o padre terminan? ¿Por qué?
7. ¿Quién lleva los platos ya vacíos de la mesa al lavaplatos? ¿Por qué?

Guía de preguntas para la profesional en nutrición y movilidad humana

Bloque 1: migración y alimentación

1. ¿Cómo afecta la migración en la alimentación de las personas?
2. ¿Por qué no todas las personas tienen acceso a la alimentación?
3. ¿Alimentarse saludablemente qué significa?
4. En el caso de los beneficiarios de la asistencia alimentaria ¿cómo pueden alimentarse saludablemente frente a las limitaciones que presenta su contexto migratorio, sobre todo porque relacionan lo saludable con lo más caro?

Bloque 2: género y alimentación

5. ¿Cómo la desigualdad de género afecta la alimentación de las personas?
6. Cree usted que si el proceso de la alimentación: compra, preparación y consumo de alimentos, se convierte en una tarea compartida en el hogar, ¿puede mejorar la alimentación en cada miembro del hogar? ¿Si, no por qué?

Anexo 4. Propuesta de temas a tratar en los talleres de capacitación para las mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria

Pertinencia	Observación
Violencia de género en el hogar	Es importante que las mujeres beneficiarias de la asistencia alimentaria sepan que estar bajo el control de sus parejas o no tener la libertad de decidir u opinar en el hogar es también un tipo de violencia que deben dejar de normalizar.
Violencia de género en el proceso migratorio	Las mujeres en su trayecto migratorio se exponen a diferentes tipos de violencia, sobre todo relacionados a su seguridad física y emocional que es necesario que conozcan para evitar ser víctimas, por ejemplo, con las redes de trata de personas, explotación sexual y laboral, discriminación; etc.
La equidad de género desde la alimentación en el hogar	Es importante que las mujeres conozcan que la alimentación de la familia no solo es su responsabilidad, sino que debe ser una tarea compartida entre todos los miembros del hogar.
La alimentación en el hogar y la violencia de género	Que las mujeres sepan que su alimentación y salud para el bienestar de la familia es importante, será el objetivo de este tema. Si bien su papel de madres les obliga moralmente a disminuir sus raciones de alimentos para que el resto de su familia coma más, no significa que comen mejor. Es necesario enfatizar en la diferencia que existe entre saber alimentarse y solo comer para romper esas ideas que violentan a la mujer.
Alimentación saludable en la familia	Mantener y conservar una buena salud en todas las etapas de la vida, es el objetivo de la alimentación saludable en la familia. Para esto, las mujeres deberán romper ciertos hábitos que han limitado su correcta alimentación en el país de origen y empezar a consumir productos nacionales. Por ejemplo, muchas si no encuentran harina pan para hacer arepas dejan de consumirlas. Cuando pueden preparar arepas de otros productos como la yuca.