

Sacando a la luz la verdad sobre el Valle de la Abundancia

Echando un vistazo al acceso de las comunidades
de minorías y de bajos ingresos a los alimentos saludables en el condado de Santa Clara

Food Empowerment Project

Informe; Agosto de 2010
Food Empowerment Project
Preparado por Lauren Ornelas del
Food Empowerment Project
Con análisis del Humane Research Council

Food Empowerment Project
I: foodispower.org
C.E.: info@foodispower.org
P.O. Box 7322
Cotati, CA 94932

Agradecimientos

Food Empowerment Project se enorgullece de que la encuesta original y este informe los llevaron a cabo voluntarios.

Expresamos nuestro profundo agradecimiento a todos los voluntarios que pasaron incontables horas manejando por el condado de Santa Clara para hacer las encuestas: Mónica Cendejas, Selena Copeland, Perlita Diochea, Corina Dixon, Ryan Frazier, Pedro Hernández, Judy Jones, Jennifer Knapp, Mathew Liebman, Kiel MacDonald, Dana Portnoy, Ellen Sweeney, Laura Toller Gardener, Marta Tope y Zaazil Vázquez.

Gracias también a aquellos que ingresaron los datos en la computadora: Valerie Belt, Salena Copeland, Ryan Frazier, Pedro Hernández, Jennifer Knapp, Mathew Liebman, Kiel MacDonald, Sandy Miller y Dana Portnoy.

Gracias a Ché Green del Humane Research Project por ayudarnos pro bono a desarrollar la encuesta y a analizar los datos para garantizar que los resultados de nuestra investigación fueran sólidos. Apreciamos mucho el trabajo de los editores y examinadores: Mark Hawthorne y los que revisaron la sección de nutrición; Jack Norris, RD y Tracey McQuirter, MPH, Nutricionista de Salud Pública. Gracias a Heather LeGrand por su rápida ayuda con las estadísticas.

Y gracias a las siguientes personas por su apoyo desde el inicio del proceso: Laura Jones de la Oficina de Ken Yeager, Supervisor del Condado de Santa Clara, Ben Yurman-Glaser de la Oficina de Chuck Reed, Alcalde de San José y la Oficina del Asambleísta Joe Coto, así como al mismo Asambleísta Coto por todo su trabajo en nuestras comunidades.

Damos nuestra gratitud más sincera a Valerie Belt, miembro de la Junta Directiva de Food Empowerment Project, por todo su apoyo, guía y habilidades de edición durante todo el proyecto.

Gracias a *A Well-Fed World* por su apoyo y donación para imprimir este informe.

Gracias a Jake Conroy por su mágico diseño y la estructura de este informe.

Gracias a mis colegas de Silicon Valley Toxics Coalition (SVTC) por su apoyo durante este proyecto.

Gracias a Edith M. Williams, Bamidele O. Tayo, Beverly McLean, Ellen Smit, Christopher T. Sempos y Carlos J. Crespo, autores de *Where is the Kale? Environmental Availability of Fruits and Vegetables in Two Racially Dissimilar Communities -¿Y dónde está la col rizada? Disponibilidad Ambiental de Frutas y Vegetales en Dos Comunidades Raciales Disímiles-*, quienes nos dieron ideas sobre cómo empezar nuestra encuesta.

Tome en cuenta que Food Empowerment Project no aboga por el término “hispano” y cuando se ha usado en este informe ha sido siempre en una cita textual. Asimismo, cuando usamos los términos “de bajos o altos ingresos” para describir áreas del condado de Santa Clara, no nos referimos únicamente al ingreso, sino también a los niveles de educación y al origen étnico de las personas (vea el Apéndice A).

(PAGE 3)

Introducción

El Valle del Silicón se conoció una vez como el Valle de la Abundancia por todas sus plantas, flores y huertos de árboles frutales. De hecho, era la región de producción y envasado de frutas más grande del mundo. La historia de nuestro hermoso valle está llena de frutas frescas y abundancia pero en la actualidad, muchas áreas de San José carecen de acceso a dichos alimentos.

Con toda la riqueza del Valle del Silicón, el hecho de que ciertas comunidades no tengan acceso a frutas, verduras y otras alternativas de comidas saludables es una injusticia que no debería aceptarse.

Cuando se trata de los desiertos alimentarios (áreas con acceso limitado a alimentos asequibles y saludables debido a su localización geográfica) y seguridad alimentaria (acceso limitado o incierto a suficiente comida para vivir una vida saludable debido a la falta de dinero), no estamos solos. De acuerdo con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés), en 2008 "... cerca de un tercio de los hogares con inseguridad alimentaria (6.7 millones de hogares o 5.7% de todos los hogares en Estados Unidos) tenían muy baja seguridad alimentaria. Los índices de inseguridad alimentaria fueron sustancialmente más elevados que el promedio nacional en los hogares con ingresos similares o por debajo de la línea de pobreza federal, hogares con niños y encabezados por mujeres u hombres solteros, y en hogares negros e hispanos"¹.

Cuando consideramos las muchas dolencias que surgen como resultado de una dieta carente de frutas y verduras –incluidas la diabetes tipo 2, enfermedades del corazón, cáncer y enfermedades cardiovasculares- es imperativo abordar el tema de forma preventiva ahora y no con mala salud y altos costos médicos más tarde. No hay duda de que comer una dieta con más frutas y verduras es bueno para la salud y, según los resultados de esta encuesta, tampoco hay duda de que existen áreas en San José sin acceso a opciones alimenticias saludables. El ingreso no debería ser un impedimento cuando escogemos comprar alimentos saludables.

¿Quiénes somos?

Fundado en 2006, Food Empowerment Project (F.E.P.) tiene el objetivo de crear un mundo más justo y sostenible a través del reconocimiento del poder de nuestras decisiones con respecto a lo que comemos. Promovemos la elección de comidas saludables, sacando a la luz el abuso de animales en las granjas, el agotamiento de los recursos naturales, las condiciones de trabajo injustas de los trabajadores del campo, y la no disponibilidad de alimentos saludables en áreas de bajos ingresos.

F.E.P. es una organización sin fines de lucro ubicada en San José, California, en el condado de Santa Clara (también conocido como el Valle del Silicón); uno de los condados más ricos del país². Por el momento, F.E.P. es una organización formada únicamente por voluntarios.

Los resultados obtenidos en este informe tienen el objetivo de dar a conocer a las comunidades y a los responsables de formular políticas lo que está ocurriendo en el condado de Santa Clara. También es un excelente punto de partida para trabajar en este asunto en nuestras comunidades ya que sabemos que el consumo de altas cantidades de productos animales afecta negativamente la salud de las personas y del medio ambiente, al igual que el consumo de comidas contaminadas con agroquímicos, los cuales, y tiene un serio impacto sobre los trabajadores que cosechan nuestros alimentos³.

La misión de F.E.P. es animar a las personas a tomar las decisiones más éticas y justas cuando comen, lo que al final resulta ser más saludable para ellos y el planeta. Nos sentimos obligados a averiguar la razón por la que en muchas ciudades de los Estados Unidos parece ser que comer saludable es un privilegio, no un derecho. F.E.P. se ha comprometido a abordar esta desigualdad mediante el uso de datos precisos y las conversaciones con los miembros de las comunidades afectadas. El objetivo es ayudar a determinar cuál

es la mejor manera de lograr un cambio, ya que las personas que viven en dichas comunidades son quienes conocen mejor las circunstancias y las necesidades de sus vecindarios.

“Con toda la riqueza del Valle del Silicón, el hecho de que ciertas comunidades no tengan acceso a frutas, vegetales y otras alternativas de comidas saludables es una injusticia que no debería aceptarse”.

(PAGE 4)

Los Asuntos

Justicia Ambiental/Racismo Ambiental

En 1991, la Primera Cumbre Nacional de Liderazgo Ambiental de las Personas de Color redactó y adoptó 17 principios de justicia ambiental (si desea leer todos los principios, visite: <http://www.ejnet.org/ej/principles.html>). En esencia, la justicia ambiental incluye dónde “vivimos, trabajamos, jugamos, vamos a la escuela (y a veces, rezamos).”

El racismo ambiental incluye las consecuencias –intencionadas y no intencionadas- de las regulaciones ambientales que comúnmente son permisivas, selectivas y a veces incluso no endorsadas en lo absoluto y que directamente impactan a las personas de minorías.

La carencia de comidas saludables en comunidades de minorías y comunidades de bajos ingresos es algo que Food Empowerment Project considera una forma de racismo. Términos simples como “desiertos alimentarios” y “seguridad alimentaria” no deberían enmascarar el enorme problema que es una realidad para muchos que viven en los Estados Unidos.

La Salud de las Comunidades de Minorías en California

Los siguientes datos se publicaron en un informe del Grupo Legislativo de Trabajo sobre la Diabetes y la Obesidad de la Legislatura de California en enero de 2009:

- “Los afroamericanos son 1.8 veces más propensos a tener diabetes que los blancos no hispanos. Se estima que 2.5 millones de todos los hispanos/latinoamericanos mayores de 20 años tienen diabetes. Los mexicanoamericanos son 1.7 más propensos a tener diabetes que los blancos no hispanos”.

- “Aproximadamente 1.8 millones de californianos (7%) tienen diabetes... La prevalencia de diabetes es más alta entre los latinos, los afroamericanos y los indígenas americanos que entre los caucásicos. A casi un 37% de los latinos se les diagnostica diabetes antes de cumplir los 40 años. Sólo el 20.4% de

sus contrapartes caucásicos reciben este diagnóstico.

- “... californianos con bajos ingresos tienen una mayor prevalencia de diabetes”

- “Las tasas de mortalidad asociadas con la obesidad y la diabetes son mayores entre las poblaciones minoritarias. De todos los grupos raciales y étnicos, los indígenas americanos y los indígenas de Alaska mueren a edad más temprana -68.2 años- debido a la diabetes. Esto es 6.4 años más jóvenes que los caucásicos. Noventa y siete punto seis de cada 100,000 afroamericanos mueren de diabetes cada año; muchos más que en cualquier otro grupo racial”

Un estudio en la revista *Health Affairs* informó que “las personas de bajos ingresos y las personas de minorías han sido particularmente afectadas: sufren de tasas desproporcionadamente altas de obesidad, sobrepeso (sic), diabetes y enfermedades del corazón⁴⁷”.

(PAGE 5)

Diabetes

En 2007, la tasa estimada de adultos con diabetes en el condado de Santa Clara era de 7.2%⁵; en el año 2009 la tasa se había incrementado al 8%⁶.

El Centro de Información Nacional de la Diabetes (N.D.I.C., por sus siglas en inglés) ha demostrado que entre el 90% y el 95% de las personas con diabetes sufre de diabetes tipo 2; la forma más común. Esta enfermedad es típicamente de aparición tardía y es causada por una dieta no saludable y la falta de actividad física. Aproximadamente el 80% de las personas que sufren de diabetes tienen sobrepeso⁷. Hay un riesgo mayor de padecer enfermedades cardiovasculares entre los adultos con diabetes, y el N.D.I.C. indica que el 65% de las personas con diabetes muere de enfermedades del corazón o apoplejías⁸. Dado que una herramienta importante para el manejo de la diabetes es el consumo de alimentos saludables, la salud de aquellos que no tienen acceso a estos alimentos sufre un impacto considerable.

Obesidad

La Junta de Supervisores del Condado de Santa Clara ha tomado un importante primer paso para empezar a abordar el asunto de la obesidad al prohibir a las tiendas de comida rápida ubicadas en las áreas no incorporadas del condado de Santa Clara que regalen juguetes con las comidas de sus menús si dichas comidas no cumplen con los estándares básicos de nutrición. La comida barata es ciertamente uno de los culpables en lo que respecta a los problemas de salud en los Estados Unidos. En 2004, un estudio publicado en la revista médica *The Lancet* indicaba que “por ejemplo, en los Estados Unidos, dado que la comida se ha vuelto más barata en las últimas décadas, especialmente los alimentos con alto contenido de grasas y azúcar, las tasas de obesidad han aumentado. Y las tasas de obesidad entre los pobres, quienes son más propensos a depender de alimentos altos en grasa y azúcar en sus comidas, son sustancialmente más altas que las tasas de los grupos con mayores ingresos”.⁹

Está claro que las dietas saludables pueden ser costosas. Adam Drewnoski, Director del Centro de Nutrición en la Salud Pública de la Universidad de Washington, Seattle ha dicho: “La obesidad es un problema de bajos ingresos, sin embargo, ofrecemos soluciones para la clase media. Decimos que es necesario comer más frutas y verduras y que hay que hacer más ejercicio. Bueno, si usted vive en un centro urbano, no va a empezar a comer mangos y a jugar tenis repentinamente”.¹⁰

Drewnoski también indicó que las personas por lo general piensan que las comunidades de bajos ingresos tienen mucho tiempo de ocio en sus manos, pero a muchos allí “les falta tanto el tiempo como les falta el dinero”.¹¹

Lo que a menudo no se toma en cuenta es que muchas de esas personas que viven en comunidades de bajos ingresos trabajan largas jornadas, viajan durante varias horas para llegar al trabajo (muchas veces usando distintos medios de transporte público) y algunos tienen más de un trabajo. En consecuencia, muchos no tienen tiempo para desplazarse largas distancias en busca de opciones saludables o incluso de preparar comidas.

“La falta de alimentos saludables en las comunidades de minorías y de bajos ingresos es algo que Food Empowerment Project considera un tipo de racismo ambiental”.

La Importancia de las Frutas y las Verduras

Al tener en cuenta que una dieta alta en frutas y verduras reduce el riesgo de obesidad, diabetes y algunos tipos de cáncer, no es sorprendente que las comunidades de minorías y de bajos ingresos que no tienen acceso a dichos alimentos estén en peligro de adquirir enfermedades fácilmente prevenibles.

De acuerdo con el Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC¹²):

- Las dietas saludables ricas en frutas y verduras pueden reducir el riesgo de cáncer y otras enfermedades crónicas.
- Las frutas y verduras también proporcionan vitaminas y minerales esenciales, fibra y otras sustancias importantes para la buena salud.
- La mayoría de las frutas y verduras tienen un contenido naturalmente bajo en grasas y calorías y llenan el estómago.

Entonces, ¿por qué las comunidades de minorías y las comunidades de bajos ingresos están en una desventaja distintiva con respecto a estos alimentos y cómo es que dicha desventaja afecta a las personas en estas comunidades?

(PAGE 6)

¿Por qué hicimos este estudio?

Un informe hecho público en enero de 2007 por el Centro Californiano para la Promoción de la Salud Pública, indicó que el condado de Santa Clara tenía un número de restaurantes de comida rápida y tiendas de conveniencia más de 4 superior al de supermercados y tiendas de venta de verduras¹³. Estudios similares han llegado a la conclusión de que las comunidades de minorías y de bajos ingresos están en desventaja con respecto al acceso a los mismos alimentos saludables disponibles en áreas con ingresos más altos. Queríamos saber si en realidad esto estaba pasando tan cerca de nosotros.

Sabíamos que recoger nuestros propios datos no solamente nos daría una perspectiva más personal de las distintas comunidades, sino que también proveería resultados que podríamos usar y compartir con el vecindario y con los activistas comunitarios con el propósito de discutir con los diseñadores de políticas a todos los niveles gubernamentales la necesidad de asegurar el acceso a alimentos saludables a todas las personas.

Realizamos esta encuesta para obtener respuestas a las siguientes preguntas:

1. ¿Existen diferencias en el acceso a las frutas y a las verduras entre los que viven en áreas de mayores ingresos y los que viven en áreas de menores ingresos en el condado de Santa Clara? Si es así, ¿qué tan significativas son esas diferencias?
 2. ¿Cuáles son las diferencias en los tipos de tiendas de comestibles (por ejemplo, supermercados vs. licorerías) disponibles en áreas de mayores ingresos y en áreas de menores ingresos en el condado de Santa Clara?
 3. ¿Cómo difiere el acceso a los productos alimenticios saludables (por ejemplo, frutas, verduras, alimentos alternativos a las carnes, la leche y sus derivados) entre las áreas de mayores ingresos y las áreas de menores ingresos en el condado de Santa Clara?
 4. ¿Cómo difieren otros factores -incluidos la calidad de los productos, limpieza de las tiendas, promoción de alcohol y tabaco, etc.- entre las áreas de mayores ingresos y las áreas de menores ingresos en el condado de Santa Clara?
-

Metodología de la Encuesta

Para entender mejor la relación entre ingreso y salud y evaluar la disparidad en el acceso a los alimentos saludables, Food Empowerment Project llevó a cabo encuestas en establecimientos de alimentos en el condado de Santa Clara, California. Además de ser un área accesible para los encuestadores voluntarios de F.E.P., el condado de Santa Clara es un lugar excelente para este tipo de investigación debido a la diversidad de su población. Para contrastar las diferencias entre comunidades con relativos altos ingresos y poblaciones de bajos ingresos en el condado, F.E.P. seleccionó un pequeño número de secciones censales con base en una combinación de tres criterios: nivel educativo, origen étnico y niveles de pobreza.

Las secciones censales que se encuestaron se localizan en ocho de las 15 ciudades independientemente incorporadas al condado de Santa Clara. Estas secciones representan las áreas con mayores y menores ventajas de acuerdo con el ingreso, la educación y el origen étnico. Aquellas que representan “áreas de bajos ingresos” (según se describen en la nota al inicio de este estudio) incluyen los hogares de **individuos que, en promedio, tienen significativamente menos años de educación*, son más** propensos a vivir bajo la línea federal de pobreza y a pertenecer a minorías étnicas (individuos no blancos) en comparación con el condado en general. En contraste, las secciones censales que representan sectores con mayores ingresos tienen poblaciones con muchos más años de estudios, son menos propensas a vivir bajo la línea federal de pobreza y son predominantemente blancas comparadas con el resto del condado de Santa Clara. En el Apéndice A se pueden consultar las definiciones y una lista completa de las secciones censales, así como los códigos postales de las localidades incluidas en la muestra de la encuesta de F.E.P.

A partir de la información obtenida en ReferenceUSA®, una base de datos con 14 millones de entradas sobre negocios estadounidenses, F.E.P. encuestó todos los locales relacionados con la venta de alimentos en las secciones censales de interés. Esta base de datos utiliza el Sistema de Clasificación de la Industria Norteamericana (N.A.I.C.S., por sus siglas en inglés) para categorizar los puestos de venta de alimentos. Nuestras secciones censales incluyeron: supermercados, tiendas de conveniencia, licorerías, mercados de carne y mercados de frutas y verduras. La encuesta no abarcó restaurantes u otros negocios dedicados a servir comidas. El sistema de clasificación N.A.I.C.S. no hace diferencia entre los supermercados y las pequeñas tiendas de comestibles. Sin embargo, los voluntarios de F.E.P. separaron los supermercados de servicio completo de estas pequeñas tiendas de comestibles (ver Apéndice B). Los voluntarios pudieron determinar que 15 de los locales mencionados por ReferenceUSA® estaban cerrados y se omitieron de esta muestra (se hizo lo mismo con los locales que cerraron después de la recolección de datos). También se omitieron once registros duplicados.

Además de lo anterior, dos locales se rehusaron a cooperar con la encuesta de F.E.P. F.E.P. está al tanto de que nuevos locales de alimentos han abierto recientemente en las áreas que cubre este estudio, pero no hay disponible un conteo exacto de esos nuevos locales.

Las áreas de mayores ingresos que encuestamos en el condado de Santa Clara incluyeron una o más secciones censales en las siguientes ciudades:

- Campbell
- Los Altos
- Los Gatos
- Morgan Hill
- Palo Alto
- San José
- Santa Clara
- Saratoga

Todas las regiones de bajos impuestos pertenecen a secciones censales de San José.

Entre las ciudades del condado de Santa Clara que no se incluyeron en esta encuesta se encuentran Cupertino, Gilroy, Los Altos Hills, Milpitas, Monte Soreno, Mountain View y Sunnyvale.

(PAGE 7)

Resultados de las Encuestas

I. Supermercados vs. Pequeñas Tiendas de Comestibles

Nuestra encuesta encontró que en las áreas de mayores ingresos hay el doble de supermercados grandes que en las comunidades de menores ingresos, mientras que las dos áreas tienen más o menos el mismo número de tiendas de conveniencias. Las zonas de mayores ingresos tienen 2.4 veces más supermercados grandes per cápita en comparación con las zonas de menores ingresos. Aún más, las áreas de menores ingresos tienen cerca del doble de licorerías y 50% más carnicerías que las áreas de mayores ingresos.

A partir de los datos de nuestra encuesta (ver Apéndice B), las gráficas de abajo revelan la falta de transparencia al comparar las proporciones de supermercados grandes en las áreas de menores y mayores ingresos. Como se ve en la gráfica del Resumen A, cuando se trata de locales clasificados como supermercados por el Sistema de Clasificación de la Industria Norteamericana del gobierno de los Estados Unidos, las dos áreas tienen una proporción comparable de dichos locales en relación con la totalidad de los locales de alimentos encuestados. Sin embargo, cuando hacemos un conteo más específico y realista de supermercados con base en su tamaño (clasificados manualmente en grandes o pequeños por los voluntarios de F.E.P.) como se ve en la gráfica del Resumen B, las áreas de mayores ingresos contaban, proporcionalmente, con más del doble de supermercados *grandes*. Además, mientras los supermercados grandes representan el 57.1% de todos los locales de supermercados clasificados en las áreas de mayores ingresos, solo un 22.2% de los supermercados en las zonas de ingresos menores se pueden considerar como grandes. La disparidad es considerable y muestra que las personas que viven en áreas de menores ingresos dependen de pequeños mercados esquineros mientras que los habitantes de las zonas más acaudaladas tienen acceso a tiendas de comestibles grandes. Claramente, la actual codificación para supermercados establecida por la N.A.I.C.S. opaca las diferencias entre las tiendas de comestibles pequeñas y las grandes que cuentan con una amplia variedad de opciones de frutas y verduras.

(Chart/Summary A)

Resumen A: Proporcionalidad de los supermercados encuestados de acuerdo con la codificación original de N.A.I.C.S.

Menores Ingresos: 55.4%

Mayores ingresos: 56.0%

Menores Ingresos tienen 36 supermercados de un total de 65 locales de venta de alimentos encuestados, lo que representa un 55.4%

Mayores Ingresos tienen 28 supermercados de un total de 50 locales de alimentos, lo que representa un 56.0%

(Chart/Summary B)

Resumen B: Proporcionalidad ajustada de la codificación NAICS de los supermercados encuestados

Menores Ingresos: 12.3%

Mayores Ingresos: 32.0%

Menores Ingresos tienen 8 supermercados grandes de un total de 65 locales de venta de alimentos encuestados, lo que representa un 12.3%

Mayores Ingresos tiene 16 supermercados grandes de un total de 50 locales de venta de alimentos, lo que representa un 32.0%

II) Productos Agrícolas

Para evaluar la disponibilidad de productos agrícolas de manera congruente, F.E.P. hizo un seguimiento de una selección estándar de frutas y verduras en cada sección censal, incluyendo una variedad de artículos como manzanas, moras, chayotes, uvas, guayabas, naranjas, aguacates, pimientos campana, brécol, quelites, col rizada, nopales, espinacas y calabacines. En el Apéndice D se puede consultar una lista completa de los artículos incluidos en el instrumento de la encuesta.

Todos los tipos de frutas y verduras cubiertos por la encuesta se encuentran disponibles más comúnmente en las zonas de mayores ingresos, excepto las frutas y verduras enlatadas (no orgánicas), que están igualmente disponibles en los vecindarios de mayores y menores ingresos. Los habitantes de las zonas de mayores ingresos tienen un mayor acceso a los productos agrícolas frescos, congelados y orgánicos. En la siguiente tabla se resume la disponibilidad de frutas y verduras en ambas zonas encuestadas.

Porcentaje de locales con productos agrícolas
(Promedios para cada categoría)

	Áreas de Bajos Ingresos (N=65)	Áreas de Mayores Ingresos (N=50)
Frutas frescas no orgánicas	17.3%	33.7%
Frutas frescas orgánicas	0.1%	8.3%
Verduras frescas no orgánicas	16.1%	32.5%
Verduras frescas orgánicas	0.0%	11.5%
Frutas congeladas no orgánicas	1.2%	17.2%
Frutas congeladas orgánicas	0.0%	6.2%
Verduras congeladas no orgánicas	3.1%	18.1%
Verduras congeladas orgánicas	0.1%	6.9%
Frutas enlatadas no orgánicas	22.6%	23.3%
Frutas enlatadas orgánicas	0.0%	2.7%
Verduras enlatadas no orgánicas	28.3%	30.4%
Verduras enlatadas orgánicas	0.5%	3.9%

(PAGE 8)

En promedio, las áreas de mayores ingresos cuentan con el doble de locales que venden frutas y verduras frescas en comparación con las áreas de menores ingresos.

La disparidad en cuanto a los productos congelados es incluso más alta: las áreas de mayores ingresos tienen disponibles catorce veces más locales con frutas congeladas y seis veces más locales con verduras congeladas. El acceso a los productos enlatados es prácticamente igual en ambos tipos de comunidades.

Además de ser, por lo general, menos comunes en las áreas de menores ingresos, la *variedad* de productos agrícolas disponibles en estas áreas es también limitada en comparación con la que se encuentra en las tiendas localizadas en las áreas de mayores ingresos.

Productos Orgánicos

Encontramos que el acceso a frutas y verduras orgánicas en las áreas de menores ingresos es prácticamente inexistente y representa la mayor disparidad entre los dos tipos de áreas encuestadas (ver Gráfica A). Los productos –frutas y verduras- no orgánicos resultaron ser más accesibles a los dos grupos, aunque aquí también se encontraron disparidades significativas (ver Gráfico B).

Aceso a Frutas y Verduras Orgánicas

Frutas frescas orgánicas 0.1% (red bar) – 8.3% (blue bar)
Verduras frescas orgánicas 0.0% (red bar) – 11.5% (blue bar)
Frutas congeladas orgánicas 0.0% (red bar) – 6.2% (6.2% blue bar)
Verduras congeladas orgánicas 0.0% (red bar) – 6.9% (blue bar)
Frutas enlatadas orgánicas 0.0% (red bar) – 2.7% (blue bar)
Verduras enlatadas orgánicas 0.5% (red bar) – 3.9% (blue bar)

Red Bar: Áreas de Menores Ingresos

Blue Bar: Áreas de Mayores Ingresos

Gráfico A: Las comunidades de bajos ingresos carecen esencialmente de acceso a productos orgánicos.

Aceso a Frutas y Verduras No Orgánicas

Frutas frescas no orgánicas 17.3% (red bar) – 33.7% (blue bar)
Verduras frescas no orgánicas 16.1% (red bar) – 32.5% (blue bar)
Frutas congeladas no orgánicas 1.2% (red bar) – 17.2% (blue bar)
Verduras congeladas no orgánicas 3.1% (red bar) – 18.1% (blue bar)
Frutas enlatadas no orgánicas 22.6% (red bar) – 23.3% (blue bar)
Verduras enlatadas no orgánicas 28.3% (red bar) – 30.4% (blue bar)

Red Bar: Áreas de Menores Ingresos

Blue Bar: Áreas de Mayores Ingresos

Gráfico B: Ambos grupos tienen más acceso a productos no orgánicos, aunque las disparidades continúan siendo significativas.

Costo

Aunque fue difícil determinar la diferencia de costo entre las dos áreas, una de las diferencias más impactantes fue que en las tiendas de conveniencia y en las licorerías no había etiquetas que indicaran los precios de una gran mayoría de los productos frescos y enlatados ofrecidos. Esto significa que no había claridad en los precios. En otras palabras, el cliente está a merced de la persona detrás del mostrador quien podría determinar a su antojo el costo de un artículo en particular. En nuestra opinión, esto conduce a que el cliente sea un rehén de los caprichos del empleado de la tienda. Fue una buena señal encontrar productos frescos en estas tiendas aunque en la mayoría de los locales, la persona que atendía detrás del mostrador parecía fijar el precio en el momento debido a la falta de etiquetas.

Calidad

Los voluntarios de F.E.P. también evaluaron la calidad (es decir, la frescura) de la oferta de productos (si los hubo) en todos los locales con base en las siguientes categorías: excelente, buena, aceptable y pobre. Como ocurrió con la disponibilidad de frutas y verduras, la calidad fue significativamente diferente entre las dos áreas encuestadas.

La calidad de los productos en las áreas de mayores ingresos se calificó como “excelente” o “buena” en la mayoría de los locales (52%) en comparación con menos de un tercio (30%) en los locales en las áreas de menores ingresos. Siete de diez locales en las áreas de menores ingresos recibieron una calificación de calidad de producto de “aceptable” (36%) o “pobre” (34%).

La encuesta también incluyó la pregunta: “¿Ofrece la tienda instalaciones limpias e higiénicas para la venta de frutas y verduras?”. La respuesta fue “Sí” en un poco más del tercio de los locales en las áreas de menores ingresos (35%), lo cual corresponde a un poco más de la mitad de las respuestas positivas en los locales en las áreas de mayores ingresos (61%). Por lo tanto, además de que su acceso a los productos agrícolas es menor y estos son de menor calidad, los habitantes de las áreas de menores ingresos se ven obligados a comprar en tiendas menos higiénicas. Cuando hablamos de acceso a alimentos saludables, las desigualdades entre estas áreas son muchas.

III) Alternativas a las Carnes y a los Productos Lácteos

La falta de alternativas a las carnes y a los productos lácteos (como hamburguesas vegetales, tofu, leche y helados de origen vegetal) en las comunidades de minorías y de bajos ingresos representa un tipo de injusticia que muchos no se detienen a considerar aun cuando limita las opciones del consumidor. (En el Apéndice D se puede consultar una lista completa de las alternativas incluidas en la encuesta).

Hay una enorme cantidad de evidencia que demuestra que una dieta con alto consumo de productos animales aumenta el riesgo de padecer serios problemas de salud y que “los vegetarianos tienen menos riesgo de desarrollar obesidad, enfermedad coronaria del corazón (la cual causa ataques al corazón), presión alta, diabetes mellitus y algunas formas de cáncer¹⁴”.

La intolerancia a la lactosa es también un asunto que se debe analizar. De acuerdo con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, “La tendencia a sufrir de intolerancia a la lactosa parece tener un componente genético, y hay poblaciones específicas que muestran altos niveles de intolerancia, incluyendo aproximadamente 95 por ciento de asiáticos, de 60 a 80 por ciento de los afroamericanos y judíos askenazi, 80 a 100 por ciento de los indígenas americanos y de 50 a 80 por ciento de los hispanos. La intolerancia a la lactosa es menos común entre la personas de origen noreuropeo, quienes tienen un prevalencia de intolerancia del dos por ciento¹⁵”.

(PAGE 9)

Cuando consideramos que muchas personas de minorías son intolerantes a la lactosa, la falta de alternativas a los productos lácteos tiene serias implicaciones para la salud, entre ellas:

- dolor abdominal
- gas
- diarrea
- náusea

Aunque el enfoque principal de la encuesta de F. E. P. no fue la disponibilidad de alternativas a la carne y a los productos lácteos, este es un componente relevante en el tema del acceso a los alimentos saludables. Aquí nuevamente encontramos una disparidad en el acceso entre las áreas de menores y mayores ingresos. Específicamente, mientras que en las áreas de mayores ingresos encontramos más de un quinto de los locales que ofrecían alternativas a las carnes (22%), en las áreas de menores ingresos solo un 2% de las tiendas ofrecía estos productos. Similarmente, el 18% de las tiendas de alimentos localizadas en áreas de mayores ingresos ofrecía alternativas veganas mientras que menos del 1% de los locales en las áreas de menores ingresos ofrecía esta opción.

Las alternativas a los productos lácteos son esenciales desde el punto de vista de la salud, en parte debido a la alta incidencia de intolerancia a la lactosa entre las minorías étnicas. Sin embargo, estas alternativas, como la leche de soya y la leche de arroz, solo estaban a la venta en el 3% de los locales ubicados en las áreas de menores ingresos (las que tienen proporcionalmente una mayor población mayores de minorías étnicas) en comparación con un 23% en los locales de las áreas de mayores ingresos. Sólo el 1% de los locales ubicados en las áreas de menores ingresos tenían alternativas veganas a los productos lácteos mientras que un 21% de locales en las áreas de mayores ingresos ofrecía esta opción.

IV) Otros Asuntos

Además de evaluar la disponibilidad de productos agrícolas y alternativas a las carnes y a los lácteos, la encuesta de F.E.P. también logró analizar la disponibilidad de otros productos relacionados con los alimentos saludables y los estilos de vida (frutas secas, legumbres, alcohol y tabaco, por ejemplo). Las diferencias entre las áreas de mayores y menos ingresos fueron significativas pero variadas. Los locales en las áreas de mayores ingresos presentaron una mayor probabilidad de vender frutas secas en bolsas o a granel y de vender todo tipo de alcohol (licor, cerveza y vino).

Sin embargo, los locales en las áreas de menores ingresos tuvieron una probabilidad mayor de vender frijoles en bolsas o a granel y una probabilidad levemente mayor de vender productos de tabaco. La tabla siguiente desglosa las diferencias específicas para esta sección de la encuesta.

Pregunta de la Encuesta	Áreas de menores ingresos (N= 65)	Áreas de mayores ingresos (N=50)
¿El local vende fruta seca en bolsa o a granel?	37.5%	56.3%
¿El local vende frijoles secos en bolsa o a granel?	69.8%	43.5%
¿El local vende licor?	59.4%	74.0%
¿El local vende cerveza?	72.3%	90.0%
¿El local vende vino?	58.7%	84.0%

¿El local vende productos de tabaco?	76.9%	73.5%
--------------------------------------	-------	-------

“Además de que, en general, la disponibilidad de productos agrícolas es menor en las áreas de menores ingresos, su variedad también es limitada en esos lugares en comparación con los locales en las áreas de mayores ingresos”.

Otros Hallazgos

Finalmente, la encuesta de F.E.P. incluyó otras preguntas relacionadas con los alimentos saludables, como la ubicación de los productos, la señalización, la aceptación de los cupones de alimentos, etc. Estos elementos se resumen en la siguiente tabla. Es interesante notar que en las áreas de mayores ingresos, solo el 12% de las licorerías que vendían artículos alimenticios aceptaban cupones de alimentos, mientras que en las zonas de menores ingresos, cerca de la mitad (54%) de las licorerías aceptaban dichos cupones.

Hay que resaltar que la venta de alimentos es más común en las licorerías en las áreas de menores ingresos, en las que dichas tiendas son una fuente importante de alimentos debido a la ausencia de otras opciones.

Veintiocho por ciento de los locales en las áreas de mayores ingresos tenían barras de ensaladas o ensaladas preparadas en comparación con un 3% en las áreas de menores ingresos.

Pregunta de la Encuesta	Áreas de menores ingresos (N= 65)	Áreas de mayores ingresos (N=50)
¿Tienen el local una barra de ensaladas o vende ensaladas preparadas?	3.1%	28.0%
¿Hay promoción de frutas y verduras cerca del frente de la tienda o en los extremos de los pasillos?	9.4%	44.7%
¿Hay promoción de productos alternativos a la carne y a los lácteos cerca del frente de la tienda o en los extremos de los pasillos?	3.1%	10.0%
¿Hay letreros afuera de la tienda que promocionen la venta de productos alcohólicos o tabacaleros?	46.8%	35.4%
¿Tiene la tienda una gran cantidad de carne y leche a la venta pero relativamente pocas frutas, verduras o productos alternativos?	13.8%	29.5%
¿Tiene la tienda información o vende literatura acerca del vegetarianismo o el veganismo?	0.0%	4.3%
¿Tiene el local un ambiente limpio e higiénico apropiado para la venta de frutas y verduras frescas?	35.2%	60.5%

¿Tiene la tienda una sección separada para productos orgánicos o “alimentos saludables”?	0.0%	22.4%
¿Tiene la tienda información acerca de la intolerancia a la lactosa o alternativas a los productos lácteos?	0.0%	6.1%
¿Acepta cupones de alimentos?	64.0%	56.1%

(PAGE 10)

Recomendaciones

En una comunidad con una población y necesidades diversas, nunca habrá una sola solución que resuelva todos los problemas, pero si los diseñadores de políticas, las corporaciones y las comunidades (en el entendido de que la opinión de las comunidades locales debería tener más peso en este asunto) trabajaran juntos, tendrían la capacidad de contribuir a la resolución del problema del acceso a los alimentos saludables haciendo acopio de diversos recursos.

Es necesario involucrar directamente a la comunidad si se quiere dar una solución satisfactoria a este problema y garantizar que todos tengan acceso a los alimentos saludables. Imponer soluciones a las personas sin haber consultado antes su opinión les hará un flaco servicio. Food Empowerment Project espera con ansias poder trabajar con los miembros de la comunidad, con grupos e iglesias para encuestar a los residentes de las áreas en mayor necesidad. Armados con los aportes de la comunidad, estaremos en una mejor posición para ayudarlos a ganar un acceso más conveniente a los alimentos saludables.

Como mencionaremos en la sección “Próximos Pasos”, los siguientes son ejemplos de información que nos gustaría obtener de los miembros de la comunidad:

- los tipos de alimentos a los que no tienen acceso
- si tienen o no acceso a tierra en la cual sembrar sus propios alimentos
- si están interesados en recibir clases para aprender a cultivar sus alimentos
- dónde hacen la mayoría de sus compras
- su nivel de interés en los mercados de los pequeños agricultores
- si estarían interesados en cultivar y vender productos agrícolas

Las recomendaciones que proponemos seguidamente requerirán trabajar en conjunto con los diseñadores de políticas para lograr la implementación de los cambios.

I) Disponibilidad de tierra

Animamos a las ciudades y al condado a hacer un estudio de la tierra disponible que podría convertirse en huertos urbanos en las áreas de mayor necesidad.

II) Exigir la marcación de precios

Animamos a las ciudades y a los condados a exigir que los precios de los artículos comestibles sean visibles al consumidor ya que muchas de las tiendas de conveniencia y licorerías incluidas en nuestro estudio no tenían los precios marcados. Entendemos que esto puede consumir mucho del tiempo a los pequeños locales, pero el actual método para fijar el costo de los alimentos es arbitrario y deja a los consumidores vulnerables al abuso cuando tratan de tomar decisiones saludables.

III) Clarificar la definición de Supermercado y otras Tiendas de Comestibles

Parte del problema es la clasificación de locales que venden alimentos del Sistema de Clasificación de la Industria Norteamericana (N.A.I.C.S. es el estándar utilizado por agencias estadísticas federales para clasificar negocios). Según la codificación de N.A.I.C.S.¹⁶, las pequeñas tiendas esquineras se agrupan estadísticamente en la misma categoría que Safeway, Whole Foods Market, etc. En otras palabras, una comunidad sin supermercado y con dos tiendas de comestibles esquineras que expenden alcohol y artículos alimentarios se consideraría como una comunidad que posee dos locales de venta de alimentos, a pesar de que la variedad de tales alimentos puede ser en extremo limitada y consistir principalmente de comida chatarra.

Animamos al gobierno federal a clarificar esta definición para que la información estadística con respecto al acceso de las comunidades a los supermercados en regla y a las tiendas de comestibles sea realista y transparente, y que no esté sesgada de tal manera que incluya tiendas que ofrecen pocas opciones alimenticias saludables o ninguna.

(PAGE 11)

Próximos Pasos

El trabajo de Food Empowerment Project no habrá finalizado con este estudio. Nuestra meta es regresar a las comunidades que sufren las mayores disparidades (idealmente tres y, según nuestro estudio, todas estarían en San José) y encuestar a los miembros de dichas comunidades en entrevistas de grupo con el objetivo de comprender mejor su situación y sus necesidades. Esperamos poder trabajar en esto con grupos comunitarios e iglesias localizadas en esas áreas.

Nos gustaría recabar información sobre cómo los miembros de la comunidad hacen sus compras; qué les ayuda a determinar lo que compran; qué tan a menudo comen en casa; cuáles son las opciones que ofrece su vecindario y qué aseguraría que se alimenten más saludablemente (huertos caseros, más productos agrícolas en las tiendas de conveniencia, tiendas de comestibles en toda regla, etc.).

La participación y el involucramiento de la comunidad estarán marcados por un componente cultural y un sentimiento de orgullo que nace en las personas al darse cuenta de que hay aspectos de su salud y de sus vidas sobre los que pueden ejercer un control efectivo. El resultado ideal de este proceso sería abordar el problema de la falta de acceso a los alimentos saludables a través de huertos caseros y de la autosuficiencia.

Un componente posterior incluiría ofrecer información acerca de los hábitos alimenticios saludables y clases de cocina, así como comprender lo que involucra la justicia alimentaria.

“Si los diseñadores de políticas, las corporaciones y las comunidades trabajaran juntos, tendrían la capacidad de contribuir a la resolución del problema del acceso a los alimentos saludables haciendo acopio de diversos recursos”

Discusión

Food Empowerment Project dirige su trabajo a prevenir las injusticias contra los animales, los trabajadores, las comunidades afectadas y el medio ambiente. Sabemos que proporcionar opciones alimentarias libres de productos animales cobra aún mayor importancia cuando los consumidores se percatan de los abusos a los que la industria alimentaria somete a los animales y del impacto que el consumo de productos de origen animal tiene sobre el medio ambiente y sobre su salud. Miles de millones de animales se crían de forma industrial para servir de alimento¹⁷ o se extraen de los océanos. Los animales en los criaderos industriales viven en condiciones miserables en las que muchas veces les es imposible siquiera dar un paso o darse la vuelta. También parece que con bastante frecuencia aparecen informes en los que se abordan los efectos de las dietas basadas en el consumo de animales sobre nuestro medio ambiente. Se cita, por ejemplo, las grandes cantidades de agua que se necesitan para una mantener una dieta a base de carnes¹⁸ así como la contaminación que afecta a nuestras fuentes de agua y al aire¹⁹. Los consumidores informados simplemente quieren tomar decisiones éticas y tener acceso a alternativas alimentarias.

Aunque creemos que todos debemos tener la oportunidad de elegir alimentarnos de forma más ética, tampoco podemos ignorar que existe un creciente consenso en cuanto a que los agroquímicos que se usan en la agricultura convencional para producir frutas y verduras causan daños a la salud humana, y que por tal razón es importante hacer que los productos orgánicos sean accesibles en todas las áreas.

El Grupo de Trabajo Ambiental (E.W.G., por sus siglas en inglés) encontró que las personas que comieron cinco frutas o verduras al día incluidas en la lista de “la docena sucia” (cultivo tradicional de apio, durazno, fresa, manzana, moras, nectarinas, pimientos, espinaca, col rizada, cerezas, papas y uvas

importadas) “consumen en promedio 10 pesticidas al día”²⁰. Por lo tanto, los productos agrícolas cultivados de manera orgánica juegan un importante papel cuando se trata de comer alimentos saludables.

Sin embargo, nuestro mayor interés al investigar el tema del acceso a las opciones de alimentos orgánicos en las comunidades de minorías y de menores ingresos se relaciona con el hecho de que la mayoría de los trabajadores del campo están expuestos a los agroquímicos usados en la práctica agrícola tradicional y sufren intoxicaciones debido a ellos²¹. Hombres, mujeres y niños trabajan en los campos todos los días a cambio de un salario por debajo del nivel nacional de pobreza. Nosotros en Food Empowerment Project creemos que todos tenemos derecho al acceso a opciones orgánicas de alimentos para no contribuir al sufrimiento adicional de aquellos que tienen que usar agroquímicos cuando cultivan frutas y verduras.

(PAGE 12)

Ejemplos a seguir

Se han creado programas creativos en algunas partes del condado, incluyendo la ciudad de San José.

- La Mesa Verde²² es un nuevo programa en el condado de Santa Clara que construye huertos orgánicos de verduras en los hogares de familias de bajos ingresos. Nos emociona mucho el trabajo de La Mesa Verde en San José. Está claro que el hecho de que las personas tengan la posibilidad de cultivar sus propios alimentos es una pieza importante para resolver el problema del acceso limitado a los alimentos saludables.
- El Proyecto del Supermercado Virtual²³ es un programa originario de Baltimore, Maryland que consiste en que los residentes ordenan alimentos en la Internet y los recogen en la biblioteca local. Aunque no todos tienen acceso a Internet en casa, los residentes podrían usar el servicio en la biblioteca. El programa recibe fondos del paquete de estímulo federal. Será importante seguir el progreso de este programa.
- Médicos de tres centros de salud de Massachusetts están promoviendo un proyecto piloto para recetar frutas y verduras de los mercados del agricultor con el cual pretenden luchar contra la obesidad infantil entre los niños de familias de bajos ingresos. Los médicos ofrecen cupones de \$1 por día a cada miembro de la familia del paciente con el fin de promover una alimentación saludable y aumentar el consumo de frutas y verduras. Los doctores monitorean a los pacientes de acuerdo con sus hábitos alimenticios y al índice de masa corporal. La organización sin fines de lucro *Ceiling and Visibility Unlimited* patrocina las clínicas mientras que el Departamento de Agricultura de Massachusetts y la organización sin fines de lucro *Wholesome Wave* proporcionan fondos para este proyecto piloto.

Referencias

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13

* Educación se refiere al porcentaje de la población con un diploma de secundaria o con más educación. En las áreas de mayores ingresos, las personas tienen un 30% más de probabilidad de pertenecer a esta descripción (vs. el promedio para todo el condado de Santa Clara) mientras que en las áreas de bajos ingresos, las personas tienen un 30% más de probabilidad de tener este nivel de educación (vs. el promedio del condado).

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23