



## PROGRAMA DE FORMACIÓN SOBRE LOS VALORES NUTRICIONALES DE LA QUINUA, DIRIGIDO A MUJERES DE ESCASOS RECURSOS EN BOLIVIA

### País donde se realiza la acción:

Bolivia, área urbana y sub urbana de las ciudades de La Paz y El Alto.

### Nº de beneficiarias directas:

500 mujeres de escasos recursos de La Paz y El Alto (Bolivia), que siguen Programas de capacitación profesional para acceder a un empleo digno.

### Contexto y antecedentes:

El año 2013 ha sido declarado por Naciones Unidas y FAO el Año Internacional de la Quinoa.

*Un futuro sembrado hace miles de años...* El lema del Año Internacional de la Quinoa expresa la riqueza de un producto milenario que guarda en sus semillas la tradición y la capacidad de poder contribuir de forma decisiva a la alimentación humana y a la seguridad alimentaria de los más desfavorecidos.

El Año Internacional de la Quinoa tiene como objetivo centrar la atención mundial en la función que este "grano de oro" puede desempeñar para contribuir a la erradicación del hambre y la pobreza y el fomento de la nutrición.

- Quinoa es un cultivo con un alto valor nutritivo, ya utilizado por las poblaciones precolombinas y actualmente su cultivo y consumo se extiende a otros países y regiones.
- La quinoa tiene características únicas: es el único alimento vegetal que posee todos los aminoácidos esenciales, oligoelementos y vitaminas, y no contiene gluten. Es rica en vitaminas, minerales, ácidos grasos y fibra.
- El consumo de este alimento juega un papel decisivo en la lucha contra la pobreza y en lograr la seguridad alimentaria de las poblaciones de escasos recursos.
- Su consumo habitual en países andinos requiere un esfuerzo para dar a conocer los valores nutritivos y para lograr un consumo razonable y equilibrado que propicie una alimentación de calidad entre los grupos sociales más desfavorecidos.

### Objetivos del proyecto:

#### Objetivo general:

Contribuir a la difusión de los objetivos del Año Internacional de la Quinoa 2013, declarado por FAO y Naciones Unidas, a través de un programa de actividades educativas y de sensibilización dirigido a mujeres de escasos recursos.

### Objetivos específicos:

- Formar e informar a 500 mujeres de escasos recursos de La Paz y El Alto acerca de los valores nutricionales de la quinua
- Mejorar la utilización y consumo de este producto natural, de alto valor nutritivo, en la alimentación de personas de escasos recursos y con carencias nutricionales.
- Fomentar la creatividad literaria entre personas con menos oportunidades de acceso a la formación, a través del Certamen literario “Relatos de Quinua”, organizado por la Red de ONG para el desarrollo de los países iberoamericanos. REDI.

### Breve descripción de la institución ejecutora del proyecto:

El Instituto Técnico CEFIM, con sede en la ciudad de La Paz (Bolivia), es una institución educativa creada en 1989 para la educación de la mujer. Ofrece capacitación técnico profesional a mujeres de escasos recursos, en su mayoría jóvenes de los pueblos originarios y mujeres provenientes de zonas rurales que han migrado a la ciudad de La Paz, quienes a través del CEFIM reciben formación en oficios que les ayudan a encontrar un puesto laboral<sup>1</sup> en la gran ciudad. El fin es que las alumnas sean autónomas, afronten los desafíos y problemas que se les presenten, y de esta manera, mejoren sus condiciones de vida y dignidad.

A medida de su desarrollo, el CEFIM ha ido aumentando su alcance social y técnico, implementando con medios propios la capacitación técnica en el área de Servicios a través de carreras a nivel de Técnico Medio y Superior en las áreas de Administración de Servicios Pediátricos y Geriátricos y Administración de Servicios Gastronómicos y mano de Obra Calificada para Cocina y Pastelería Básica y Avanzada.

### Oferta Formativa:



- **Técnico medio de Servicios de Asistencia Geriátrica y Pediátrica (AGP)**, con un plan curricular de 2.400 horas en dos años, incluyendo pasantías en instituciones de atención de niños y de personas de la tercera edad.
- **Técnico medio y superior de Servicios de Hostelería y Gastronomía (SHG)**, con un plan curricular de 2.400 horas en dos años incluyendo pasantías en instituciones hoteleras y restaurantes.

<sup>1</sup> Se ha podido comprobar que la mujeres en las áreas sub urbanas sobreviven con ingresos inferiores a 2 EUR/día con muy pocas posibilidades de alcanzar una capacitación de calidad que le permita mejorar su condición económica, social y profesional.

- **Cursos de Cocina y Pastelería Profesional.** Son cursos con una dedicación de 300 horas durante 9 meses.
- **Talleres y Seminarios en el área de Servicios** para el público en general y para alumnas, con temas de las áreas de capacitación y de menos horas de duración.

CEFIM ha recibido recientemente los siguientes reconocimientos:

- Por la Cámara de Diputados del Estado Plurinacional de Bolivia, como INSTITUCIÓN MERITORIA en la prestación de servicios de educación y formación profesional.
- Fue reconocido como INSTITUTO DEL BICENTENARIO por el Gobierno Municipal de La Paz en 2009.
- La fundadora del Instituto Técnico CEFIM, Lic. Graciela Volpe V., fue nombrada BOLIVIANA DE ORO por la Red Unitel en 2011.
- La Infraestructura de la actual sede de CEFIM fue premiada por la Honorable Alcaldía Municipal de la ciudad de La Paz, como la mejor adaptación de Patrimonio Arquitectónico.
- Primer Premio a la mejor receta de repostería en Quinua con la torta “DULZURA DE QUINUA” en el Festival Gastronómico “Grano de Oro” de la Fundación Ichuri, Marzo 2013.

### Descripción de las Actividades principales del proyecto:

1. **Implementación de un programa de capacitación nutricional específica en base a Quinua, para la apropiación de los valores nutricionales en la población en general.**

Un programa de capacitación para la inclusión de la Quinua en la dieta habitual apoyado con actividades de difusión y sensibilización sobre los valores nutricionales hacia la población objetivo. Adecuación de la currícula de las carreras de Gastronomía y Atención Geriátrica y Pediátrica. Se diseñarán módulos específicos para el alumnado, así como para el personal docente y administrativo del CEFIM; apoyados con materiales didácticos, módulos prácticos y actividades diversas.

2. **Puesta en valor de trabajos de investigación y literarios de las beneficiarias para la difusión de la Quinua en ámbitos nacionales e internacionales.**

Implementación de un programa de actividades de difusión y sensibilización para la apropiación de los valores nutricionales en la población –especialmente mujeres jóvenes en edad de gestación– proveniente de La Paz y El Alto. CEFIM llevará a cabo, a nivel de instituciones colaboradoras, antiguas beneficiarias y público en general, un Programa de actividades de difusión y sensibilización para contribuir al **Plan Maestro y Objetivos del Año Internacional de la Quinua**, priorizados por el Presidente Evo Morales Ayma en el marco de los objetivos del milenio para el Estado Plurinacional de Bolivia.

A su vez esta actividad contempla acciones orientadas a la participación del CEFIM en el **Certamen literario Relatos de Quinua**, para contribuir al conocimiento de la Quinua y de sus valores culturales, nutricionales. Paralelamente se realizará el lanzamiento del Concurso “Quinua Fusión” para promover la contribución tecnológica alimentaria mediante la innovación y

aplicación de las nuevas recetas desarrolladas por las alumnas del CEFIM en la oferta local gastronómica.

### **Impacto social y carácter innovador de la iniciativa:**

No es frecuente que una campaña organizada a nivel internacional llegue de forma directa a una población de escasos recursos y con menos oportunidades de conocer los objetivos y planes estratégicos de dichas campañas.

- Desde el lanzamiento del Programa, las beneficiarias han participado de forma directa en la preparación y organización de las actividades.
- Han visitado la web oficial del Año Internacional de la Quinoa, y trabajan en la documentación que ofrecen los diferentes websites oficiales y en sus respectivos países.
- La participación directa de las mujeres y su protagonismo en las diferentes actividades, presenta un mayor impacto en las propias beneficiarias en sus familias y en sus entornos sociales. Recientemente el CEFIM ha ganado un Premio en un certamen gastronómico sobre Quinoa, organizado a nivel nacional.

### **Visibilidad del proyecto:**

- CEFIM informará de estas actividades a través de su página web. También difundirá sus actividades a nivel local y nacional en diferentes medios de comunicación.
- CEFIM, miembro de REDI, dará información y difusión periódica de las actividades realizadas en el Año Internacional de la Quinoa, a través de la página web de REDI.
- Los trabajos ganadores en la fase final del Certamen literario serán objeto de una publicación especial y de su difusión en la web de FPSC y de REDI.
- En la información sobre las actividades de este programa se dará publicidad y visibilidad a las entidades colaboradoras y/o patrocinadoras.