

DISTRITO DE MAGUDE

Combater desnutrição ensinando a comer bem

MAGUDE é um dos distritos da província de Maputo seriamente assolados pela desnutrição crónica, que afecta crianças menores de cinco anos de idade.

FOTOS: I. SITO



No distrito de Magude decorrem campanhas de educação nutricional

Os dados estatísticos sistematizados não são específicos a esta região do país, mas o Inquérito de Orçamento Familiar 2014/2015, do Secretariado Técnico para Segurança Alimentar e Nutricional (SETSAN), aponta que a província de Maputo tem 22,6 por cento de desnutrição crónica.

A informação do SETSAN avança ainda que somente 25 por cento das crianças da província de Maputo consomem alimentos ricos em ferro e 29 por cento consome vitamina A de origem animal, enquanto a vitamina A de origem vegetal era consumida por 67 por cento da pequenada.

Em virtude de ser limitado, a Oeste, por uma linha de fronteira artificial com a província sul-africana de Mpumalanga, muitas

vezes chegam à casa já infectados com o vírus da SIDA ou com tuberculose, tornando-se, eles próprios, vectores de propagação destas doenças. E porque as suas condições de vida são deficitárias, por vezes perdem a vida, deixando crianças órfãs ou as suas famílias numa situação de vulnerabilidade extrema. E mais não resta ao Governo senão tomar conta destes petizes, muitas vezes eles mesmos chefes de família ou sob responsabilidade das suas avós, também sem condições para cuidar deles.

É tendo em conta que os números não são animadores, adicionados à dura realidade no terreno,

proteínas diversas, entre elas papaia, cenoura, amendoim, moringa, folhas e sementes de abóbora, batata-doce, entre outros produtos.

Cecília Muthemba está ligada ao Serviço Distrital de Saúde de Magude e é uma das monitoras do programa de educação nutricional levado a cabo pelo Governo local em parceria com a Rede de Organizações para a Soberania Alimentar (ROSA), envolvendo cerca de 600 mulheres.

Explicou que, a partir de pequenas formações, as comunidades são ensinadas a preparar os seus alimentos sem perderem a componente proteica pois,

também beneficiam das suas acções mulheres vulneráveis, mães de família e crianças órfãs chefes de família.

Doris Soda conta que têm tomado conta de muitas crianças, algumas das quais com HIV/SIDA, cujos pais padeceram e perderam a vida.

A Acção Social tem essas crianças como grupo-alvo. No entanto, às vezes encontram dificuldades porque elas necessitam de apoios constantes, mas nem sempre o Governo está à altura de dar respostas. Pelo menos no momento em que essa ajuda é solicitada.

"Por isso, quando recebemos

Organizações para a Soberania Alimentar (ROSA), está a trabalhar com cerca de 1500 crianças órfãs e vulneráveis. Tem também assistido entre 500 e 600 mães que se encontram numa situação muito difícil.

O Instituto Nacional de Acção Social (INAS), que é a entidade executora, tem o programa do Subsídio Social Básico dado às mulheres, crianças vulneráveis e idosos, bem como a pessoas com deficiência.

Existe também o programa da Acção Social Produtiva, destinado a pessoas vulneráveis, mas com forças para trabalhar. E, para que não se sintam inúteis, são postas



Os alunos de Facazissa provam do melhor que há na mesa

Fenómeno afecta alunos

MARCOS Gabriel é professor há mais de 10 anos do ensino primário no distrito de Magude, onde dá aulas na Escola Primária Completa de Facazissa. Ele contou que os seus alunos denotavam sempre dificuldades de concentração durante as aulas. Mais tarde percebeu que o problema resultava da fome de que sistematicamente os seus alunos se queixavam, embora algumas fossem de famílias com machambas.

Alguns alunos nem reclamavam de fome, mas a má alimentação provocava problemas de saúde, levando a que o nível de concentração na sala de aula fosse muito baixo. Mas, felizmente, diz, o professor, este cenário tende a mudar em virtude da introdução do projecto do "lanche e alimentação escolar".

Por outro lado, o projecto de educação nutricional, trazido pela equipa da ROSA, ajudou a reduzir os índices de desnutrição, pois os alunos e os seus pais passaram a beneficiar de palestras nas quais aprendem a saber como comer correctamente.

"Vi que os meus alunos não sabiam quais são os alimentos indispensáveis para a sua saúde. Então, tivemos de fazer um trabalho profundo de sensibili-

zação, ensinando-os a identificarem os produtos que não podem faltar na sua alimentação diária", anota, adiantando que, no fim, eles levam essa informação e disseminam-na junto dos pais e amigos nas suas zonas de residência.

Indigna-se pelo facto de as comunidades terem alimentos nas machambas, mas não se alimentarem devidamente, o que resulta da falta de educação nutricional nas comunidades.

"A intervenção nutricional não deve acontecer somente na escola, com os alunos; deve chegar também às comunidades, às mães principalmente, pois são elas que diariamente cuidam dos seus filhos. Achei interessante que a Rede de Organizações para a Soberania Alimentar optasse por juntar, no mesmo espaço, os alunos e as mães desses alunos que é para todos ouvirem esta mensagem de saber comer. Comer correctamente", comenta.

A escola tem cerca de 200 alunos, estando o professor o professor Gabriel com 38 alunos da 2.ª classe e 48 da 7.ª classe. "Intensificamos mais a informação para os alunos da 7.ª classe porque eles já podem expandi-la para os pais e amigos", diz.

Não basta produzir muito



de Projecto Familiar 2014/2015, do Secretariado Técnico para Segurança Alimentar e Nutricional (SETSAN), aponta que a província de Maputo tem 22,6 por cento de desnutrição crónica.

A informação do SETSAN avança ainda que somente 25 por cento das crianças da província de Maputo consomem alimentos ricos em ferro e 29 por cento consome vitamina A de origem animal, enquanto a vitamina A de origem vegetal era consumida por 67 por cento da pequenada.

Em virtude de ser limitado, a Oesté, por uma linha de fronteira artificial com a província sul-africana de Mpumalanga, muitas famílias do distrito de Magude tendem a deslocar-se a este país vizinho à busca de melhores condições de vida. Porém, nesta empreitada poucos conseguem sair-se bem. Por razões diversas, alguns membros das famílias optam por não regressar às suas origens, deixando para trás os seus descendentes, principalmente crianças pequenas.

Os que regressam muitas

vezes chegam à casa infectados com o vírus da SIDA ou com tuberculose, tornando-se, eles próprios, vectores de propagação destas doenças. E porque as suas condições de vida são deficitárias, por vezes perdem a vida, deixando crianças órfãs ou as suas famílias numa situação de vulnerabilidade extrema. E mais não resta ao Governo senão tomar conta destes petizes, muitas vezes eles mesmos chefes de família ou sob responsabilidade das suas avós, também sem condições para cuidar deles.

É tendo em conta que os números não são animadores, adicionados à dura realidade no terreno, onde existem muitas mães viúvas, crianças e idosos em situação de vulnerabilidade, que diversas acções estão em curso no distrito de Magude visando contrariar esta tendência.

Uma das acções em curso é o de combate à desnutrição crónica com recurso a métodos simples de educação das comunidades, como por exemplo ensiná-las a preparar papas reforçadas com

proteínas diversas, as suas acções mulheres vulneráveis, mães de família e crianças órfãs chefes de família.

Cecília Muthemba está ligada ao Serviço Distrital de Saúde de Magude e é uma das monitoras do programa de educação nutricional levado a cabo pelo Governo local em parceria com a Rede de Organizações para a Soberania Alimentar (ROSA), envolvendo cerca de 600 mulheres.

Explicou que, a partir de pequenas formações, as comunidades são ensinadas a preparar os seus alimentos sem perderem a componente proteica pois, segundo refere, muitas vezes as comunidades têm produtos alimentares, mas não sabem fazer o melhor aproveitamento destes.

Assistente social no distrito de Magude, Doris Soda, da Direcção Distrital do Género, Criança e Acção Social, explica que eles têm trabalhado com diversos grupos vulneráveis, destacando crianças desnutridas, mães grávidas, pessoas vivendo com HIV. Mas

Organizações para a Soberania Alimentar (ROSA), está a trabalhar com cerca de 1500 crianças órfãs e vulneráveis. Tem também assistido entre 500 e 600 mães que se encontram numa situação muito difícil.

O Instituto Nacional de Acção Social (INAS), que é a entidade executora, tem o programa do Subsídio Social Básico dado às mulheres, crianças vulneráveis e idosos, bem como a pessoas com deficiência.

Existente também o programa da Acção Social Produtiva, destinado a pessoas vulneráveis, mas com forças para trabalhar. E, para que não se sintam inúteis, são postas a fazerem serviços comunitários e depois recebem um subsídio.

O INAS dá também um kit básico alimentar para dois meses, que é do Programa da Acção Social Directa, canalizado a pessoas necessitadas, que são maioritariamente os doentes crónicos, crianças órfãs e vulneráveis que ainda não têm forças para trabalhar. O mesmo é composto por farinha de milho, açúcar, arroz, óleo e feijão.

Segundo Doris Soda, em todos os cinco postos administrativos de Magude, nomeadamente Mapulanguene, Padjane, Mahele, Motasse e Magude-Sede, o Instituto Nacional de Acção Social, em parceria com a Rede de

“Vi que os meus alunos não sabiam quais são os alimentos indispensáveis para a sua saúde. Então, tivemos de fazer um trabalho profundo de sensibili-

Não basta produzir muito



Rita Cavele, em primeiro plano, fala da importância de uma dieta equilibrada

PARA Rita Cavele, extensionista da Associação dos Técnicos Agro-Pecuários (TAP), para além de produzir alimentos de grande qualidade, com recurso à ciência e tecnologia de ponta, é importante educar as comunidades a saberem fazer o melhor proveito do que produzem nas suas machambas.

“Não adianta produzir bem, evitar até recorrer a químicos e usar somente fertilizantes orgânicos, se não sabermos consumir alimentos saudáveis”, sublinha Rita Cavele.

Faz notar que, no processo de preparação, os alimentos podem perder todas as propriedades nutricionais necessárias no organismo humano. “E isso chama-se cozinhar mal. Por isso, uma das nossas intervenções aqui na comunidade é ensinar as senhoras, principalmente as mães grávidas, a saberem como tirar o melhor proveito dos alimentos”, frisa.

Para ela, o facto de estas actividades decorrerem nas escolas e nos hospitais constitui uma mais-valia na medida em que se educam os alunos nas escolas e as mães quando se deslocam ao hospital.

“Podemos saber que temos batata-doce, mas não sabermos que a rama tem ferro e qual é a sua importância. A batata-doce de polpa alaranjada, que existe aqui em Magude, é rica em vitamina A. Produzimos muito, mas também temos de ensinar as comunidades que a batata-doce, por exemplo, não se come somente às unidades, mas pode ser consumida em papinhas, faz sumos, biscoitos, bolos, pão, entre outras formas”, diz.

Contou ainda que em algumas papas pode misturar-se cenoura ou adicionar folhas de

abóbora. Noutras ainda pode adicionar-se amendoim torado e óleo, sem falar da famosa papa de farinha de milho com gema de ovo e um pouco de óleo.

“Estas intervenções são importantes e devem ser multisectoriais, porque muitas vezes as comunidades se dão tempo de produzir e vender tudo porque querem dinheiro, mas não se importam consigo mesmas. Isso é muito grave. Por isso tem de haver tempo de aprender a comer bem”, comenta.

Aos 56 anos, Janet Abraão Chaúque, do bairro Facazissa, ficou espantada ao saber, por exemplo, que é possível pôr amendoim na papinha de farinha de milho para aumentar o seu poder nutritivo ou que com batata-doce também se fazem papas.

“Para mim, a abóbora e as suas respectivas folhas só serviam para fazer caril, mas hoje já sei que também posso fazer papinhas. Agora já acredito quando se diz que a pessoa nunca pára de aprender. Tudo é novidade. Os meus netos vão comer melhor porque já sei que as sementes de abóbora, de melancia ou a amêndoa de canhu podem servir para reforçar as papas das crianças, bastando para tal pilá-las ou moer e adicionar no prato da criança”, disse Janet Chaúque.

Um dos instrumentos usados para medir o nível nutricional das crianças de Magude é o MAC, que é uma fita com três cores: vermelha, amarela e verde. Quando se mede o pulso da criança e a fita mostra a parte vermelha significa que ela está num estado nutricional grave. A amarela sinaliza que está numa janela de alerta, enquanto a verde é o estado nutricional normal.

A intervenção da ROSA

A REDE de Organizações para a Soberania Alimentar (ROSA) foi criada em 2003 e está implantada em todas as províncias do país. Em cada província tem pontos focais que são organizações viradas para programas de segurança alimentar e nutricional.

Manuel Consolo, responsável da Rede de Organizações para a Soberania Alimentar na província de Maputo, explica que a sua intervenção tem sido na distribuição de instrumentos de trabalho como a oferta de um tractor para as 20 associações que beneficiam das suas acções.

Ofereceram também regadores, enxadas e ancinhos, bem como sementes hortícolas, de milho, feijão vulgar, batata-doce de polpa alaranjada, batata-reno, motobombas distribuídas a oito associações de agricultores de Magude.

O projecto de educação nutricional que vem sendo desenvolvido desde o ano passado com a Prosa Luz, uma organização espanhola que é parceira do Governo e desta organização, é a última etapa, depois do programa de fomento pecuário em que as comunidades beneficiaram de gabo bovino e aves.

“Já vínhamos desenvolvendo programas de produção e fomento pecuário, mas agora

estamos a trabalhar na educação nutricional, mostrando às comunidades como devem preparar os alimentos de modo a melhor aproveitarem as proteínas, principalmente as mulheres grávidas e crianças”, conta.

Questionado sobre que entendimento tinha de soberania alimentar, Manuel Consolo explicou que a visão que têm de soberania alimentar é a de que a população deve produzir e consumir o que é seu, baseando-se nos hábitos culturais que vão passando de geração em geração.

“Podemos introduzir algumas culturas, mas não para substituir as tradições locais. Por isso, um dos programas que temos é de multiplicação de sementes nativas locais para permitir o melhoramento do acesso aos insumos de qualidade”, disse.

Sobre a educação nutricional, Manuel Consolo explicou que ela reforça as acções da sua agremiação, na medida em que as comunidades já têm um regime alimentar que às vezes precisa ser respeitado.

“Não é porque eles não têm conhecimentos sobre como comer, pois produzem e alimentam-se há gerações e gerações, de forma tradicional. Mas, nos últimos tempos, constatamos que os hábitos alimentares não



Emmanuel Decordier e Manuel Consolo advogando alimentação diversificada

ajudavam a melhorar o estado nutricional. Por isso viemos partilhar este conhecimento que temos, que é pegar nos seus pratos tradicionais e agregar neles verduras, carnes, cereais, ovos, entre outros”, disse Consolo.

Por seu turno, Emmanuel Decordier, da PROSALUS, afirmou que a sua organização está a trabalhar com as comunidades moçambicanas desde 1995. No

princípio começaram a trabalhar na componente de sensibilização e combate ao HIV/SIDA, fazendo visitas domiciliárias no distrito de Magude.

“Para além de apoiarmos na distribuição de insumos e outros meios de trabalho agrícola, estamos envolvidos na educação nutricional, acompanhando as comunidades e organizações comunitárias a criar boas con-

dições de sustentabilidade para não dependerem só de apoios externos. E com a Cooperação Espanhola conseguimos um tractor para aumentar ainda mais a capacidade produtiva destas comunidades”, contou o responsável da PROSALUS, dando a conhecer, ainda em Magude, a reabilitação de um sistema de água que funciona com recurso a painéis solares.