

## Apuestan por microvegetales y sistemas alimentarios urbanos sostenibles en Cuba

**Por: Pressenza. 06/07/2023**

La posibilidad de aprender a cultivar microvegetales, ampliar la dieta y hasta sumar una posible fuente de ingresos llevó a Grispina Torres y Lauce Reyes al curso para incentivar la producción y consumo de esos nutritivos alimentos en ciudades de Cuba.

“Supimos del taller por un vecino. A veces por desconocimiento nos ‘casamos’ con muy pocos alimentos. Si tenemos la oportunidad debemos aprender a sembrarlos en casa”, explicó a IPS Reyes, licenciado en derecho, quien con 74 años y jubilado incorpora saberes sobre alimentación saludable y sostenible, seguridad alimentaria y desarrollo local.

Torres, su esposa, de 57 años, refirió a IPS que antes han sembrado en su vivienda plantas aromáticas y condimentos.

“Tenemos un patio (área externa) de unos 20 metros cuadrados donde podemos cultivar microvegetales. Ahora prestamos mayor atención a lo que comemos”, manifestó la otrora profesora de preescolar.

El matrimonio reside en La Timba, uno de los 67 barrios catalogados en situación de vulnerabilidad de La Habana y ubicado en el céntrico municipio de Plaza de la Revolución, uno de los 15 que conforman la capital.

### **El curso**

Durante la segunda quincena de junio cerca de una veintena de personas se adiestraron con materias teóricas y clases prácticas del Curso de formación técnica para crear microunidades urbanas de producción (MUP) de microvegetales en La Timba.

“Además de enseñar a producir nos interesa empoderar a las personas y conozcan sobre desarrollo local, microemprendimientos, finanzas, educación alimentaria y nutricional, así como creación de sistemas alimentarios urbanos sostenibles,

saludables, inclusivos y soberanos”, explicó Oliesky Fabre, principal impulsor de la iniciativa.

Este arquitecto de profesión de 39 años es fundador y director general de Enparalelo Producciones Agro-Urbanas, que está dentro de los emprendimientos privados autorizados en Cuba desde septiembre de 2021, categorizados localmente como micro, pequeñas y medianas empresas (mipyme).

“Además de enseñar a las personas a producir, nos interesa empoderarlas en desarrollo local, microemprendimientos, finanzas, educación alimentaria y nutricional, así como la creación de sistemas alimentarios urbanos sostenibles, saludables, inclusivos y soberanos”: Oliesky Fabre.

Desde hace dos años esta pequeña empresa, que también tiene su sede en Plaza de la Revolución, se enfoca en el cultivo y comercialización de alimentos de alto valor nutricional como microvegetales, flores, hongos y algas comestibles, combinando bajo techo técnicas de la agricultura vertical y la economía circular.

Con una decena de trabajadores, Enparalelo impulsa el proyecto de desarrollo local Creando paisajes urbanos productivos, destinado a estimular el uso de espacios con potencial para actividades agrícolas sostenibles, insertadas armoniosamente en el contexto urbano.

“Pretendemos que las MUP se conviertan en un modelo capaz de alinear las potencialidades en la población cubana, como resultado de la inversión continua en educación, con la necesidad de crear capacidades para la innovación y el emprendimiento en el ámbito de la seguridad alimentaria y el desarrollo local”, explicó Fabre a IPS.

Subrayó el interés de trabajar especialmente con personas de la tercera edad, grupo poblacional “con un gran potencial de recursos humanos, teniendo en cuenta además la emigración de jóvenes y de personas de zonas rurales. También queremos convertir las actividades agrícolas en algo atrayente e innovador”.

El joven emprendedor recordó que Plaza de la Revolución es el más envejecido de los 168 municipios cubanos, donde 30,3 % de sus residentes tienen 60 años o más.

Datos de la estatal Oficina Nacional de Estadísticas e Información (Onei) corroboran además que 77,1 % de los poco más de 11 millones de habitantes en este país

insular del Caribe viven en asentamientos urbanos.

Según expertos, el proceso de urbanización tanto en Cuba como a nivel global debe llevar a las ciudades a responsabilizarse más con la reducción de la alta carga contaminante y buscar alternativas para la generación de sus propios alimentos.

Si bien en un inicio el curso proyectó convertir las MUP en una gran red de productoras de la tercera edad, “hemos preferido en esta primera etapa implementarlas con personas interesadas y mostrar resultados. Luego trabajaremos con otros grupos”, sostuvo Fabre.

“Nos interesa ir a los barrios en situación de vulnerabilidad, comunidades habaneras y otras ciudades cubanas”, añadió.

### **Proyecto innovador**

Enparalelo está integrada al internacional Movimiento Slow Food (movimiento de comida lenta) y a su rama en este país insular caribeño, el Movimiento de Alimentación Sostenible (MAS), adscrito a la no gubernamental Sociedad Cubana para la Promoción de las Fuentes Renovables de Energía y Respeto Ambiental (Cubasolar).

El MAS es una red multidisciplinaria de productores, campesinos, educadores, académicos, chef, cocineros y comunicadores enfocados en los procesos de producción, comercialización y consumo agroalimentario; la alimentación natural y el acompañamiento a las acciones gubernamentales para lograr la soberanía alimentaria y educación nutricional.

En 2022 Enparalelo resultó uno de los 10 proyectos más innovadores entre más de 200 que postularon a la convocatoria del programa de innovación Acelera HZero, el Hub de Innovación para América Latina y el Caribe del Programa Mundial de Alimentos (PMA) de las Naciones Unidas con base en Colombia.

La iniciativa busca acelerar el crecimiento de proyectos innovadores y disruptivos que contribuyan a la meta de Hambre Cero en la región.

La selección ha permitido a Enparalelo participar en la siguiente fase de aceleración, recibir apoyo técnico personalizado, financiamiento, mentorías y acceso a la red de PMA.

Fabre significó también respaldos y desarrollo de sinergias con la Facultad de Arquitectura de la Universidad Tecnológica de La Habana José Antonio Echeverría, el gobierno municipal de Plaza de la Revolución, el estatal Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas y los ministerios de Economía y Planificación y el de la Agricultura, entre otras instituciones.

Resaltó la alianza con proyectos comunitarios y de desarrollo local en el barrio de La Timba, como Entimbalao y Todas las manos, que además de ayudar en la sensibilización sobre el tema, en el caso del último brindó el aula para las charlas.

### **Incorporar microvegetales a la dieta**

Los microvegetales son las primeras hojas y tallos de hortalizas o plantas herbarias, muy aromáticas. Se les considera superalimentos por ser fuentes concentradas de vitaminas, minerales y nutrientes esenciales.

Incorporarlos diversifica la dieta y fortalece la microbiota intestinal. Pueden ser consumidos a cualquier hora en ensaladas, pastas, sopas y panes. Además, su cultivo es rápido y fácil en espacios reducidos, sin necesidad de grandes cantidades de suelo.

Estudios científicos sostienen que pueden ayudar a proteger contra las enfermedades del corazón, el Alzheimer, la diabetes y ciertos tipos de cáncer.

“Si bien los microvegetales están de “moda” a nivel mundial, solo muy recientemente comienza a saberse de ellos en la isla. Incluirlos en la alimentación permitiría diversificar la oferta de alimentos nutritivos”, apuntó la socióloga Geraldine Ezquerra.

No obstante, “promover y visibilizar su producción y consumo es el primer paso para que sea aceptados como parte de la dieta habitual”, complementó en diálogo con IPS la especialista en comida lenta, educación alimentaria, nutricional y ambiental, y una de las profesoras del curso.

La especialista razonó que suele pensarse el término “dieta” de una manera restrictiva “y no referida al conjunto de alimentos que consumimos de forma habitual, la manera en que los combinamos y preparamos. Esa mirada es lo primero que hay que cambiar”, además de pensarla en términos de salud individual/ humana y del planeta.

Ezquierda reconoció que el tema “se vuelve complejo ante escenarios donde la disponibilidad de los alimentos y su accesibilidad es deficiente, como en Cuba. Pero aun así no debemos limitar las acciones de educación alimentaria y nutricional, porque podemos ordenar nuestra dieta de la mejor manera posible, a partir de los alimentos disponibles”.

Las innovaciones en la agricultura y la ganadería resultan de especial importancia en Cuba, cuyo gobierno ha definido la producción de alimentos como un asunto de seguridad nacional.

El país importa de 70 a 80 % de los alimentos que consume, lo cual se ha vuelto insostenible ante los problemas de liquidez de la economía.

Un maltrecho sector agroproductivo golpeado por los efectos del embargo estadounidense, la descapitalización industrial, bajos rendimientos, escasez de insumos y maquinaria, el cambio climático, pérdidas de partes significativas de cosechas y los hábitos de consumo, entre múltiples factores, complejizan el tema alimentario.

Desde octubre de 2022 Cuba dispone de una Ley de Soberanía Alimentaria y Seguridad Alimentaria y Nutricional con la cual aspira a avanzar en tales propósitos.

### **Promover una alimentación saludable**

La ingeniera en alimentación social Madelaine Vázquez valoró la connotación social y comunitaria de las MUP de microvegetales que, opinó, pudieran “reportar notables beneficios económicos, al ser productos de alta demanda, sobre todo para personas que buscan tener una dieta sana, equilibrada y valiosa”.

Desde el punto de vista ambiental, agregó la vicepresidenta de Relaciones Públicas de Cubasolar, “ayudan a la armonía con el entorno, buscar la biodiversidad para una alimentación adecuada y contribuir a un verdadero desarrollo sostenible”.

A juicio de Vázquez, las MUP favorecen igualmente “la inserción laboral de mujeres y jóvenes quienes desde sus hogares pueden implementar sencillas tecnologías para producir microvegetales que después pueden comercializar y ayudar tanto al autoabastecimiento de la localidad como de la propia familia”.

“Este proyecto innovador para abastecer de alimentos a comunidades urbanas

constituye una alternativa loable para Cuba y un referente internacional”, remató la también coordinadora en Cuba del Movimiento de Alimentación Sostenible.

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: pressenza

**Fecha de creación**

2023/07/06