

Sistemas alimentarios y la participación de movimientos de consumidores¹ y consumidoras en la ciudad de La Paz, Bolivia

Ariel De la Rocha (Apniuq)

Ángela V. Guerra

Leandro Maldonado

Paula Mariaca

Matilde Rada

Joan Rechberger

Nicole Szucs

Cosecha Colectiva²

Correo electrónico: info@cosechacolectiva.org.bo

Resumen

Existen diferentes enfoques para abordar la temática de la alimentación. Uno es el de sistemas alimentarios, que incluye a diversos actores, además de representar una pluralidad conceptual, según los marcos locales y globales. Las decisiones de consumo de alimentos influyen en todos los componentes de los sistemas alimentarios. El consumidor o consumidora es un actor político transformador en pos de la salud humana y la sostenibilidad medioambien-

-
- 1 A pesar de que el lenguaje inclusivo no está reconocido por la RAE en el presente artículo lo usaremos porque se trata de una posición política de nuestra organización.
 - 2 Cosecha Colectiva es una organización viva que nace el 2019 como fruto de la experiencia de la comunidad urbana **La casa de les ningunes** está compuesta por un grupo multidisciplinario de profesionales que se dedican a la articulación, al desarrollo de proyectos y a la facilitación de procesos alrededor de la temática alimentaria y su impacto ambiental. Su trabajo se concentra en incidir en las personas para mejorar sus hábitos de consumo de alimentos y motivarlas a organizarse y contribuir activamente a la construcción de sistemas alimentarios más sostenibles, a través de acciones como: encuentros, talleres, campañas, festivales, entre otras.

tal. En La Paz, las experiencias de los movimientos de consumidores y consumidoras abren alternativas de transformación hacia sistemas alimentarios locales más sostenibles y saludables, que pueden ser amplificadas a través de acciones colectivas.

Palabras clave: sistemas alimentarios, consumidores, movimientos de la sociedad civil, cambios sistémicos, sostenibilidad.

Food Systems and the Participation of Consumer Movements in the City of La Paz, Bolivia

Abstract

There are different approaches to addressing the issue of food. One is that of Food Systems, which includes various actors, in addition to representing a conceptual plurality, according to local and global frameworks. Food consumption decisions influence all components of Food Systems. The consumer is a transforming political actor pursuing human health and environmental sustainability. In La Paz, the experiences of consumer movements open up alternatives for transformation towards more sustainable and healthy local Food Systems, which can be amplified through collective actions.

Keywords: Food systems, consumers, civil society movements, systemic changes, sustainability.

Fecha de recepción: 21 de junio de 2022
Fecha de aceptación: 27 de septiembre de 2022

Introducción

La Paz es la segunda ciudad más poblada de Bolivia, con un aproximado de 3 millones de habitantes (IBCE, 2021). Además, es la sede de gobierno y un espacio de protestas, demandas y dinámicas socio políticas complejas. Es un escenario de históricas pugnas de poder influenciadas por fuerzas internas y externas. Un espacio donde conviven el desarrollo acelerado y distintas tradiciones culturales, en el que se ha conformado una ciudad caótica que refleja

las contradicciones de sus habitantes, pero que además está enmarcada en una geografía muy particular.

La ciudad de La Paz es conocida por ser un centro de servicios y oportunidades que atrae a personas de otras localidades, particularmente del área rural, 24,7% del total de la población migrante absoluta (UDAPE, 2018: 140). Esto dio paso a un crecimiento urbano acelerado y a una conglomeration poblacional que trasciende los límites del municipio de La Paz y posibilitó la ampliación de la denominada región metropolitana, conformada por los municipios de: Achocalla, El Alto, Laja, La Paz, Mecapaca, Palca, Pucarani y Viacha, concentrando el 18% de toda la población nacional (Alternativas, 2021: 21).

Esa densidad demográfica, junto a otras características territoriales, económicas, sociales y culturales, complejizan y dificultan la capacidad del aparato estatal (municipal, departamental y nacional) de satisfacer las necesidades de la población en cuanto a la alimentación, vivienda, servicios básicos, transporte, etc.

La alimentación no es un tema marginal, al contrario es transversal y fundamental de las dinámicas complejas paceñas. Teórica y políticamente se la suele encarar desde diferentes enfoques, como, por ejemplo, desde la Seguridad Alimentaria, el Derecho Humano a la Alimentación Adecuada, o desde la Soberanía Alimentaria; que no son contradictorios, sino más bien complementarios y tienen un acercamiento a la misma problemática desde diferentes perspectivas (FAO, 2008).

Al igual que los enfoques mencionados, está el de sistemas alimentarios,³ que ha ganado aceptación en los últimos años y que permite mirar las problemáticas sociales, políticas, económicas y ambientales desde una perspectiva integral y desde la complejidad que implica. Este enfoque es innovador para los estudios alimentarios porque abre la mirada a todos los elementos de la alimentación proponiendo un enfoque de interdependencia entre todos ellos.

Uno de los elementos principales de los sistemas alimentarios, y usualmente subvalorado, es: “el comportamiento de las y los consumidores”, es decir, el consumo de alimentos está influenciado por una diversidad de factores y contribuye a diferentes resultados socioeconómicos, culturales, políticos y ambientales (HLPE, 2017). Es decir, que el consumo –las y los consumidores– se convierte en un campo constitutivo de los Sistemas Alimentarios

³ “Un ‘sistema alimentario’ reúne todos los elementos (medio ambiente, personas, insumos, procesos, infraestructuras, instituciones, etc.) y actividades relacionadas con la producción, la elaboración, la distribución, la preparación y el consumo de alimentos, así como los productos de estas actividades, incluidos los resultados socioeconómicos y ambientales” (HLPE, 2014: 12).

que puede influir y transformar a los demás componentes.

Con el presente artículo colectivo pretendemos aportar elementos para la reflexión y análisis sobre el poder de las y los consumidores, respecto a la importancia y la urgencia de la participación social en el acto político de comer, y la influencia del consumo organizado para la construcción de sistemas alimentarios sostenibles que contribuyan a la transición hacia el Vivir Bien.

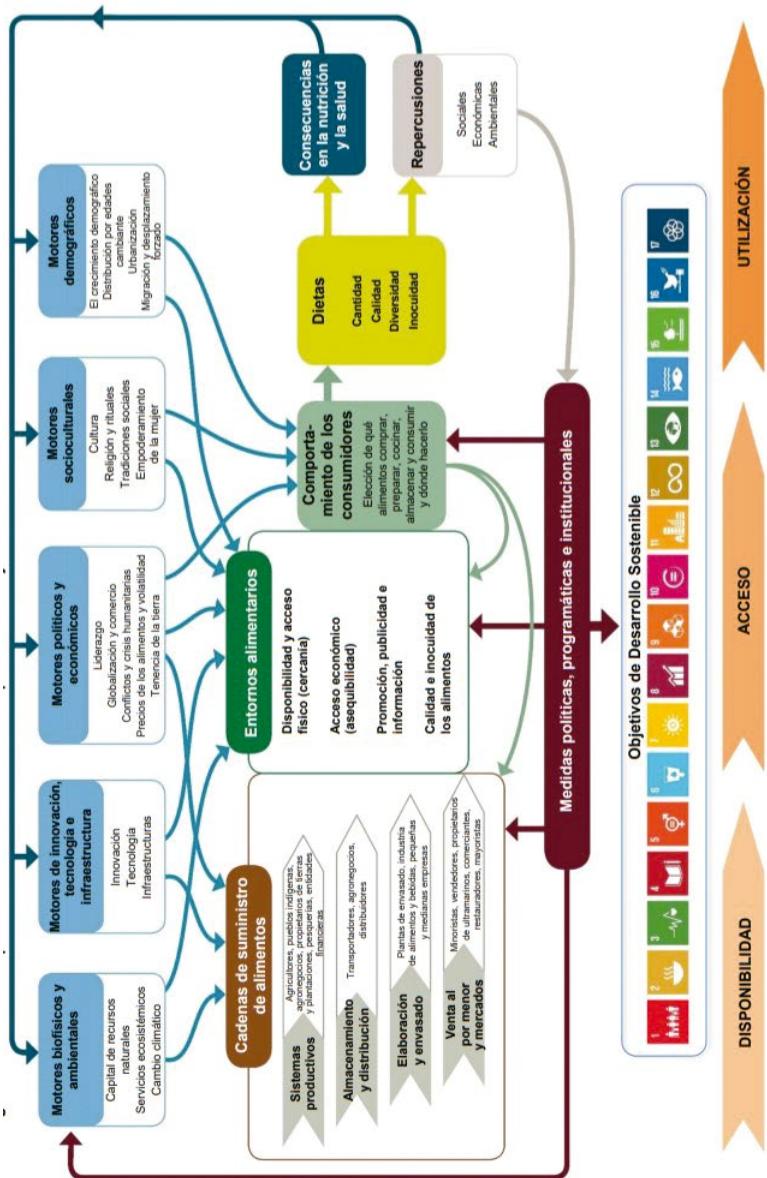
Los sistemas alimentarios y el consumo de alimentos

El concepto de sistemas alimentarios va más allá de la mirada técnica de la cadena de suministro de alimentos, la cual se puede ver como algo lineal que se enfoca en la producción y considera de forma secundaria a la transformación, el transporte, la comercialización y el consumo. Adicionalmente, la mirada lineal, toma en cuenta a los elementos de la alimentación de forma aislada.

El enfoque de sistemas alimentarios, como se muestra en el gráfico 1, describe todos los elementos relacionados con el sistema y las interacciones que estos tienen entre sí y con otros sistemas. Esto quiere decir que los sistemas alimentarios son abiertos y dinámicos, que influyen y son influidos por otros sistemas a nivel local y global.

Los elementos que constituyen un sistema alimentario son: 1) la cadena de suministros de alimentos, 2) los entornos alimentarios y 3) el comportamiento de las y los consumidores. Estos elementos determinan los resultados socioeconómicos y ambientales de los sistemas alimentarios (HLPE, 2017: 29).

Gráfico 1
Marco conceptual de los sistemas alimentarios para las dietas y nutrición



Fuente: HLPE, 2017:29.

De los tres elementos, el comportamiento de las y los consumidores es el más complejo de abordar por la relevancia de la toma de decisiones a nivel personal. Es decir, lo que cada uno de nosotros y nosotras decide comer tiene el poder de alterar la tendencia, el impacto y los resultados de toda la cadena de suministro de alimentos, más aún si se hace de forma colectiva y organizada.

Sin embargo, al estar inmerso en sistemas abiertos, este comportamiento se encuentra influenciado por diferentes situaciones contextuales cambiantes a las que se enfrentan los otros elementos del sistema alimentario (la cadena de suministro y los entornos alimentarios), además de los denominados motores de cambio (ver gráfico 1). Se trata de una retroalimentación permanente.

Según el Comité de Seguridad Alimentaria, en el comportamiento de las y los consumidores influyen las preferencias personales determinadas por el sabor, la comodidad, la cultura y otros factores. Sin embargo, dicho comportamiento también depende del entorno alimentario existente, entendiéndolo como el acceso y la asequibilidad de alimentos y los medios socioculturales en los que estos se encuentran. A la inversa, los cambios colectivos en el comportamiento de las y los consumidores pueden abrir vías para establecer sistemas alimentarios más sostenibles que mejoren la seguridad alimentaria y la salud (HLPE, 2017: 37), como se verá más adelante.

El comportamiento de consumidores y consumidoras en La Paz

A nivel local, en La Paz, se hizo una investigación cualitativa y cuantitativa sobre los hábitos alimenticios de personas jóvenes, cuyo rango de edad oscilaba entre los 18 y 35 años. Las encuestas consistían en 59 preguntas sobre hábitos de consumo y alimentación saludable, las cuales fueron realizadas por medio de un muestreo aleatorio simple a 1000 personas jóvenes de entre 18 y 35 años de edad y se las hizo en las cabinas del teleférico, en las rutas que conectan a las ciudades de La Paz y El Alto.

Para profundizar la información, este estudio se realizó durante 2 años, en el mismo se realizaron entrevistas, encuestas, grupos focales y encuestas en línea. El 2020 durante la pandemia, para actualizar la información se hizo una encuesta online a 100 personas dentro del mismo grupo etario.

Una mayoría de los encuestados y las encuestadas reconoció que el factor fundamental para elegir sus alimentos es el sabor, 35%; considerando después el precio y la costumbre, 20%; mientras que solo el 15% registró la salud como un factor importante en el momento de elegir sus alimentos (Cosecha Colectiva y FIDA, 2020: 18).

En la parte cualitativa se realizaron triadas con 12 grupos de jóvenes (6 de mujeres y 6 de hombres) conformados según tres rangos de edad: 20-25 años,

26-30 años y 31-35 años. Esta herramienta fue utilizada para dar mayor profundidad a los temas definidos en las encuestas. Se hizo seguimiento a través de grupos de *WhatsApp* donde se compartieron preguntas y otras dinámicas.

Finalmente, se realizó un taller con 16 personas jóvenes de La Paz y El Alto en el que se interpretaron y profundizaron los datos recogidos con las otras metodologías. En el estudio se analizó el conocimiento teórico sobre alimentación saludable, alimentación consciente y se cruzaron estos datos con los hábitos de consumo de la población indicada. Igualmente, se profundizó en aspectos sociales, culturales y económicos para determinar las decisiones de compra y consumo de alimentos.

Los resultados cualitativos arrojaron elementos de estudio del comportamiento de consumidores en la juventud paceña, como los conocimientos conceptuales, la elección de alimentos o comidas y sus percepciones de sabor.

La mayoría de los y las participantes del taller mostraron que en la juventud existe un conocimiento superficial de conceptos relacionados a la alimentación. Al preguntarles qué es una buena alimentación, muchos y muchas respondieron “comer frutas y verduras”. Al preguntarles sobre la alimentación sostenible en sus vidas diarias, los y las participantes afirmaron que no adoptan prácticas de cuidado de medio ambiente en sus hábitos. Por ejemplo, un participante mencionó:

Me ha sorprendido que no le interesa a ninguno el tema de medio ambiente y eso que se habla tanto últimamente, no tienen conciencia del deterioro de este y tampoco tienen interés de participar en alguna acción que ayude a preservarlo (Cosecha colectiva, 2020).

Llama la atención la elección de alimentos de un sector de la juventud paceña. Al preguntarles qué elementos toman en cuenta en el momento de comprar alimentos, no solo respondieron entre precio, sabor, salud y costumbre (establecido en la encuesta), sino que aumentaron elementos como: la cantidad (que sea llenador) y las calorías (su impacto en la estética personal). Asimismo, compartieron sus opiniones desde sus vivencias personales:

En mi casa cada vez consumimos más comida chatarra porque es más rápida y como no hay mucho tiempo para cocinar viene bien (*ibid.*, 2020).

A mí me gusta la carne, pero no siempre comemos, eso sí consumimos mucho pollo, es que es más barato (*ibid.*, 2020).

Verduras si hay, yo como nomás, pero creo que no me compraría directamente para comer (*ibid.*, 2020).

Otro elemento llamativo es la influencia familiar en la alimentación de los y las jóvenes. Por un lado, se relaciona a tradiciones culturales, que nor-

malizan el acatamiento de lo que sea que se sirva en las mesas de los hogares, como se nota en el lema popular “come callado”. Por otro lado, se puede ver el peso de la figura materna en la cocina, como la figura de la mujer preocupada por el cuidado y lo saludable:

... comemos esa comida que mi mamá aprendió de mi abuela (*ibid.*).

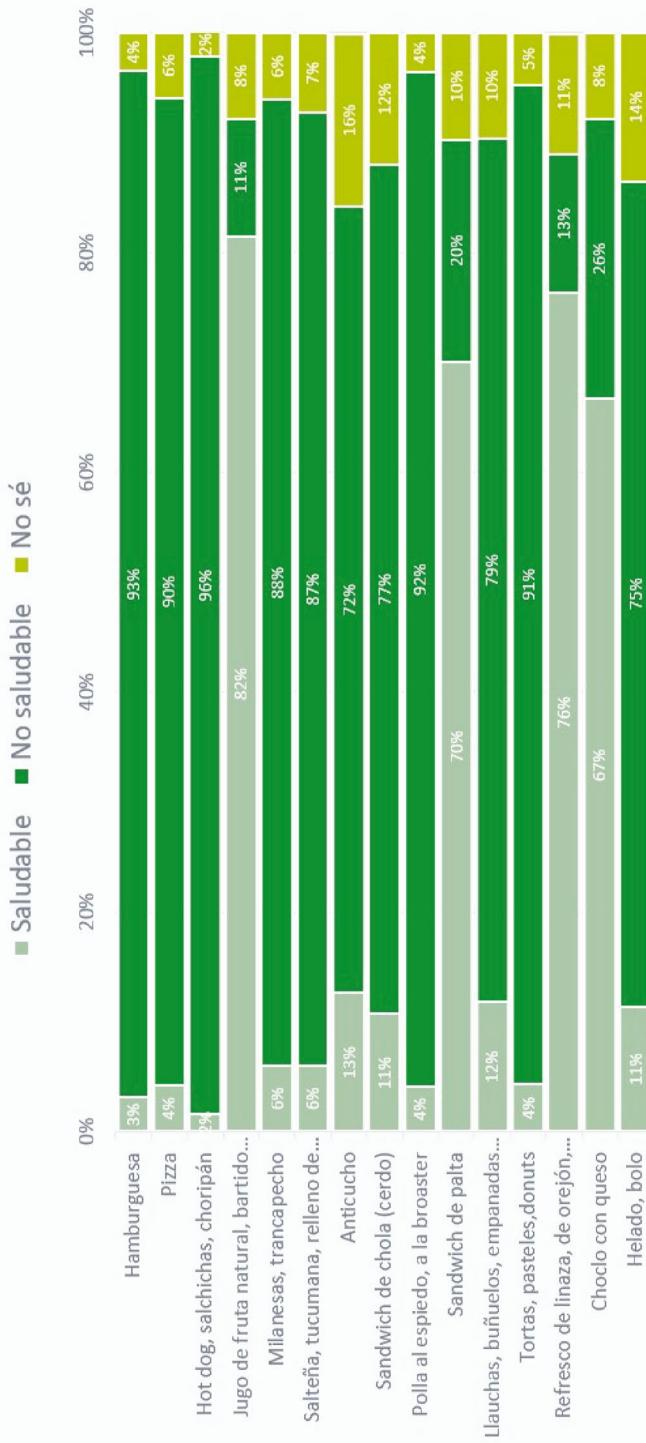
Es decisión de las madres. Ellas mandan en ese tema, sino nos harían cocinar a nosotros y en mi casa los hombres nunca cocinamos, así que prefiero que se siga nomas la tradición (*ibid.*).

Las mujeres están más preocupadas por buscar una alimentación más sana, pero sensiblemente comer más sano es más caro, pues...(*ibid.*).

En general, en el estudio se pudo ver que las personas jóvenes tienen conocimiento sobre lo que constituye una alimentación sana y saludable (tomar agua, comer variedad de frutas y verduras, reducir grasas saturadas y azúcares). Sin embargo, en la profundización cualitativa, se pudo ver que el conocimiento se queda generalmente como idea, pues no cuestiona el por qué ni el cómo comer, como tampoco los impactos, ni las interrelaciones sistémicas.

Aparte del conocimiento, con el que cuentan o no, las personas entrevisadas sobre lo saludable y lo menos saludable en alimentación, pareciera que existe en el imaginario colectivo una asociación de determinados alimentos en torno a lo saludable. En el gráfico 2 se muestran los distintos tipos de alimentos y la relación que la población encuestada hace con los mismos.

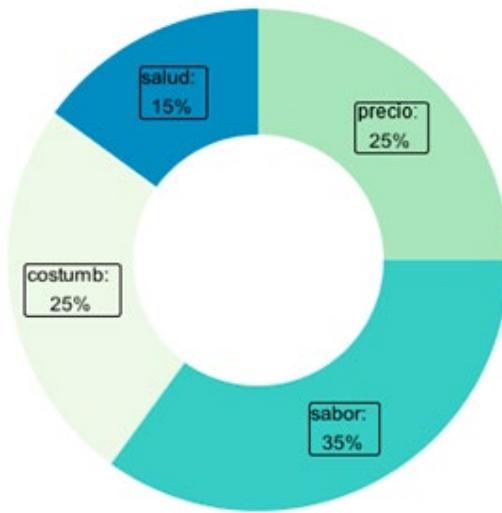
Gráfico 2
Asociación de alimentos entorno a lo saludable y lo no saludable



Fuente: Cosecha Colectiva y FIDA, 2020: 10.

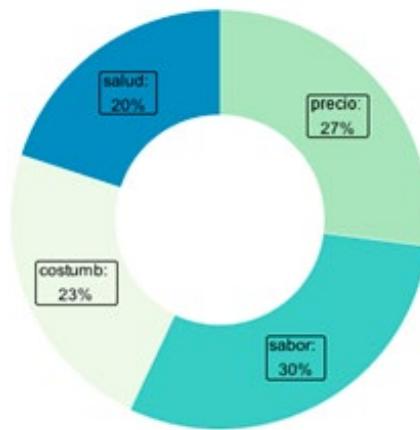
Los gráficos 3, 4 y 5 identifican los principales factores tomados en cuenta al momento de la compra y el consumo de alimentos para las y los jóvenes entrevistados y entrevistadas. Se puede ver que en la muestra completa el principal factor es el sabor, y se identifica también que existe una clara diferencia a la hora de elegir entre mujeres y hombres al considerar la importancia de la salud (20% mujeres y 9% hombres). En la validación de los datos se trató de determinar qué es lo que influye para que la gente defina que algo “sea sabroso”. Dentro de las respuestas se encontraban: la cultura alimentaria de la persona y de la familia, la tradición, la moda y el uso de azúcares, sal y grasas.

Gráfico 3
Factores para elegir muestra general



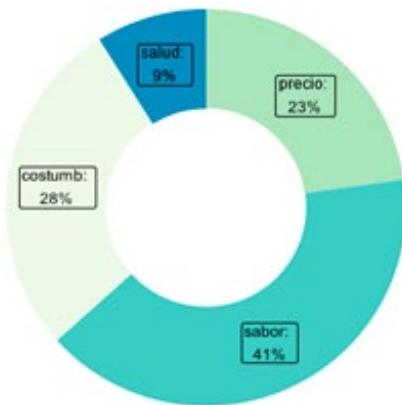
Fuente: Cosecha Colectiva y FIDA, 2020: 11.

Gráfico 4
Factores para elegir mujeres



Fuente: Cosecha Colectiva y FIDA, 2020: 11.

Gráfico 5
Factores para elegir: hombres



Fuente: Cosecha Colectiva y FIDA, 2020: 11.

Muchas de las personas jóvenes que participaron en las triadas y en el taller de validación expresaron la intención de cambiar sus hábitos de alimentación y, en muchos casos, haberlo intentado. Sin embargo, sus entornos presentan obstáculos o dificultades para comer más sano: familias más

tradicionales que no apoyan una alimentación no convencional, grupos de amistades que prefieren la comida accesible y de moda, y entornos alimentarios alrededor de los centros de estudio, trabajo o de vivienda que tienen una oferta principalmente enfocada en comida rápida o comida con alto contenido de carbohidratos y proteína animal. Existe también una población joven con poco interés en comer saludable y esto se debe, principalmente, a la idea de que el factor salud es una preocupación de la edad adulta.

Un mínimo porcentaje de las personas encuestadas y entrevistadas consideran otros factores a la hora de comprar sus alimentos, como: impacto ambiental, impacto social, de dónde vienen sus alimentos, entre otros. Además, las y los consumidores toman decisiones según su capacidad de adquisición socioeconómica, algo que define en gran parte la calidad de los alimentos que demandan y consumen. Los alimentos procesados y ultra procesados son, por lo general, más accesibles y los orgánicos y saludables más caros. Si las familias desean preparar alimentos sanos en casa, esto implica también tiempo y conocimientos, por lo que la mayoría de las personas terminan eligiendo comida rápida, al paso. Es decir, priorizan la necesidad de comer y de economizar los gastos por encima de la salud, el medio ambiente, u otros impactos relacionados a estas decisiones.

Los resultados muestran que hay un vacío en la comprensión de consumo de alimentos de forma sistémica, como elemento fundamental de los sistemas alimentarios, que influye y es influído por la producción alimentaria y otros. Adicionalmente, se debe fortalecer la comprensión de consumir alimentos como una “acción parte de”, que está interrelacionada con los otros elementos del sistema alimentario, teniendo en cuenta, además, que existen diferentes tipos de sistemas alimentarios. En este sentido, hay una débil comprensión de la agencia que tienen los consumidores y consumidoras, en tanto su capacidad de actuar y guiar su porvenir.

Hablemos de los sistemas alimentarios en plural

Según el informe del Comité de Seguridad Alimentaria, se definen tres tipos de sistemas alimentarios a nivel mundial:

- **Tradicionales.** Los consumidores y consumidoras dependen de alimentos de temporada mínimamente elaborados, producidos para el consumo propio o mercados informales, cuyas cadenas de suministros son circuitos cortos.⁴

⁴ Los “circuitos cortos” son una forma de comercio basada en la venta directa de productos frescos o de temporada sin intermediario –o reduciendo al mínimo la interme-

- **Mixtos.** Las familias productoras de alimentos dependen de los mercados tanto formales como informales para la venta de sus cultivos. En los mismos es más fácil acceder a alimentos elaborados y envasados. Existen normas de calidad e inocuidad de los alimentos, pero los productores pueden no seguir las sistemáticamente.
- **Modernos.** Ofrecen opciones alimentarias diversas durante todo el año porque contienen técnicas de elaboración y envasado de alimentos que prolongan su vida útil. Están en mercados formales y de fácil acceso a todas las zonas donde los alimentos orgánicos tienden a ser más caros. Y se vigila la inocuidad de los alimentos, su cumplimiento, las infraestructuras de almacenamiento y transporte que están generalizadas y suelen ser fiables (HLPE, 2017: 43-44).

Hay que tomar en cuenta que los sistemas alimentarios son dinámicos y se transforman con el tiempo, según sus relaciones locales y globales. Es por eso que no existe un solo sistema, sino numerosas dinámicas que varían desde el tipo de cultivos, las relaciones entre la sociedad y la naturaleza de un determinado espacio (geográfico, histórico y cultural) y la relación (ya sea horizontal pero casi siempre vertical) con las superestructuras, como el sistema económico.

Los alimentos que elegimos consumir a diario son decisiones sistemáticas que, dejando de lado cuestiones básicas como el cuidado de la salud y de la naturaleza, permiten influenciar activamente en la producción y la cadena de suministros de alimentos de nuestros entornos cercanos.

La problemática alimentaria, ambiental y social

Para hacer un acercamiento completo a los sistemas alimentarios y al poder del comportamiento de las y los consumidores, es necesario reconocer las problemáticas actuales que provocan estos sistemas a partir de tres factores que son inseparables: la salud, el medioambiente y el entorno social. Asimismo, estos problemas están siendo reforzados y acelerados, particularmente, por las características del sistema alimentario moderno que actualmente es el predominante en el mundo y, por lo tanto, tiene una intensa influencia en los sistemas alimentarios paceños.

diación– entre productores y consumidores. Acercan a los agricultores al consumidor, fomentan el trato humano, y sus productos, al no ser transportados a largas distancias ni envasados, generan un impacto medioambiental más bajo (CEPAL, 2014: 7).

Cuando hablamos de salud, podemos hablar de “problemáticas alimentarias”, término que engloba a todos los problemas relacionados con la alimentación de las y los ciudadanos. La salud está estrechamente relacionada con el Derecho Humano a la Alimentación Adecuada, que es:

Un derecho fundamental para la supervivencia. El derecho internacional reconoce el derecho de toda persona a una alimentación adecuada y el derecho fundamental a estar protegida del hambre, la cual es de crucial importancia para el disfrute de todos los derechos humanos” (FAO, 2008).

A pesar de ser un derecho fundamental:

La malnutrición en todas sus formas (desnutrición, carencias de micronutrientes, sobrepeso y obesidad) sigue afectando a todos los países del planeta y constituye un importante impedimento para lograr tanto la seguridad alimentaria mundial y una nutrición adecuada como el desarrollo sostenible (HLPE, 2017: 9).

La mayoría, sino todas las enfermedades no transmisibles tienen su origen y principal causa en la alimentación. Enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes y otras enfermedades respiratorias, tienden a convertirse en riesgosas e incluso mortales cuando existe desnutrición y/u obesidad.

Bolivia no se queda afuera de esta problemática en la que “...las anemias nutricionales tanto en niñas/os como en mujeres en edad fértil, son preocupaantes por sus efectos en rendimiento físico e intelectual. Otro problema a enfrentar es el sobrepeso y obesidad especialmente por su impacto en la salud y la carga para el Estado” (CT-CONAN, 2018: 32).

Este problema está presente en todas las ciudades del país, por ejemplo, en la ciudad de El Alto

...6 de cada 10 mujeres tienen sobrepeso (obesidad en los casos más severos) y al menos 5 de cada 10 hombres sufren el mismo problema (...) la mayoría de las atenciones médicas en la ciudad de El Alto están relacionadas con las enfermedades no transmisibles (...) El crecimiento de estos males está estrechamente relacionado con el tipo de comida que consumen (...): diabetes por exceso en los azúcares, hipertensión por exceso de sal, obesidad por exceso de grasas y calorías, y las enfermedades renales y el cáncer tienen estrecha relación con la ingesta de tóxicos (Fundación Tierra, 2018: 9).

Este tipo de alimentación y consumo está estrechamente relacionado a la disponibilidad de los productos alimenticios, y a partir de ello se conectan el factor económico y el social: en la ciudad de La Paz existe una gran cantidad de consumidores y consumidoras que evidentemente son más numerosos que la población productora de alimentos. Al mismo tiempo, se puede soste-

ner que las y los productores también son parte de la población consumidora. Solo el 6,2% de la población es la que realiza labores agropecuarias como principal ocupación (Alternativas, 2021: 31).

Estos pequeños grupos de productores y productoras practican la agricultura urbana y periurbana, sus productos están dirigidos, principalmente, al autoconsumo o a grupos minoritarios de la población paceña. Si bien, estas familias productoras están cada vez más organizadas y están ampliando su alcance, su crecimiento no es exponencial y no se espera que abastezcan al conjunto de la población en un futuro cercano, por múltiples limitaciones que se les presentan, entre ellas: espacio físico para cultivos, apoyo institucional, competencia con productos más baratos y falta de concientización de las y los consumidores sobre los beneficios de este tipo de productos.

Entonces ¿de dónde provienen los alimentos que se consumen en La Paz? En Bolivia, las empresas extranjeras concentran la mayor cantidad de ventas del mercado formal de alimentos y bebidas. Esto significa que las ganancias relativas a la productividad de la tierra se transfieren al extranjero; este fenómeno repercute en las familias productoras locales porque la mayoría de las y los agricultores son personas adultas, ya que los jóvenes, normalmente salen de sus comunidades y abandonan el oficio porque consideran a la agricultura un negocio no rentable (La Pública, 2020).

Según la Fundación Alternativas (2021), las frutas y hortalizas que se consumen en la ciudad de La Paz vienen de pequeños centros productivos y de municipios vecinos como Palca y Achocalla. Sin embargo, la mayor parte de estos alimentos frescos proviene de forma legal o ilegal de otros países como Perú, Chile y Argentina. Naturalmente, desplazan la producción de las familias del departamento paceño. Los productos se compran en mercados centrales y se distribuyen a mercados vecinales, provocando el incremento de precios en cada punto intermedio.

El costo ambiental también aumenta porque se producen más emisiones de gases de efecto invernadero por cada trayecto extra que debe recorrer el alimento. Sin contar con la necesidad de aplicar más agroquímicos para que los productos resistan el viaje sin podrirse. Estos costos ambientales son considerados como “externos” y no son incluidos en el precio final, algo que los hace más competitivos (en el sentido económico) que los productos locales y ecológicos (Alternativas, 2021: 44).

Esto concentra el ingreso económico en industrias que, generalmente, promueven los monocultivos, el uso de agroquímicos, transgénicos y afectan directamente al medio ambiente. Se trata de un modelo de “desarrollo productivo” impulsado bajo el supuesto de que los recursos disponibles son inagotables, en el que la alimentación pasa a un segundo lugar detrás de las ganancias económicas. Sin embargo, las consecuencias ambientales pueden verse claramente:

- En el gasto de recursos como el agua. Un 70% del agua destinada para el uso humano se va directamente a la agricultura y ganadería industrial, para verlo de otra forma: producir un kilo de carne de vaca requiere aproximadamente 15.000 litros de agua (Román, 2009).
- En el caso de la contaminación atmosférica, se puede advertir que en los últimos 50 años las emisiones de gases de efecto invernadero provenientes de la agricultura, silvicultura y otros usos de la tierra, se han casi duplicado. Siendo responsables del 22% del total, sin tomar en cuenta el gasto que se realiza en transporte y mantenimiento de los alimentos que son exportados a largas distancias (FAO, FIDA y PMA, 2015).
- Con la deforestación y la expansión de la frontera agrícola, en Bolivia se pierden 248.000 hectáreas de bosque por año. La soya de semilla transgénica juega un papel importante, pues representa un tercio de toda la superficie cultivada en el país (Franco, 2016).
- Y, por último, a causa del sistema alimentario moderno que repercuten en la pérdida de biodiversidad genética. Esto debido a que el consumo de productos globalizados (como la papa holandesa sobre las papas nativas) y la disponibilidad de semillas transgénicas de fácil cultivo, ha contribuido a que se pierda el 75% de la diversidad genética alimentaria del mundo (Otal, 2018).

El rol del Estado central es confuso ya que promueve, por un lado, el consumo de productos del sistema alimentario moderno con acciones como la entrega de tierras fiscales a grupos interculturales, la aprobación de exportación de carne, la legalización de soya transgénica, la permisividad ante la deforestación y los incendios forestales, entre otros. Y, por el otro lado, promueve de forma marginal el consumo de productos biodiversos locales como la almendra, el asaí, la quinua y el café.

Los sistemas alimentarios sostenibles

Como respuesta a las problemáticas ya mencionadas es que nace la necesidad de cambiar los sistemas alimentarios y optar por alternativas que permitan la sostenibilidad y el cuidado de la salud y el medio ambiente.

Los sistemas alimentarios sostenibles se entienden como sistemas alimentarios con la “...capacidad a largo plazo de brindar seguridad alimentaria y nutrición de una manera que no comprometa las bases económicas, sociales

y ambientales que generan la seguridad alimentaria y la nutrición para generaciones futuras” (Szucs, 2021: 11). De esta definición se pueden entender dos cosas:

En primer lugar, un sistema alimentario sostenible gira entorno a las capacidades y limitaciones del sistema natural en el que se encuentra, es decir, que debe respetar los ciclos regenerativos del mismo. Teniendo presente una mirada a largo plazo que pueda satisfacer las necesidades de las generaciones presentes, sin vulnerar el derecho a la alimentación y un ambiente sano de las generaciones futuras.

En segundo lugar, los sistemas alimentarios sostenibles reconocen que la humanidad es interdependiente junto a otros sistemas, afirmando que otros seres vivos y ecosistemas están presentes y tienen derechos.

Entonces, en un sistema alimentario sostenible y agroecológico⁵ el ámbito del consumo implica que todas las decisiones alimentarias a nivel personal, familiar y social, se hagan de forma informada, responsable y respetuosa. Estas características no son nuevas, pues se encuentran en las prácticas de los pueblos indígenas que han sobrevivido con sus saberes ancestrales previos a la colonización y la globalización.

Dentro del modelo de desarrollo boliviano del Vivir Bien, la alimentación se constituye como parte fundamental de lo que el Estado ha llamado Saber Alimentarse “...que es alimentarse con calidad y productos naturales, saber combinar las comidas y bebidas, a partir de las estaciones del año, respetando los ayunos y ofertando alimentos a la Madre Tierra” (Ley 300, 2012). Definición que se acerca mucho a lo que podemos considerar el resultado ideal de un sistema alimentario sostenible.

En ese camino, y puntualizando en el tema del consumo, actualmente se están gestando redes locales, regionales y mundiales de personas organizadas que reconocen su derecho a alimentarse de forma sostenible y ecológica. Negando, primeramente, el tipo de alimentación impuesta por el sistema alimentario moderno, el cual responde al sistema capitalista, y asumiendo, en segundo lugar, la corresponsabilidad de construir una forma de alimentación que promueva sistemas regenerativos y sanadores (sostenibles).

5 La agroecología es una ciencia (que estudia los sistemas alimentarios y agrarios), es un movimiento social (que impulsa nuevas formas de hacer agricultura, de producir alimentos y transformarlos) y es un conjunto de prácticas (que genera sistemas alimentarios sostenibles, que respetan los ciclos de la tierra, las tradiciones de cosecha, las culturas y dan valor a las familias productoras) (FAO, 2022).

La apuesta de consumidores y consumidoras por sistemas alimentarios sostenibles en La Paz

Los consumidores y las consumidoras, en tanto personas individuales y colectividades con poder de incidencia, están inmersos e inmersas en el componente de consumo, dentro de los sistemas alimentarios. La interacción se complejiza, al recordar el carácter plural de los mismos y el contexto complejo y caótico de La Paz.

A nivel global y local, los sistemas alimentarios interactúan unos con otros continuamente, en relaciones de poder desiguales. Por ejemplo, una persona puede comprar sus frutas y verduras (orgánicas, o no) provenientes del contrabando como del área rural en el mercado barrial, y luego dirigirse al supermercado a buscar productos procesados e importados.

En este escenario, gran parte de la población paceña es migrante y tiene una estrecha relación, aunque debilitada, con la producción de alimentos en el área rural, debido a sus relaciones de parentesco con productores y productoras. Por ello, se puede decir que en La Paz los sistemas alimentarios son mixtos, con una predominancia de los sistemas alimentarios modernos.

En La Paz, se han constituido movimientos de consumidores y consumidoras que apuestan por una realidad alternativa mediante la construcción de criterios ambientales y sociales que están a la altura de la urgencia de transformar la realidad desde el consumo. Estos movimientos tienen presente su agencia de consumidores como una fuerza de cambio sistémica, reafirmando su necesidad de hacer enlaces con los demás actores del sistema, ya sean personas productoras, transformadoras, recicradoras y el resto de la sociedad civil.

En cuanto a sus relaciones con otro tipo de actores, como el Estado, empresas e instituciones privadas, hay dos corrientes de comportamiento de consumidores y consumidoras: una que interactúa y concilia sus puntos de vista, llegando incluso a trabajar en conjunto en busca de sus verdaderos objetivos, y otra que avanza de forma independiente cuestionando y denunciando de la mano, en muchos casos, con la academia y los medios de comunicación.

Uno de los grupos es el Movimiento de Comida Consciente (MCC) que surge el 2012 con el primer Festival de Comida Consciente en “Casa Espejo”,⁶ producto de la reflexión e impulso de La casa de les ningunes, una comunidad intencional urbana de personas jóvenes que viviendo juntas, aplicaban alternativas sostenibles orientadas a la alimentación (MIGA, 2018: 28).

6 Club de Cine Alternativo. Coorganizadora y anfitriona del primer Festival de Comida Consciente en 2012.

Actualmente, este Movimiento cuenta con más de 100 emprendimientos, instituciones, organizaciones de la sociedad civil y personas articuladas que responden a las convocatorias y son partícipes de las actividades de incidencia convocadas por el mismo (Cosecha Colectiva, 2021 a).

En el más reciente Festival de Comida Consciente de 2021, realizado de manera descentralizada con actividades virtuales y presenciales,⁷ se contó con la articulación de 67 representantes del campo de la alimentación: 9 instituciones aliadas (entre ellas: Swisscontact, HIVOS, GAMILP, Cosecha Colectiva), 10 restaurantes, 24 emprendimientos de productos transformados y repostería, 4 asociaciones de productores y productoras, 4 emprendimientos de economía circular y 16 activistas⁸ (Cosecha Colectiva, 2021 b).

El MCC es organizado de manera colectiva, para lo cual cuenta con un “grupo núcleo” autoconvocado que cambia con los años y que es el responsable de impulsar las actividades anuales del movimiento. Algunas organizaciones y emprendimientos que forman parte de este grupo actualmente son: Cosecha Colectiva, EcoTambo, Flor de Leche, Arka Ira de El Alto, Colectivo Infinitum de Tarija, la Kasa Muyu de Cochabamba, Tierra Viva y varios consumidores y consumidoras conscientes.

Sin embargo, el MCC está abierto a la participación voluntaria de cualquier persona que se sienta identificada con uno o más de los lineamientos que forman parte de su posición política sobre la alimentación, lineamientos que son denominados “Criterios de la Comida Consciente” y son:

- Resistencia al cambio climático
- Resistencia a la degradación ambiental
- Resistencia a los transgénicos
- Resistencia al consumismo
- Resistencia a la explotación animal
- Resistencia a la comida rápida y comida chatarra
- Relación de respeto profundo con la Madre Tierra
- Rescate de saberes y sabores de Bolivia y del mundo
- Cuidado de la Salud
- Cuidado del medio ambiente
- Seguridad alimentaria con soberanía
- Derecho a la alimentación
- Consumo Responsable (Movimiento de Comida Consciente, 2018: 11).

7 Puntos de venta de productos transformados, menús especiales en restaurantes, artivismo, entrevistas, tours virtuales y un pequeño festival presencial.

8 Personas que utilizan el arte para hacer activismo, para expresar mensajes de apoyo frente a una causa social o denunciando injusticias.

A partir de estos criterios es que el Movimiento de Comida Consciente desea impulsar su propia propuesta de sistema alimentario sostenible y justo se denomina “Ciclo de Comida Consciente” que considera las siguientes etapas y actores: 1) Producción de alimentos orgánicos con principios agroecológicos, que suelen provenir de una agricultura familiar o comunitaria y que ofrecen alimentos diversificados producidos en armonía con la Madre Tierra (frutas, verduras, granos, etc.). 2) Transformación de los alimentos, que le dan un valor agregado y están orientados a un trabajo generalmente artesanal, que cuide la salud y siga los criterios de la comida consciente (café, chocolate, mermeladas, entre otros). 3) Gastronomía, cocineras y cocineros, que de manera individual o en restaurantes ofrecen platos creativos con alternativas saludables y que rescaten saberes y sabores de sus culturas y del mundo. Y, finalmente, la etapa 4) Continuidad del ciclo, que permite la circularidad en la alimentación con acciones que ayudan a que los alimentos vuelvan a la tierra y recomiencen el ciclo de manera mejorada; esta etapa agrupa a sectores que se dedican al reciclaje de desechos orgánicos y no orgánicos, educación y difusión alimentaria, investigación y sensibilización, activismo y consumo de alimentos (Movimiento de Comida Consciente, 2018: 13).

Algunas actividades concretas a las que se convoca a la comunidad del MCC son:

El Festival de Comida Consciente (realizado todos los años como respuesta a “dónde puedo consumir de manera responsable”); las campañas de conscientización relacionadas a la comida consciente en redes sociales (revisando los criterios de Comida Consciente en 2016-2017 y la Campaña Octubre Verde en 2018). El Jueves de Comida Consciente (iniciativa de La casa de les ningunes, evento en el que se invitaba a las personas a comer de manera saludable y sostenible, y que ha sido replicada en distintos espacios alrededor de Bolivia). Las publicaciones (Ecoguía, Memorias de festivales, entre otras), y el desarrollo de herramientas de educación sobre alimentación (laberinto del consumo, caja de los sentidos, licuatletas, etc.). Todas ellas realizadas con la intención de cumplir el principal objetivo del Movimiento: “Promover una mayor conciencia sobre los impactos negativos que provocan los alimentos que decidimos consumir a diario, mejorar nuestros hábitos de consumo y aportar a la construcción de sistemas alimentarios más sostenibles y justos” (*ibid.*: 7).

Otra gran propuesta que surge en base a impulsar sistemas alimentarios sostenibles es el Movimiento Agroecológico Boliviano (MAB), que nace el 2020 impulsado en un inicio por la Plataforma Nacional de Suelos⁹, la red

⁹ “La Plataforma Nacional de Suelos es un espacio de intercambio de experiencias, inter-aprendizaje e incidencia social y política en Agricultura Sostenible, promovidas por un conjunto de instituciones comprometidas” <https://www.facebook.com/Plataforma-NacionalDeSuelosBolivia>

UNITAS,¹⁰ AOPEB¹¹ entre otras y que, actualmente, cuenta con la participación de más de 50 colectivos y organizaciones a nivel nacional (Canedo, 2021). Todos ellos apuntan a promover y fortalecer los sistemas alimentarios agroecológicos, mediante la participación de la sociedad civil, respetando a la Madre Tierra y reivindicando los saberes de los pueblos.

Entre sus principales acciones estuvieron la organización de las cumbres independientes de sistemas alimentarios (Szucs, 2021: 21), realizadas en 2021 en el marco de la Cumbre Mundial de Sistemas Alimentarios y Naciones Unidas, con la intención de construir una agenda de transición hacia los sistemas alimentarios agroecológicos, que sirvan como instrumento de incidencia al Estado Plurinacional de Bolivia y como hoja de ruta de la sociedad civil. Se realizaron nueve cumbres departamentales, cuatro sectoriales y una nacional, en las que hubo participación de personas auto-identificadas como consumidoras.

En este documento se define a los sistemas alimentarios agroecológicos como “complejas interrelaciones entre actores, ecosistemas, culturas y sociedades, cada uno y una con procesos históricos, características propias y diversas. No están aislados, ni son estáticos, sino que son variables que dan lugar a la producción, comercialización, transformación, preparación, consumo y reutilización de alimentos” (MAB, 2021: 4). Definición que denota el carácter sistémico del movimiento, el cual se organiza reuniendo a actores en todos los sectores comprometidos con la agroecología que desde su campo de acción generan cambios en los sistemas alimentarios, clasificándolos en 10 tipologías que cuentan con representantes dentro del Movimiento:

- Colectivos de jóvenes
- Asociaciones de productores/as
- Organizaciones de consumidores/as
- Organizaciones o asociaciones de gastronomía
- Instituciones de desarrollo
- Organizaciones de rubros productivos
- Cadenas de circuitos cortos
- Emprendimientos agroecológicos
- Movimientos agroecológicos departamentales
- Instituciones académicas

Así como su organización es colegiada, ha sido necesario para la representación con el Estado u otras organizaciones externas contar con la figura

10 “La Unión Nacional de Instituciones para el Trabajo de Acción Social, es una red nacional de 22 ONG de desarrollo de Bolivia.” <https://www.facebook.com/redunitasbolivia>

11 “Asociación De Organización De Productores Ecológicos De Bolivia fundada en 1991” <https://www.facebook.com/aopeb.bolivia>

de una o un presidente y vicepresidente que se eligen por votación cada dos años, sin embargo, en la práctica el MAB es horizontal y totalmente participativo (Jiménez, 2022).

Actualmente, y como producto de la agenda de transición hacia sistemas alimentarios agroecológicos, el MAB está trabajando en la construcción de un Observatorio Independiente Multiactor, que pueda servir como instrumento del Movimiento en pos de generar y gestionar evidencias e información sustentada de la agroecología en Bolivia, con tres principales acciones hacia la transición de los sistemas alimentarios a la agroecología:

1. Articular una red de actores, laboratorios, centros de investigación y Universidades con sedes rurales y en comunidades para que se puedan realizar el monitoreo de contaminación.
2. Generar información científica y fiable relacionada con los efectos de los agrotóxicos en la salud humana y en el medio ambiente, de forma que pueda ser utilizada por las autoridades en la decisión respecto a la aprobación o prohibición de agrotóxicos en territorio nacional.
3. Funcionar como control social junto al SENASAG y el Ministerio de Salud en el proceso de aprobación de nuevos agrotóxicos, así como revisiones periódicas de los agrotóxicos ya aprobados (MAB, 2021: 16).

Adicionalmente, en la última década se ha formado y organizado una Alianza Animalista¹² que tiene como bandera de lucha el antiespecismo.¹³ Se organiza a través de asambleas no jerárquicas que son convocadas por un grupo núcleo conformado por 5 personas, asambleas donde se decide las actividades que se van a realizar durante todo el año y las temáticas o causas que se van a abordar, algunas de esas causas han sido: recaudación de fondos en apoyo a bomberos por los incendios de la Chiquitanía, marchas en contra del maltrato animal, grupo de estudio sobre el antiespecismo, actividades de fortalecimientos del grupo a través de la comida, etc.

El grupo siempre está abierto a las y los nuevos participantes bajo el único requisito de abogar por la liberación de todas las especies, buscando que los animales cuenten con derechos, bienestar y libertad (Rada, 2022). Actualmente cuenta con 15 miembros activos, entre organizaciones como La Paz Vegan y personas individuales como Pandora nutricionista, es una alianza que se ha fortalecido del concepto “veganismo popular”, postulando que es posible alimentar a toda la población sin gastar más dinero del que

¹² “Articulación de agrupaciones, colectividades e individualidades en unión por la lucha anti especista, la defensa de la naturaleza” <https://www.facebook.com/Alianzenanimalistalp>

¹³ Oponerse a todas las formas de discriminación de los animales no humanos.

requiere la canasta básica, sin utilizar productos animales (como carne, leche o huevos) y que, además, esto beneficie al medio ambiente.

Estos movimientos abren una puerta de información sobre la alimentación sin interés en la venta de productos y permiten generar demandas en los sistemas alimentarios. Estas demandas se orientan, de manera muy acertada, a lo recomendado por el Comité de Seguridad Alimentaria Mundial a favor de las dietas saludables y sostenibles. Sus objetivos son:

- 1) Elaborar directrices nacionales y mundiales para promover dietas sostenibles y saludables y que las mismas sean aplicadas por las y los consumidores.
- 2) Poner en práctica políticas económicas y sociales que aumenten la demanda de alimentos nutritivos.
- 3) Velar porque los programas de protección social (como el desayuno escolar, subsidio, entre otros) mejoren los resultados nutricionales.
- 4) Promover las culturas alimentarias, en especial las habilidades culinarias y la importancia de la alimentación en la herencia cultural, como vehículo para fomentar los conocimientos sobre nutrición (HLPE, 2017: 22).

El poder de las y los consumidores

Una vez comprendida la situación actual de los sistemas alimentarios podemos darnos cuenta que la “producción mundial de alimentos amenaza constantemente la estabilidad climática y es un gran impulsor de la degradación medioambiental, y justamente por esto, los alimentos (y la decisión de consumo sobre ellos) son la palanca más potente para optimizar la salud humana y la sostenibilidad medioambiental de la Tierra” (EAT-Lancet Comission, 2019: 5).

El comportamiento de las y los consumidores, que es la elección (idealmente informada) de qué alimentos comprar, preparar, cocinar, almacenar y consumir y dónde hacerlo. Tiene el poder directo de alterar los sistemas alimentarios a nuevas alternativas, con repercusiones sociales, económicas y ambientales.

Las y los consumidores entonces, juegan un doble rol. Primero, dentro del sistema alimentario mediante el comportamiento y en segundo lugar, como motores políticos, económicos, socioculturales y demográficos que a su vez influyen en el comportamiento del consumidor y la consumidora en un Sistema Alimentario (HLPE, 2017: 28).

Siendo las y los consumidores quienes generan la demanda, la capacidad de tomar decisiones conscientes e informadas de las dietas que se van a

consumir en los hogares, se convierte en una responsabilidad, no solo con la economía del hogar, sino con la salud y con el planeta.

La FAO junto con la Organización Mundial de la Salud define a las “dietas sostenibles” como “patrones alimentarios que promueven todas las dimensiones de la salud y el bienestar de las personas; tienen una baja presión e impacto ambiental; son accesibles, asequibles, seguras y equitativas; y son culturalmente aceptables” (FAO y OMS, 2020: 11).

Saber elegir estas dietas requiere cambios de hábitos de consumo, mucha disposición, pero sobre todo curiosidad por el proceder e impacto que tienen los alimentos. Por esto se habla de la Alimentación Consciente, que puede entenderse como “saber, sentir y pensar lo que comemos y sus consecuencias. Y, a partir de ese conocimiento tomar decisiones más responsables” (PICC de La casa de les ningunes, 2019: 4).

Algunas acciones concretas para cambiar las dietas hacia sistemas alimentarios más sostenibles son: (1) Aumentar el consumo de alimentos de origen vegetal y limitar los alimentos de origen animal. (2) Reducir el desperdicio de alimentos en los hogares con planeación (EAT-Lancet Comission, 2019: 21-25). (3) Optar por hacer las compras en mercados locales y de circuitos cortos. (4) Evitar el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados. Y sobre todo. (5) informarse constantemente.

Con estas acciones puntuales las y los consumidores tienen el potencial de ser agentes de cambio de su sistema alimentario local. Y por medio de intervenciones políticas, económicas y socioculturales que promuevan la alimentación sostenible, ecológica y que reduzca las desigualdades sociales, se puede cambiar el sistema alimentario mundial. En este sentido las dietas (los alimentos que consumimos a diario) pasan a adquirir un carácter político, en tanto son instrumentos de transformación de los sistemas alimentarios.

Reflexiones finales

Desde las experiencias que nos ha regalado nuestro trabajo en los últimos años hemos podido constatar que uno de los factores clave para provocar y dirigir esa transformación radica en acciones suficientemente coherentes y creativas que amplifiquen el mundo de posibilidades para las y los consumidores.

Al momento vemos que nuevas posibilidades son abiertas en la mente de las o los consumidores, las mismas nos permiten una nueva relación con nuestros alimentos y nos invitan a una nueva experiencia de consumo (político y transformadora) valorando y visibilizando todo el trabajo de las personas que producen alimentos agroecológicos; aplican modelos que respetan el bosque y los sistemas de vida; protegen las semillas; desarrollan recetas pensadas en la salud de la gente y de la tierra; rescatan los saberes ancestrales

culinarios; proponen diversas dietas nutritivas y de bajo impacto ambiental que se adaptan a distintos contextos; desarrollan tecnologías apropiadas y ambientalmente amigables que permiten mejorar la gestión de los recursos utilizados en el proceso de la alimentación; diseñan campañas que enriquecen la cultura y la educación; se organizan y ejercen incidencia social e incidencia en políticas públicas; y transforman día a día el acto de alimentarse como un acto político de cuidado y de amor hacia una y uno mismo, hacia las y los otros, y hacia los sistemas de vida y todos sus componentes.

Creemos firmemente en que ese acto de consumo que se hace consciente de su poder de cambio puede permitir que todas esas personas continúen con su importante trabajo y que cada vez seamos más.

Tenemos la seguridad de que la fuerza de esas decisiones consecuentes es imparable y puede consolidarse en puentes sólidos que nos encaminen hacia la construcción de sistemas alimentarios más sostenibles que contribuyan a la transición hacia alternativas sistémicas como el Vivir Bien.

Y esa construcción solo puede ser posible desde la comunidad, con el abrigo de movimientos que, de manera colectiva, convocan a la organización y a la acción usando la alimentación como la principal herramienta para la transformación social.

Bibliografía

Alternativas, F. (2021). *Atlas de Seguridad Alimentaria de la Región Metropolitana de La Paz*. La Paz, Bolivia: Editorial Fundación Alternativas.

Canedo, F. (04 de marzo de 2021). “Entrevista al Presidente del MAB, sobre plataformas multiactor”. (C. C. Angela V. Guerra, entrevistador).

CEPAL, C. E. (2014). *Agricultura familiar y circuitos cortos*. Recuperado el 2022, de cepal.org: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/36832/1/S2014307_es.pdf

Cosecha Colectiva (2021). *Ecoguía 2021 - Guía de Emprendimientos de Comida Consciente en La Paz*. La Paz: Editorial Cosecha Colectiva.

Cosecha Colectiva (2021). *Memoria del 6to Festival de Comida Consciente en tiempos de transformación*. La Paz: Editorial Cosecha Colectiva.

Cosecha Colectiva y FIDA (2020). *Ánalisis del Estudio: “Conocimientos, actitudes y prácticas relacionadas con los hábitos de consumo alimenticio de la población joven en las ciudades de La Paz y El Alto”*. La Paz: Editorial FIDA.

CT-CONAN, C. T. (2018). *Estado de situación de la alimentación y nutrición en Bolivia*. La Paz, Bolivia.

EAT-Lancet Comission (2019). *Alimentos, planeta, salud. Dietas saludables a partir de sistemas alimentarios sostenibles*. Suecia: The Lancet.

FAO (2022). *Agroecología y Agricultura familiar*. Recuperado el 2022, de fao.org: <https://www.fao.org/family-farming/themes/agroecology/es/#:~:text=La%20agroecolog%C3%ADa%20es%20una%20disciplina,optimizan%20y%20estabilizan%20la%20producci%C3%B3n>.

FAO y OMS (2020). *Dietas saludables sostenibles-Principios rectores*. Recuperado el 2022, de fao.org: <https://doi.org/10.4060/ca6640es>

FAO, FIDA y PMA (2015). *El estado de la inseguridad alimentaria en el mundo 2015. Cumplimiento de los objetivos internacionales para 2015 en relación con el hambre: balance de los desiguales progresos*. Roma: FAO.

FAO, (2008). <https://elearning.fao.org/course/>. Recuperado el 2022, de Introducción al Derecho de una Alimentación Adecuada.

Franco, E. (2016). *En Bolivia la caña de azúcar sabe a deforestación*. Recuperado el 2022, de es.mongabay.com: <https://es.mongabay.com/2016/10/bolivia-la-cana-azucar-sabe-deforestacion/#:~:text=Alrededor%20de%201300%20hect%C3%A1reas%20fueron,Ingenio%20Azucarero%20de%20San%20Buenaventura>.

Fundación Tierra (2018). *¿Qué hacer desde la agricultura familiar?* La Paz: Fundación Tierra.

HLPE (2014). *Las pérdidas y el desperdicio de alimentos en el contexto de sistemas alimentarios sostenibles*. Un informe del Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición del Comité de Seguridad Alimentaria Mundial. Roma.

HLPE (2017). *La nutrición y los sistemas alimentarios. Un informe del Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición del Comité de Seguridad Alimentaria Mundial*. Roma.

IBCE, I. B. (14 de abril de 2021). *Instituto Boliviano de Comercio*. Recuperado el 2022, de <https://siip.produccion.gob.bo/>: <https://siip.produccion.gob.bo/noticias/files/2021-2a139-2poblacion.pdf>

Jiménez, M. J. (25 de agosto de 2022). Entrevista con la presidenta interina del MAB. (J. Rechberger, Entrevistador) La Paz: Editorial Cosecha Colectiva.

La Pública. (2020). *10 compañías extranjeras concentran las ganancias en el Mercado de Alimentos*. Recuperado el 2022, de lapublica.org.bo: <https://alimentos.lapublica.org.bo/>

Ley 300 (2012). *Ley Marco de la Madre Tierra y Desarrollo Integral para Vivir Bien*. La Paz, Bolivia.

MAB (2021). *Cumbre Independiente de Sistemas Alimentarios-Agenda de la Sociedad Civil hacia la transición agroecológica de los sistemas alimentarios*. Recuperado el 2022, de redunitas.org: <https://redunitas.org/download-category/sistemas-alimentarios-sostenibles/>

MIGA (2018). *Pioneros de la Alimentación Sostenible*. La Paz: Editorial MIGA.

Movimiento de Comida Consciente. (2018). *Memoria del Movimiento de Comida Consciente 2012-2018*. La Paz: Movimiento de Comida Consciente.

Otal, A. (2018). *Fusión Bayer-Monsanto: un tercio de semillas y pesticidas en manos de un monstruo monopolista*. EEUU: Playground magazine.

PICC de La casa de les ningunes (2019). *Manual de Facilitación para talleres de Comida Consciente*. La Paz: Editorial La casa de les ningunes.

Rada, M. (25 de Agosto de 2022). Entrevista miembro activo de la Alianza Animalista. (J. Rechberger, Entrevistador). La Paz: Editorial Cosecha Colectiva.

Román, D. (2009). *El impacto ambiental de la alimentación*. Recuperado el 2022, de unionvegetariana.org: https://unionvegetariana.org/wp-content/uploads/2017/09/impacto_ambiental.pdf

Szucs, N. (2021). *Documento de Sistematización del Proyecto. “Abogacía por el derecho humano a la alimentación y promoción de los sistemas alimentarios locales en Perú y Bolivia”*. Welthungerhilfe Sur América.

UDAPE, U. d. (Octubre de 2018). *Unidad de Análisis de Políticas Sociales y Económicas*. Recuperado el 2022, de: <https://www.udape.gob.bo/>: https://www.udape.gob.bo/portales_html/docsociales/MIGRA.pdf