



Foto de Georgina Goodwin para CRS

Una de cada nueve personas en el mundo no tiene suficiente comida y muchos no cuentan con alimentos nutritivos. Como discípulos misioneros, estamos llamados a responder a las necesidades urgentes de quienes enfrentan hambre y desnutrición y a abordar las causas profundas de esta crisis global. Juntos, lideramos el camino para mejorar la nutrición de los niños durante su desarrollo para que puedan alcanzar el potencial que Dios les ha dado.

Los fundamentos de una buena nutrición

En una pequeña aldea en el oeste de Kenia, una joven camina de casa en casa para reunirse con otras madres de su comunidad. Las visitas semanales de Gaudencia reafirman que las participantes practiquen las habilidades nutricionales que aprenden, tales como comer vegetales todos los días y amamantar a sus bebés.

Dirigido por religiosas en Kenia, Malawi y Zambia, el programa de Desarrollo Infantil (ECD) de CRS enseña a mujeres embarazadas o con hijos pequeños la importancia de una buena nutrición durante los primeros 1,000 días de vida, es decir, desde la concepción hasta la edad de dos años. Este período es crítico en el crecimiento de un niño, por lo que es necesaria una dieta equilibrada que fomente su desarrollo físico y cognitivo.

Gaudencia se unió al programa ECD de CRS cuando su hija tenía tres meses. Ella quería que su bebé estuviera sana y rápidamente absorbió la información que se compartía. Apasionada por el papel de la buena nutrición en la vida de su hija, Gaudencia se convirtió en líder de grupo para poder ayudar a otras madres. "El programa realmente ha cambiado mi vida", cuenta Gaudencia. "Ahora tengo una dieta equilibrada y sé la importancia que ésta tiene. Estoy enseñando a otros para que puedan estar motivados y cambien".

En los grupos las mujeres aprenden a incorporar frutas, verduras, leche y otros alimentos ricos en nutrientes en sus comidas. También aprenden a cocinar comidas nutritivas para sus familias, asegurando la salud a largo plazo.

"Las madres afirman que antes del proyecto sus hijos solían estar enfermos, desnutridos", cuenta la hermana Pauline, coordinadora del programa. "Ahora que

saben que era por falta de nutrición, han comenzado a darles una dieta más equilibrada. Los niños se han vuelto muy saludables y no se están enfermando".

Brindar a madres embarazadas y niños pequeños acceso a alimentos nutritivos y educación sobre estos es fundamental para garantizar un futuro saludable para las familias y las comunidades.

San Juan Pablo II dijo: "Entre los primeros derechos fundamentales del hombre está justamente el derecho a la nutrición, que no sólo es parte integrante del derecho a la vida propio de cada ser humano, sino que, me atrevería a decir, es una condición esencial para el mismo". Al centrarnos en los programas ECD, equipando a los cuidadores con educación y apoyo, contribuimos a que se den las condiciones esenciales para que todos los niños puedan prosperar.

Únete a nosotros en crs.org/lideraelcamino
y envía el mensaje de texto **LIDERA AHORA** al 306-44.