

## El pan nuestro de cada día

El pan fue el alimento básico de la Humanidad desde la prehistoria, hasta nuestros días. Su nombre proviene del latín "pannus" lo que significa masa blanca.

Algunos autores se imaginan como los inicios del pan podrían haber sido una masa de grano semi-molido y ligeramente humedecido que podría haberse cocido al sol sobre una piedra caliente, o simplemente haberse dejado abandonada junto a un fuego, o fuente de calor diversa.

El pan para los egipcios era tan importante que se consideraba como una moneda para pagar los jornales.

En la actualidad la maquinaria facilita en gran medida el trabajo haciendo que el pan carezca de penosas tareas; se emplean amasadoras, hornos automáticos, transportadoras, enfriadoras, cortadoras y hasta máquinas para envolver, se trabaja día y noche, pero más de noche para que el pan de la mañana este recién horneado y fresco, esto debido a que la gente no quiere comer un pan que este guardado.

Por otro lado el consumo de pan en las familias pobres y/o de escasos recursos va en aumento, esto quiere decir con un salario mínimo de Bs. 815.- de un solo integrante de la familia compra cada día Bs.5.- de pan a 0.50 son 10 panes cada semana debe tener como mínimo Bs. 35 para comprar pan y al mes Bs. 140.-. Una familia de padre, madre y dos hijos toman café o té dos veces al día, comen dos panes cada uno de ellos y tres panes cada hijo. Siendo 18% de su ingreso mensual. En almuerzo gasta diario Bs.40 al mes de 30 días son Bs. 1,200 como ven ya se paso en sus ingresos en Bs. 385.- Con una elevación del pan estas familias reducirán progresivamente la adquisición del pan de cada día. El pan es fundamental en la dieta de las personas de menos ingresos, debiendo dejar de consumir otros productos para poder mantener su consumo de pan. La producción de trigo en Bolivia es deficitaria y no cubre para satisfacer la demanda interna debido a que la competencia de los países limítrofes satura el mercado nacional, por lo que se debe importar y no producir, pero la verdad es que desde hace 20 años la producción interna apenas está entre el 10 a 30 por ciento por lo que el resto se importa, entra de contrabando o se recibe donaciones. Las zonas trigueras han expulsado enormes contingentes de gente que han abandonado el campo, existe un fraccionamiento marcado de las tierras, ya no se observa su capacidad productiva, y la incertidumbre de los precios del mercado son una variable que el Estado no puede ni encuentra todavía mecanismos para poder controlar.



El pan cuesta 0.50 ctvs., en cualquier tienda de barrio, mercado de Santa Cruz y hablar de una subida de precios es hablar de otras regiones donde el precio es de 0.40 ctvs., desde hace 10 años.

Nada como la sabiduría popular: "buen gusto tenemos, lo que no tenemos es dinero". Y aunque la fórmula pueda parecer simplista cuando se trata del problema de la obesidad, los estudios muestran una tendencia creciente al exceso de peso en las personas de bajos recursos.

"Se puede afirmar que los pobres no comen lo que quieren, ni lo que saben que deben comer, sino lo que pueden",

Las restricciones al acceso a los alimentos determinan dos fenómenos simultáneos que son las caras de una misma moneda: los pobres están desnutridos porque no tienen lo suficiente para alimentarse y son obesos porque se alimentan mal, con un desequilibrio energético importante, comiendo inclusive viseras de animales que eran desechadas y ahora son utilizadas para su alimentación a precio bajo.

Haití es uno de los países más pobres del mundo. Durante los últimos años, ha prosperado el mercado de las tortas de barro. Están hechas de arcilla, agua, sal, aceite y hierbas. Con una de estas tortas los haitianos más pobres logran matar el hambre durante unas pocas horas.

Recuerdo que una mujer africana contaba como engañaba a sus hambrientos niños: ponía unas cuantas piedras a cocer en una olla llena de agua, y mientras les daba vueltas con una cuchara de palo repetía a sus hijos que pronto estaría hecha la comida hasta que se quedaban dormidos, una noche más, sin comer. Y es que aquella pobre mujer no tenía que darles de comer.