

Namna ya kubuni afua madhubuti kwa kutumia viazi lishe kukabiliana na upungufu wa vitamini A, kusini mwa Jangwa la Sahara



Viazi lishe vina mchango mkubwa kilishe kwa jamii nyingi Afrika na ni chanzo muhimu cha Vitamini A kinachopendwa hususan na watoto



■ Michezo ya kuigiza ya jamii hufanya watu watake kujua zaidi. (Picha na J. Low)

Hatua kumi muhimu za kubuni mkakati madhubuti wa kukabiliana na upungufu wa Vitamini A kwa kutumia Viazi lishe:

1. Bainisha nafasi ya Viazi lishe kwa mfumo wa chakula uliyopo sasa. Kusanya taarifa juu ya namna ; viazi vitamu vinavyoendana na mifumo ya kilimo iliyopo katika mifumo ya kilimo; vilivyo muhimu kulinganisha na mazao mengine; vinavyoweza kutumika kibiashara kiwango chake kibiashara; nafasi ya jinsia katika uzalishaji wa viazi vitamu, masoko na maamuzi; mitazamo ya watumiaji na wakulima kuhusu zao hilo (inawezakana kwamba linatazamwa kama zao duni); na nafasi yake kwa usalama wa chakula na sera za lishe nchini.

2. Bainisha uwepo wa aina zisizo na magonjwa kwa kutafiti kama kuna mbegu za viazi lishe zisizo na wadudu.

• Je, aina mbalimbali za viazi lishe zinapatikana? Kuna mpango wa uzalishaji wa aina mpya za viazi lishe? Unawezaje kulinganisha aina za viazi lishe na aina nyingine za viazi vitamu kwa kiwango cha

mavuno na ladha? vyakula vingine vinavyopendwa katika jamii katika masuala ya mavuno na ladha? Ili kuwa na manufaa kulinganisha na aina zilizozeleka, viazi lishe vinatakiwa kuwa na matokeo bora.

- Kama hakuna aina ya viazi lishe, itahitaji kipindi cha miezi 18 hadi -24 kabla ya kusambaza. Waweza kupata mbegu kutoka kituo cha utafiti wa kitaifa au wasiliana na Kituo cha Kimataifa cha zao la Viazi (CIP) kwa ajili ya majaribio
- Hata kama kuna aina bora za viazi lishe kwenye eneo unalopanga kuanzisha uzalishaji, inashauriwa kuanzisha majaribio shambani mwanzoni mwa mradi.
- Chunguza ikiwa Mpango wa Kitaifa juu ya zao la Viazi una mbegu zisizoathiriwa na magonjwa. Kama mbegu hizo hazipo, jaribu kutumia zisizoathirika kwa kipindi cha mpito kabla ya kupata zenye ubora unaohitajika

3. Tambua ukubwa wa tatizo la upungufu wa vitamini A, pia elimu juu ya vitamini A na ikiwa mikakati ya kukabiliana na upungufu wa vitamini A ni kipaumbele cha Serikali

Pata taarifa za hivi karibuni kutoka angalau ngazi ya chini ya kiutawala juu ya upungufu wa Vitamini A na namna unavyoathiri ukuaji kwa watoto chini ya miaka mitano, kundi lililo katika hatari zaidi. Ikiwa itabainika mikakati iliyopo ya kukabiliana na tatizo hilo haihusishi viazi lishe, ipo haja ya kuhamasisha wenye kufanya maamuzi kutumia mbinu hiyo. Kama kiwango cha uelewa na umuhimu wa Vitamini A katika jamii ni kidogo, zingatia mbinu hiyo wakati wa maandalizi ya kampeni juu ya elimu ya lishe. Toa kipaumbele kwa Wilaya ambazo zina kiwango kikubwa cha lishe duni ama upungufu wa vitamini A na jamii zenye ufahamu juu ya viazi vitamu.



Helen Keller INTERNATIONAL



HarvestPlus
Better Crops • Better Nutrition



Jamhuri ya Muungano wa Tanzania

4. Amua njia muafaka za kusambaza mbegu kulingana na mazingira uliyopo

Viazi vitamu hupandwa kwa kutumia vipando vinavyoweza kupoteza uwezo wa kumea ndani ya siku mbili ikiwa matunzo ni duni. Kuna njia mbili za usambazaji:

- 1) Uzalishaji na usambazaji wa kiwango kikubwa unahusisha kaya nyingi katika eneo husika kwa siku.
- 2) Kuwa na wazalishaji wenye ujuzi katika ngazi ya jamii ambao wakulima wanaweza kupata vipando wanapokuwa tayari kwa uzalishaji.

Njia ya kwanza inaweza kufikia idadi kubwa ya kaya kwa gharama nafuu, lakini ikiwa haikupangiliwa vema yaweza kusababisha upotevu wa vipando. Njia ya pili inafaa kwenye maeneo yenye ukame ambapo jitihada zinahitajika kwa ajili ya upatikanaji endelevu wa mbegu pindi mradi unapofikia tamati. Gharama zitategemea msongamano wa watu, miundombinu bora na upatikanaji wa maafisa ugani

5. Tambua njia iliyopo ya kuhifadhi na mifumo ya kubadilishana mbegu pamoja na jinsi ya kufidia usambazaji wa mbegu.

- Chunguza jinsi wakulima wanavyohifadhi mbegu zao wakati wa kiangazi na sehemu ambayo wakulima wasio na mbegu wanaponunua mbegu zao. Kama mbegu zinazuzwa, baini bei na kiasi kilichonunuliwa
- Kadiri gharama za uzalishaji wa mbegu. Hiyo itasaidia kujua gharama kamili ya mradi wa kutoa ruzuku ya usambazaji wa mbegu.
- Ili kuleta matokeo bora katika uzalishaji, kiwango cha chini cha mbegu 200 (wastani wa kilo 4) zinapaswa kutolewa kwa kila kaya.

6. Fanya uamuzi wa kuingiza kipengele cha masoko. Kwa kawaida huchukua miaka minne hadi mitano kujenga mikakati yenye mafanikio juu ya masoko. Ikiwa mpango ni wa muda mfupi (miaka 2-3), uzalishaji ulenge makundi yenye kuathiriwa sana na upungufu wa Vitamini A

7. Chagua vipengele muhimu vya kuingiza katika kampeni yako. Tengeneza kampeni ya kukuza na kuongeza uelewa ya viazi lishe. Chagua kaulimbiu. Tumia mbinu mbalimbali kuimarisha ujumbe wako—tumia programu za redio, mabango, maonyesho ya jamii, nyimbo na vifaa vya matangazo kama vile fulana, kulingana na watazamaji lengwa na bajeti yako.

8. Tumia nyenzo zilizo kuandaa ujumbe wa lishe na matumizi.

. Andaa ujumbe wa lishe unaozingatia jinsi viazi lishe vinavyotoa vitamini A na kupunguza upungufu miongoni mwa watoto wadogo, wanawake wajawazito na wanyonyeshao. Ujumbe uwe rahisi na unaoeleweka. Sisitiza umuhimu wa chakula mchanganyiko.

. Wasiliana na wataalamu wa lishe toka Serilalini na Asasi zisizo za Kiserikali kupata taarifa sahihi iwapo kuna taarifa za kuongeza maarifa unazoweza kutumia kwa kutoa elimu kufuatana na mahitaji. Jifunze mbinu zenye kuleta matokeo bora kubadilisha tabia kwa ngazi ya jamii

. Ujumbe wa lishe pia ulenge wanaume na watu wengine wenye ushawishi wa lishe katika ngazi ya kaya (kama viongozi wa jamii, wanawake watu wazima) kwani wanahusika katika lishe ya mtoto na matunzo yanayozingatia afya.

9. Bainisha wadau katika lishe na sekta ya kilimo na fanya maamuzi ikiwa unahitaji kushirikiana nao.

Anzisha programu mbalimbali ambazo zitatolewa na wadau mbalimbali kwa pamoja. Chunguza iwapo Viazi lishe vyaweza kutumika kama mbinu inayojitoshesha ama inahitaji kuungana na mikakati mingine inayohusisha kilimo, lishe na sekta ya afya. Wawezeshaji kwa ngazi ya kijiji wanaweza kuimarisha huduma ya ugani japo haishauriwi kuhusisha zaidi ya watu 30 kwa mwezeshaji mmoja

10. Andaa kilimo, mavuno na upoteaji mazao baada ya kuvuna

Weka kipaumbele kwa maeneo kama

- Sifa za aina mpya ya Viazi lishe
- kuondoa mimea iliyoathiriwa na virusi
- kutumia njia za asili kukabiliana na ukusi (mdudu alaye nafaka)
- kuvuna kwa uangalifu kuzuia mavuno yasiharibike kiurahisi
- kuhifadhi na kuotesha miche kwa wingi
- kuhifadhi viazi au chipsi zilizokaushwa
- kutengeneza bidhaa mbalimbali

Triple S ni njia mpya ya kuhifadhi mizizi iwapo kipindi cha kiangazi kitazidi zaidi ya miezi 3. Badala ya kutoa mhadhara kushawishi, njia ya vitendo ni bora zaidi kushawishi wakulima kubadilika.

Mradi wa Kuwafikia Mawakala wa Mabadiliko unasisitiza uwekezaji katika viazi lishe kama mbinu ya kupambana na upungufu wa vitamini A miongoni mwa watoto wenye umri wa chini ya miaka mitano na mama zao. Mabadiliko hayo pia yanalenga kujenga uwezo wa taasisi kubuni na kutekeleza miradi ya kijinsia ili kuhakikisha upatikanaji na matumizi ya viazi lishe katika nchi chache Afrika. Juhudi zake zinachangia kukuza mpango wa viazi lishe kwa afya na kipato ambao unalenga kuboresha maisha ya familia milioni 10 za Afrika ifikapo mwaka 2020.

Contacts:

Adiel Mbabu (CIP)
Meneja Mradi RAC
Baruapepe:a.mbabu@cgiar.org

Sonii David (HKI)
Mhamasishaji na Mshauri wa Jinsia
Baruapepe:sdavid@hki.org

Jan Low (CIP)
Mkuu wa Mradi
Baruapepe:j.low@cgiar.org

Anna-Marie Ball
HarvestPlus Uganda
Baruapepe:a.ball@cgiar.org
www.harvestplus.org