Viazi lishe vinaweza kuwa suluhisho la uhakika wa chakula katika eneo la kusini mwa jangwa la sahara?

Reaching Agents of Change

Support Vitamin A Sweetpotato

Ukizingatia mchango na faida ya vitamini A, viazi lishe ni chaguo sahihi katika kujihakikishia uwepo wa akiba ya kutosha ya chakula kwa wote

Upatikanaji wa viazi vitamu kwa wingi unamwezesha mwanamke kuwa na akiba ya kuuza (Picha na J. Low)

Ingawa dunia inazalisha chakula cha kutosha kulisha watu wote (baba, mama na mtoto,) karibia asilimia 30 ya watu waishio eneo la Kusini Mwa Jangwa la Sahara – watu milioni 218, wanakabiliwa na njaa na lishe duni. Changamoto itakayowakabili wakulima siku zijazo ni jinsi ya kuzalisha mazao mengi kwenye ardhi haba na maji kidogo. Wataalamu wa kukabiliana na uwepo wa chakula cha kutosha bado wanatafuta majibu ya maswali yafuatayo:

- Afrika inaweza kuzalisha chakula cha kutosha kwa bei nafuu?
- Teknolojia zipi mpya zinaweza kuwasaidia wakulima kutumia rasilimali ardhi na maji walizonazo kwa ufanisi zaidi?
- Wakulima wenye kipato duni hasa wanawake wanawezaje kufikishiwa teknolojia mpya?

Aina mbalimbali za viazi vitamu, (nyeupe, njano, zambarau na nyekundu) zinaweza kuchangia kupata ufumbuzi wa kudumu wa upatikanaji na ufikiwaji wa chakula cha kutosheleza matumizi yake.

Upatikanaji wa Chakula

Mahitaji ya chakula kwa jamii za Kiafrika zinazokua haraka sambamba na ongezeko la ukuaji wa miji yanahitaji kilimo chenye tija na uzalishaji wa aina mbalimbali za vyakula kukidhi mahitaji ya lishe bora kwa watoto na watu wazima. Viazi vitamu, kutegemea uhifadhi wake, vinaweza kuchangia uhakika wa chakula. Penye uhaba wa ardhi, wakulima hupendelea kulima viazi vitamu kwani hutoa mavuno mengi na vinaweza kuhimili ardhi ya aina yoyote. Aina ya mbegu ya viazi vitamu iliyoboreshwa huweza kuvunwa baada ya miezi 3 -5, inaweza kuendelea kuvunwa kwa miezi kadhaa na kwa mara nyingi huweza kuvunwa mara 2-3 kwa mwaka.

Jambo la muhimu ni kuanza kuziba pengo la uzalishaji kutoka tani 6 kwa hekta hadi tani 50-60 kwa hekta kwa mwaka kwa kutumia kanuni za kilimo bora. Kutumia miche ambayo haina magonjwa kutaboresha kiasi cha mavuno kwa kiwango kikubwa. Kutumia aina za viazi vitamu ambavyo huzaa zaidi, zenye uwezo wa kuhimili ukame, mbinu bora za kurutubisha ardhi kwa kupanda mazao tofauti, kuboresha utumiaji wa maji na teknoljia za kisasa za kupunguza uharaka wa kuharibika kwa mazao baada ya mavuno vitaongeza upatikanaji wa chakula.

CENTRO INTERNACIONAL DE LA PAPA CIP

Helen Keller INTERNATIONAL

Jamhuri ya Muungano wa Tanzania

Upatikanaji wa mbegu bora kwa muda muafaka ni muhimu katika upanuzi wa shamba (Picha na J. Low)

Ufikiwaji wa Chakula

Watu hupata chakula kwa kulima au kununua. viazi vitamu vinaweza kujumuishwa katika kilimo mseto, havina kazi kubwa baada ya kupanda kama mazao mengine na huweza kuhifadhiwa ardhini kwa muda mrefu, hivyo kuongeza uwepo katika kaya. Kuongezeka kwa ulaji wa viazi vitamu mijini kunasababishwa na unafuu wa gharama ikilinganishwa na vyakula vingine. Kuna uwezekano mkubwa wa kutumia viazi vitamu katika usindikaji wa mazao (kwa mfano, kama sehemu ndogo badala ya unga wa ngano), kwa ajili ya kutengeneza vitafunwa.

Changamoto kubwa ya kuboresha uwepo wa viazi vitamu katika kaya ni upatikanaji wa miche bora na kwa wakati unaotakiwa. Utafiti wa hivi karibuni umelenga kupima njia mbili ili kuboresha upatikanaji wa miche: kuwekeza kwenye kufundisha jamii chache kuzalisha miche bora itakayo hudumia vijiji vya karibu, na mbinu iitwayo Triple S, mfumo ulioundwa kwa ajili ya kaya ziishizo maeneo ya ukame ili ziweke mbegu chache zilizo bora kwenye mchanga wakati wa ukame na kuanza kuzichipua wiki 6-8 kabla ya mvua kuanza kunyesha.

Ubunifu wa kiteknolojia pia unaweza kuboresha upatikanaji wa viazi vitamu kwa watumiaji wa mjini. Ili kuboresha uhifadhi wake, kuna haja yakukuza utumiaji wa mbinu bora ya kutibu viazi vitamu vikiwa bado ardhini kabla yamavuno au baada ya mavuno, pamoja na kuvuna kwa makini zaidi na kutunza wakati wa kusafirisha.
Mbinu za usindikaji zinazopunguza maji kwenye viazi zinapunguza kwa kiasi kikubwa gharama za usafirishaji na kufanya gharama ya kila gramu 100 kuwa na virutubisho vya thamani zaidi na kwa gharama nafuu.

Matumizi ya chakula

Lishe duni husababishwa na kutokula chakula cha kutosha pamoja na ubora wa chakula kinacholiwa, hali ya kiafya ya wanakaya, mahusiano ya madaraka kati ya wanakaya na elimu kuhusu lishe. Viazi lishe, kama chakula kikuu na chenye beta karotini kwa wingi, vinachangia kuboresha matumizi bora ya chakula kwa njia mbalimbali:

- Pale ambapo viazi lishe ni sehemu ya mlo, ni rahisi kuanzisha aina tofauti ya bidhaa za viazi lishe ambazo hupendelewa zaidi na watumiaji. **Gramu 125 tu ya viazi lishe zinatosheleza mahitaji ya siku yavita mini A ya watoto wadogo na wanawake wasionyonyesha.**
- Ujumbe wa lishe, ni sehemu muhimu ya kukuza viazi lishe, na hutoa mwelekeo kwa ajili ya kuboresha matumizi ya chakula kwa kuzingatia lishe na elimu ya afya bora.
- Bidhaa mbalimbali za viazi lishe kama vile mkate, juisi, chipsi, na kripsi, bado hazitu miki kikamilifu katika Afrika. Bidhaa hizo huvutia walaji wa mijini hasa, kuongeza ulaji wao wa vitamini A na kufungua masoko mapya kwa ajili ya wazalishaji.
- Pale ambapo viazi vitamu hulimwa na wanawake, matumizi ya viazi lishe huwawezesha kuongeza maarifa na kipato kutokana na bidhaa wanazouza.

Viazi lishe ni chanzo kikuu cha Vitamini A na uhakika wa chakula

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.

Kwa mawasiliano:
Adiel Mbabu (CIP)
Baruapepe: a.mbabu@cgiar.org

Sonii David (HKI)
Baruapepe: sdavid@hki.org