

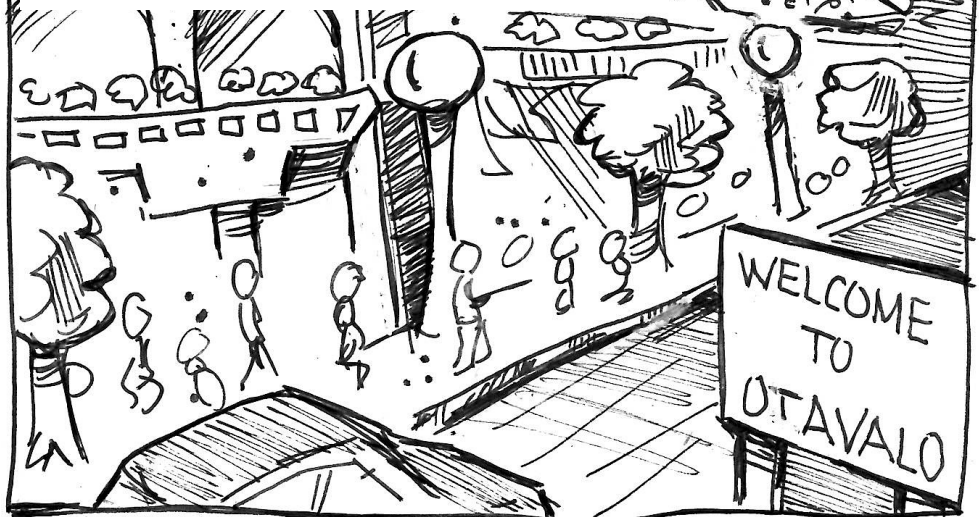
Number: 3
Nutrition

Health!

The adventure of Eva Sanchez



शेवटच्या वेळी, ईव्हाला आढळले की ट्रान्सअमेरिकी
 फूड कंपनीला पुयेम्बोमध्ये जमीन चोरी करायची
 आहे. एक नवीन साहस सुरू होते



नमस्कार ईवा!

नमस्कार
 महापौर
 डायझ!
 तुम्ही
 मला का
 बोलावलं?

शहरात अनेक मुले
 आजारी पडत आहेत.
 आपण हे गुड सोडवू
 शकाल का?



मी तुम्हाला मदत करीन. पण
 सॅंटियागोला मदत करणाऱ्या
 कंपनीला भेट देण्यासाठी मी येथे
 आले आहे.



ओटावालोभोवतीची फार्मलंड

अरे तू
अल्फोन्सो ना ?

इवा! तू कशी
आहेस?

मी जेव्हा तुझा
क्षयरोग बरा केला
तेव्हा मी तुला
शेवटच्या वेळी पाहिले
होते.

मला
आठवते! तू
माझे प्राण
वाचवलेस.

मुलांच्या आरोग्याच्या समस्या
सोडविण्यासाठी मी येथे आले आहे.
अल्फान्सो मला मदत करू
शकशील ?

हो! मी तुम्हाला एक
केस दाखवतो .

हा मार्को आहे.
त्याच्या कुटुंबाकडे
हे शेत आहे.

नमस्कार मार्को. तुमचे डोळे
फिकट आणि ओढलेले वाटत
वाटत आहेत.

मार्को, तुमची
तब्येत कशी
आहे ?

मला खूप चक्कर
येते व थकलो आहे.
माझ्या स्नायूंनाही
दुखापत झाली आहे.



मागील काही आठवड्यांपासून
केवळ मका (कॉर्न) आणि
पांढरा भोपळा.



मार्को, तुमच्या
आहारात तुम्ही
काय खाता?

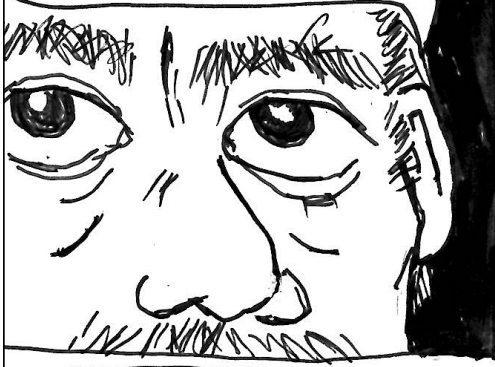
जरा आश्चर्यकारक आहे.. मला
काहीतरी तपासू दे.



आपले पोषण (नुट्रीशन) खराब झाले
आहे, ज्यामुळे अशी सर्व लक्षणे येऊ
शकतात. आपल्या कुटुंबात वेगवेगळे
पदार्थ का खात नाहीत?



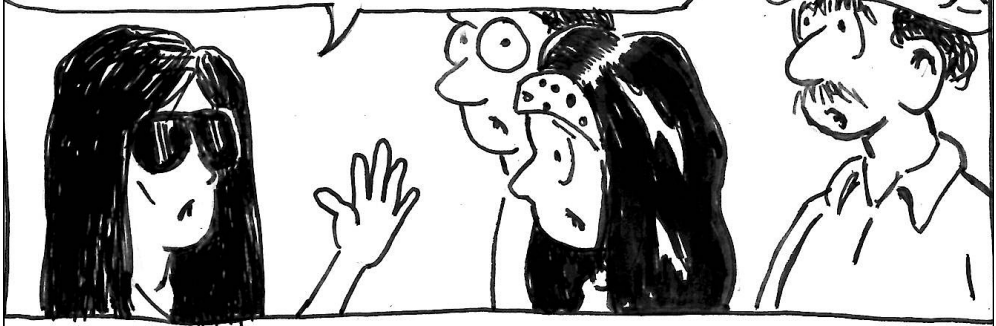
ट्रान्सअमेरिका फूड कंपनी
आम्हाला सांगते की केवळ
एवढीच पिके आम्ही पिकवू
शकतो.



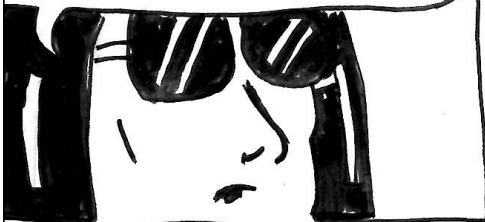
मी समजावून सांगते.



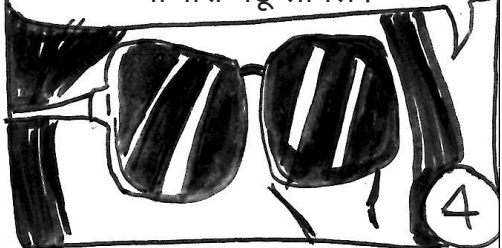
माझे नाव डॉनिएला आहे आणि मी
ट्रान्सअमेरिका कंपनीत काम करते .



आता काही महिन्यांपासून, ही कंपनी
ईकवेडोरमध्ये केवळ फायद्याची पिके
उगवण्यासाठी शेती आणि जमीन
विकत घेत आहे.



आपला नफा वाढवण्यासाठी, आम्हाला
लोकांना व्यवसायातून काढून टाकावे
लागले, आणि पुएम्बोमध्ये लोक
आजारी पडू लागले .



आता लोक खाऊ शकणारे अन्न
म्हणजे फक्त मका (कॉर्न) आणि
पांढरा भोपळा दुसरे काही नाही.

मला वाटलेच तसे खरे असू
शकते, म्हणूनच मी महापौर
डायझना याची माहिती दिली.

हीच तर समस्या आहे: महापौर डायझना
कंपनीने पैसे दिले आहेत. त्याने ही गोष्ट
पोलिसांना कधीच सांगितली नाही.

माझ्याकडे शेतजमीन विकत घेण्याची जबाबदारी होती.
यामुळे मला वॉईट वाटले आणि मला समजत आहे की
हे चुकीचे आहे.

डॉनिएला तू आम्हाला
हे का सांगत आहात?

आपण महापौर
डायझना आणि
कंपनीला कसे रोखू?

केवळ कबूल करणे
त्याच्यासाठी एकमेव मार्ग
आहे, जे जवळजवळ
अशक्य आहे.

मला एक कल्पना सुचली.
आपण असा करूया...



ओटावालो
मध्ये परत.



नमस्कार
महापौर डायझ.

नमस्कार ईवा! आपण
समस्येचे निराकरण केलेत?



हो मी केले. पण मी आणखी एक गोष्ट ऐकली: की
आपण सॅटियागोला कधीच कळवले नाही!



एवा, मी कधीच असा करणार
नाही! मी डॉक्टर म्हणून तुमचा
आदर करतो...नाही!

नाही!

कंपनीतील एका कर्मचार्यांनी
सांगितले की तुम्हाला मोबदला
मिळाला आहे.



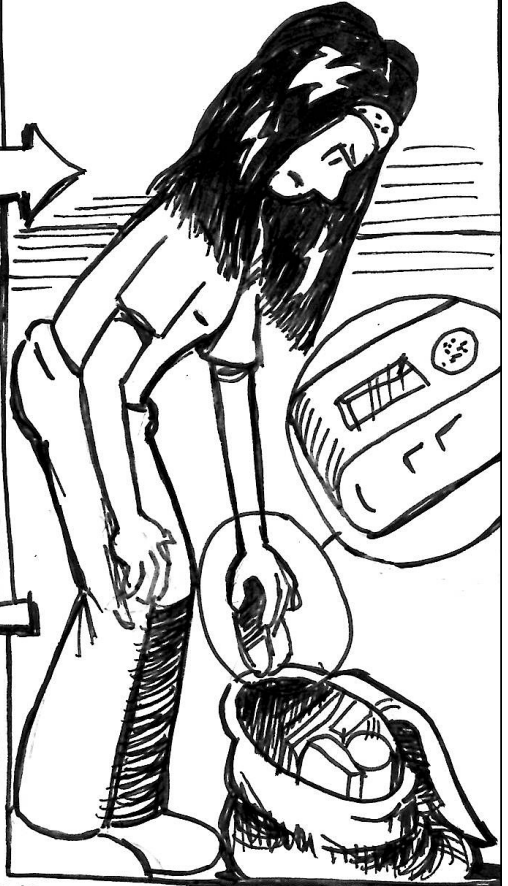
इतकेच नाही तर मी, ईकवेडोरमधील
लोकांच्या शेत जमिनी खरेदी करण्याची आपली
योजना ऐकली!

होय! मी आपल्या गुन्हाचा अहवाल दिला नाही
मला त्यांच्या कडून पैश्याची लाच मिळाली.

पण कोणीही तुमच्यावर कधीही
विश्वास ठेवणार नाही! आपण
फक्त एक डॉक्टर आहात.



एवढी ही खात्री बाळगू नका.



अरे बापरे,
बरोबर नाही !

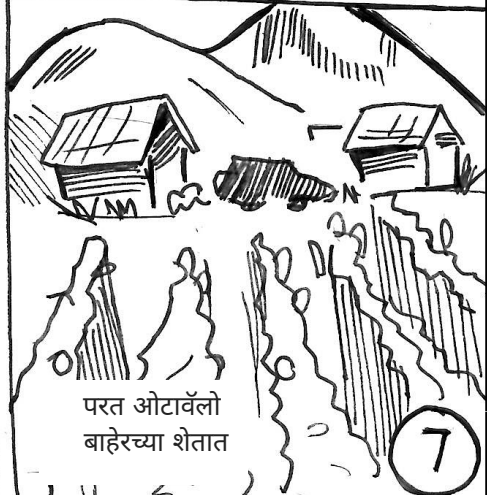
गुडबाय सर. तुम्हाला एक
चांगला वकील लागेल !!



एकदा आपण पोलिसांना
रेकॉर्डर दिला की महापौर
आणि कंपनी पूर्ण
उघडकीस येतील.

खूप
हुशारीचे
काम होते
इवा!

धन्यवाद. पण
एक शेवटची
गोष्ट मला
करायलाच हवी.



परत ओटावॅलो
बाहेरच्या शेतात

ही कमी पोषण विषयीची माहिती
आहे बरेच लोक त्यामुळे त्रस्त
आहेत.

हे काय
आहे?



दररोज, आपण धान्याचे 4 भाग,
फळ / भाज्यांचे 2 भाग आणि
मांसचे (प्रोटीन) 2 भाग खावे.
केवळ कॉर्नच नव्हे तर भिन्न
भाज्या आणि फळे लावावी.



जर आपण भिन्न खाद्यपदार्थ खाल्ले
तर आपल्याला अधिक आवश्यक
पोषक खनिजे आपल्या शरीरातील
खराब प्रणालीस प्रतिबंधित करतात



एवा, मला नुकताच फोन आला. ज्या शहरात
माझा भाऊ असतो तिथे क्षयरोग वाढत आहे.
तुम्ही मदत करू शकता?

अर्थात नेहमीच



Information about Nutrition

Overview

- Over one-third of child deaths are due to malnutrition, a lack of sufficient nutrients in the body.
- Many families cannot afford to eat fruit and other vegetables, so they are vulnerable to malnutrition and illness.
- Poor nutrition leads to high rates of preventable diseases such as diarrhea and respiratory problems, resulting in many deaths among young children.

Symptoms

- Fatigue, dizziness.
- Muscular weakness or loss of muscle
- Weight loss

Treatment

- Eat a diverse diet high in protein (meat, fish, chicken)
- Most of the irreversible damage due to malnutrition in Ecuador happens from 6 to 18 months of life. Encourage mothers to **breastfeed** for the first 6 months and then introduce complementary foods at 6 months.
- See a doctor to see which areas of diet could be improved.

Food Essentials



Health Sources

- Freedom from Hunger, World Bank Nutrition, World Bank-Nutrition-Ecuador