

CONGRESO IBEROAMERICANO DE NUTRICIÓN

¿Nutrición basada en la videncia o en la evidencia?



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA



www.renhyd.org



5 de JULIO de 2019

Conferencias Cortas
Temática Libre VIII

PONENCIA 2



Educar en salud: Garantizando entornos escolares saludables

Alberto Arribas^{1*}, Ileana Arriola¹, María Soledad Cabreriso¹, Malen Lecop¹, Marisa Cordero¹, Carolina Viteritti¹

¹Asociación Civil Supersaludable, Rosario, Argentina.

*arribasnut@hotmail.com | investigacionsuper@gmail.com

Introducción: La escuela se destaca como un ámbito de gran relevancia para implementar acciones de promoción de salud; es un espacio privilegiado de socialización y aprendizaje, en el que se construyen y aprenden prácticas que formarán parte de la vida cotidiana (1). La educación alimentaria nutricional (EAN) es capaz de contribuir a la acción voluntaria de conductas relacionadas con la nutrición que favorezcan la salud y el bienestar (2). Los niños en edad escolar constituyen un grupo clave para desarrollar con ellos estrategias de EAN, porque la nutrición apropiada es fundamental para su desarrollo físico y mental saludable. Los escolares son consumidores actuales y futuros y constituyen un importante vínculo entre la escuela y el hogar, así como con la comunidad (3). Además es más fácil promover la adquisición de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables durante esta etapa que modificar los hábitos estructurados en la vida adulta (4).

Diversos programas de EAN que tuvieron como destinataria la población infanto-juvenil han concluido que la misma es efectiva (5,6). Para enfrentar a la inadecuada alimentación, resulta fundamental modificar el entorno escolar. Todo entorno escolar, para ser considerado saludable, debe ofrecer oportunidades para que los niños(as) y adolescentes, construyan prácticas saludables de alimentación y hábitos activos del cuerpo, en consonancia con los mensajes educativos que se promueven institucionalmente (7).

En este contexto, se presenta un proyecto de nutrición comunitaria exitoso, cuyo objetivo fue promover desde una perspectiva integral hábitos de vida saludables, cuidado del medio ambiente y valores, utilizando la música, el teatro y el juego como recursos pedagógicos e incorporando en la currícula escolar la temática de alimentación y vida saludable integrada en los núcleos de aprendizajes primarios (NAP).

La población objetivo fueron los niños en edad escolar de tres escuelas de Santa Fe, Argentina: una de ellas de gestión pública y otra de gestión privada y con kiosco, ubicadas ambas en área urbana, y otra institución de gestión pública de un área rural y con servicio de copa de leche y almuerzo escolar de la provincia de Santa Fe, Argentina. Se utilizaron recursos pedagógicos relacionados –el arte, el juego y la música–, como elementos transversales para trabajar los diferentes contenidos en los grados. En primer grado, la comedia musical “Supersaludable en el Maravilloso Mundo de los Alimentos”; en segundo grado, “Cocinado con Arte”; tercer grado, recital supersaludable con pícnic; cuarto grado, video “Nutrihéroes”; quinto grado, laboratorio de alimentos; sexto y séptimo grado, agentes promotores de salud. Los recursos mencionados, se articularon con los NAP, lo cual le dio sustentabilidad al proyecto y anclaje en el aula y la escuela.

Siguiendo una visión integral se realizó, de manera simultánea, un trabajo interdisciplinario con docentes y gabinete psicopedagógico, implementación de jornadas y talleres de padres, participación activa en jornadas especiales, asesoramiento nutricional para planificación de menús y meriendas especiales para jornadas de recreación y consejería para padres de niños en situación de vulnerabilidad. En la escuela que contaba con kiosco escolar se implementó un kiosco con alimentos de mejor calidad nutricional. En la escuela que contaba con el servicio de almuerzo y copa de leche se implementaron medidas que permitieron una mejora de la calidad de los mismos.

La implementación del programa fue un éxito. La comunidad educativa fue permeable al proyecto. Uno de los factores más positivos, fue la adhesión de los niños al mismo ya que las herramientas lúdicas, generan gran entusiasmo y participación, se sugiere ampliar la cobertura del mismo a otras escuelas. La evaluación de los resultados del kiosco saludable puso en evidencia cambios positivos en la calidad de los alimentos elegidos para el consumo durante el recreo escolar.

conflicto de intereses

Los autores expresan que son los creadores y colaboradores de la Asociación Civil Supersaludable.

referencias

- (1) Azar G, Espínola V, Brunner M. Alimentación saludable en la escuela. Hacia una adecuada alimentación de los niños en edad escolar. 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires; 2014.
- (2) Red de información, comunicación y educación alimentaria nutricional para América Latina y el Caribe. ¿Qué es la educación alimentaria Nutricional? [Citado 2 diciembre 2018]. Disponible en: <http://www.fao.org/red-icean/acerca-de-la-red-icean/que-es-la-educacion-alimentaria-y-nutricional/es/>
- (3) Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Programa Especial para la Seguridad Alimentaria (PESA) Centroamérica. La Educación Alimentaria y Nutricional y la Importancia de la Alimentación Escolar. [Citado 2 de diciembre 2018]. Disponible en: <http://www.fao.org/in-action/pesa-centroamerica/noticias/detail-events/es/c/345452/>
- (4) Pérez C, Ribas L, Serra L, Aranceta Bartrina J. Estrategias de prevención de la obesidad infantil y juvenil. En: Serra Manjem L, Aranceta Bartrina J, eds. Obesidad infantil y juvenil. Barcelona: Editorial Masson, 2001.
- (5) Martínez MI, Hernández MD, Ojeda M, Mena R, Alegre A, Alfonso JL. Desarrollo de un programa de educación nutricional y valoración del cambio de hábitos alimentarios saludables en una población de estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria. Nutr Hosp. 2009; 24(4): 504-10.
- (6) Kain J, Uauy R, Leyton B, Cerda R, Olivares S, Vio F. Effectiveness of a dietary and physical activity intervention to prevent obesity in school age children. Rev Med Chil. 2008; 136(1): 22-30.
- (7) Federación Argentina de Graduados en Nutrición (FAGRAN) [Internet]. Buenos Aires; s/f. [Citado 18 diciembre 2018]. Entornos escolares saludables. Documento de propuestas. Disponible en: <http://fagran.org.ar/descarga/EntornosEscolaresSaludables.pdf>

CONGRESO
IBEROAMERICANO
DE NUTRICIÓN

3-5 Julio
Pamplona
2019