



Ing. Alim. María Teresa Oyarzún
Lic. Francisco Yofre
FAO

Aprender a alimentarse

El Proyecto FAO “*Educación alimentaria y nutricional (EAN) en las escuelas de educación general básica/ primaria*”, permitió arribar a conclusiones de relevancia para educadores y nutricionistas. Posibilitó además reunir datos muy significativos sobre las características de la alimentación en la población escolar. Informe sobre un tema que debe seguir profundizándose.

Durante la Conferencia Internacional sobre Nutrición, llevada a cabo en la ciudad de Roma en 1992, los gobiernos participantes firmaron la “*Declaración Mundial sobre la Nutrición*”, en la que se comprometieron a promover “*el bienestar nutricional*” de su población.

Al mismo tiempo se solicitó a los Gobiernos que hicieran todo lo posible para difundir recomendaciones sobre alimentación y nutrición para los diferentes grupos de edad y modos de vida, tomando como destinatario al público en general a través de los medios masivos y otras herramientas de comunicación apropiadas.

Una de las recomendaciones más específicas fue la de promover, desde una edad muy temprana, la enseñanza sobre alimentación y nutrición, seguridad alimentaria, preparación de los alimentos, regímenes alimentarios y modos de vida sanos.

Enseñanza, alimentación y salud

En la Cumbre Mundial sobre la Alimentación, celebrada en 1996, se asumió el compromiso de disminuir a la mitad el número de personas hambrientas en el mundo para el año 2015. La Declaración final mencionó la importancia de “*promover los sistemas de recursos humanos*”, señalando la prioridad de las inversiones, tanto públicas como privadas, en “*los sectores de la educación, la salud y la nutrición, con el objetivo de promover un crecimiento económico de base amplia y una seguridad alimentaria sostenible*”.

Para la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) “*la educación es un requisito indispensable para construir un mundo dotado de seguridad alimentaria, reducir la pobreza y conservar y aumentar los recursos naturales*”, concibiendo la educación como un proceso mediante el cual se transmiten conocimientos, valores, costumbres y formas de actuar. En este sentido la FAO aborda la educación desde un enfoque holístico, donde se abordan temas como alimentación y nutrición, sanidad animal, producción, desarrollo rural y protección ambiental, entre otros factores.

En los últimos años la FAO incrementó su apoyo en capacitación a los países miembros, tanto a técnicos

como pequeños productores, a través de los Proyectos de Cooperación Técnica. Su finalidad contribuir a resolver los problemas más apremiantes de los sectores agrícolas, pesqueros y forestales, y los relativos al desarrollo rural y las cuestiones socioeconómicas de los países miembros, apoyando el mejoramiento y la evolución de los beneficiarios señalados por el Gobierno (instituciones, organizaciones, grupos de mujeres, asociaciones de productores, y otros).

Estrategias de capacitación

Con este fin se implementó en la Argentina el proyecto “*Educación alimentaria y nutricional (EAN) en las escuelas de educación general básica/primaria*” (TCP/ARG/3101) conjuntamente con el Ministerio de Educación de la Nación. Su objetivo principal ha sido contribuir a mejorar la salud y la nutrición de los niños en edad escolar, incorporando la educación en alimentación y nutrición en los programas curriculares de las escuelas de educación general básica (EGB)/primaria.

Entre sus objetivos específicos se encuentran:

- Diseñar estrategias y acciones para integrar la educación alimentaria y nutricional en la enseñanza del primero al séptimo grado de la educación general básica/primaria, mediante el desarrollo de un modelo educativo que considere la situación epidemiológica del país y sea coherente con la política nacional de salud y nutrición y los principios de igualdad educativa.
- Desarrollar, validar y utilizar un conjunto de materiales educativos de enseñanza aprendizaje para directores, profesores, maestros y escolares, que posibilite la integración de la educación alimentaria y nutricional en las escuelas de educación general básica/primaria del país.
- Desarrollar y validar un programa de capacitación para directivos, profesores y maestros que pueda ser utilizado en todo el territorio nacional.

El TCP, que se implementó entre los años 2006 y 2009, tuvo a 12 escuelas como sitios pilotos en las provincias de Salta, Chubut, Buenos Aires y Misiones. Los establecimientos fueron seleccionados por la Dirección Nacional de Gestión Curricular y Formación Docente del Ministerio de Educación para que fueran representativos de la diversidad

de la población escolar, y en ellos se pudieron validar los materiales educativos y brindar capacitación a alumnos, docentes y padres.

Previo al diseño del modelo educativo, el equipo técnico de la Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas (AADyND) realizó en 2006 un diagnóstico antropométrico y de Conocimientos, Actitudes y Prácticas (CAP) de escolares de 1° a 6° grado; de sus padres y de las necesidades de capacitación en Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) de los docentes. Los datos sobre conocimientos, actitudes y prácticas de los escolares sobre alimentación fueron recogidos con una encuesta de autoaplicación a todos los escolares de una sección por grado, presentes el día de la encuesta, en las escuelas seleccionadas.

Una encuesta reveladora

El estado nutricional de los escolares coincidió con los problemas nutricionales de mayor prevalencia. En Chubut la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los niños de 1° a 6° grados fue de 19 y 17% y en Buenos Aires de un 16 y 10%, respectivamente. Estas prevalencias bajaron a 13 y 6% en Salta y a 9 y 4% en Misiones, respectivamente. Respecto de la prevalencia de baja talla para la edad, ésta alcanzó a un 13,5% en la provincia de Misiones, seguida por Buenos Aires, Salta y Chubut con prevalencias del 8,7; 8,4 y 6,7 %, respectivamente.

Los conocimientos, actitudes y prácticas de los escolares en relación a la alimentación y nutrición mostraron que el hábito del desayuno disminuía a medida que aumentaba la edad (31% en 3° y 19% en 6° grado). El 84% comía alimentos en la escuela, principalmente comprados en los kioscos. El 52% de los niños declaró consumir diariamente lácteos y el 47% carnes. Los resultados también mostraron un alto consumo de fiambres, *snacks* y gaseosas, y un consumo insuficiente de frutas y verduras. Los conocimientos acerca de la influencia de los alimentos en la salud resultaron mayores en los grados superiores.

Los padres consideraron que el consumo

de leche, yogur, queso, carnes y huevos en sus hogares coincidía con las recomendaciones nacionales de las Guías Alimentarias para la población argentina. Sin embargo, el 90% de las familias encuestadas consumía fiambres, embutidos, *snacks*, golosinas, amasados de pastelería y gaseosas muy frecuentemente. Sólo un 63% consumía frutas diariamente y un 54% hortalizas. Los padres valoraban la oportunidad de compartir las comidas familiares. También identificaron claramente los efectos en la salud del consumo elevado de fiambres y embutidos (70%), *snacks* y golosinas (91%) y gaseosas (77%). Por otra parte, el 99,7 % reconoció los beneficios de la actividad física.

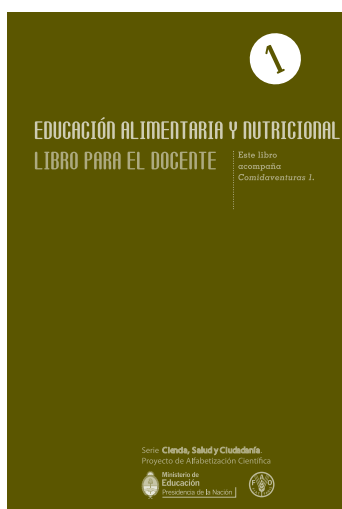
Todos los escolares pertenecían a familias de nivel socioeconómico medio o medio-bajo. Las escuelas encuestadas ofrecían asistencia alimentaria, con diferentes modalidades que incluyen: copa de leche, servicio de comedor escolar y entrega de bolsones. Tanto en el kiosco escolar como fuera de la escuela, los niños adquirían principalmente golosinas, *snacks*, gaseosas y productos de pastelería.

Necesidad de materiales educativos

En relación a los temas de alimentación y nutrición, según los docentes, si bien éstos forman parte de sus tareas, no cuentan con elementos educativos especialmente diseñados para esto, y manifestaron su interés por contar con los materiales del proyecto.

El diseño y validación de los materiales educativos fue conformado entre la FAO, los consultores nacionales e internacionales, y el equipo interdisciplinario conformado por los Ministerios de Educación, de Desarrollo Social, de Salud y de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación. Se diseñaron tres Libros para el docente (Nivel 1, 2 y 3), Revistas para los niños (*Comidaventuras 1, 2 y 3*) y láminas de apoyo gráfico.

Los libros para docentes están compuestos por cuatro recorridos didácticos específicos para cada nivel, seis bloques conceptuales comunes a todos los niveles, y una lámina de apoyo gráfico para cada nivel.



Fuente: www.fao.org

Los recorridos didácticos (*Nosotros y los alimentos que consumimos. Alimentación y salud. Alimentación y cultura; Producción de alimentos e inocuidad alimentaria.*) fueron elaborados a partir de cuatro ejes conceptuales vinculados a la Alimentación Humana, en los cuales se desarrolla una secuencia de tres o cuatro Propuestas de clase.

Cada Propuesta comienza con una o dos preguntas problematizadoras, junto con la enunciación de los propósitos de la clase, y continúa con una secuencia de actividades didácticas. En las secuencias se señalan conexiones que vinculan las actividades con la revista *Comidaventuras*, las láminas de apoyo gráfico y los bloques conceptuales del Libro del docente. Además, se incluyen conexiones con los Cuadernos para el aula de Ciencias Naturales del Ministerio de Educación. Al final del cuarto recorrido didáctico, se realiza una actividad que permite integrar las múltiples miradas acerca de la alimentación humana, trabajadas en clase.

Un programa motivador

Los bloques conceptuales (*La alimentación: una necesidad básica para los seres vivos. La alimentación como un hecho social. Los alimentos; Alimentación y salud, Comprar, preparar y conservar alimentos, Seguridad alimentaria.*) fueron desarrollados en torno a distintas dimensiones del fenómeno de la alimentación humana. Tienen como finalidad aportar información actualizada a los docentes, que pueden consultar al planificar las clases.

Las revistas para el alumno *Comidaventuras* (niveles 1, 2 y 3) incluyen contenidos y actividades como recurso didáctico adicional para el docente.

La capacitación de los docentes fue realizada en un Taller intensivo, en el cual se trabajaron las áreas temáticas: *Alimentación y cultura. ¿Qué camino siguen y cómo cambian los alimentos que comemos? Alimentación y salud: recomendaciones alimentarias. Publicidad y consumo de*



Fuente: www.fao.org

alimentos. Envases y conservación de los alimentos. Química de los alimentos. Higiene e inocuidad alimentaria. Producción y tecnología de los alimentos, y Seguridad alimentaria. Los talleres incluyeron actividades vivenciales de análisis crítico y de reflexión teórica, utilizando los materiales educativos elaborados, con el propósito de que los docentes pudieran familiarizarse con los contenidos y actividades propuestas para la implementación de la EAN con los niños.

Los talleres se dictaron en las cuatro jurisdicciones involucradas en el Proyecto, abarcando las 12 escuelas participantes y capacitando un total de 240 docentes. Este programa resultó muy motivador y permitió apreciar la utilidad del material educativo. La mayoría de los docentes capacitados se interesó por implementar el proyecto en su escuela y resaltó la importancia del material educativo para realizar esta tarea.

Entre las más importantes recomendaciones finales figuran la difusión de los resultados del proyecto, el desarrollo de una estrategia nacional de formación de equipos técnicos a nivel de las provincias y la profundización del trabajo intersectorial. También se consideró relevante reglamentar de la Ley de sobrepeso y obesidad, que contempla la capacitación de docentes y el desarrollo de materiales educativos, así como establecer una estrecha colaboración con el Ministerio de Desarrollo Social, que lidera el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria e incluye dentro de sus prioridades la educación en alimentación y nutrición.

Tal como se mencionó en el Taller Final realizado en agosto de 2009, si bien la asistencia de la FAO en Educación Alimentaria ha finalizado con el Proyecto, para el Estado Nacional esto no debe marcar la conclusión sino el inicio de una etapa dirigida a formar en los niveles nacional, provincial y municipal equipos técnicos que, apoyados en las enseñanzas y conclusiones elaboradas, expandan y consoliden la educación alimentaria y nutricional.