

TITULO:

DESARROLLO DE CAPACIDADES EN PROMOTORES DE EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL PARA LAS FAMILIAS A TRAVÉS DE LA ESCUELA.

AUTOR: LICENCIADA JANET CRUZ PULIDO

CARGO: SUBDIRECTORA MUNICIPAL DE EDUCACION.

Ficha del ponente

Janet Cruz Pulido

Título que posee: LIC. Lengua Inglesa

Centro de trabajo: Dirección de Educación Municipal

Cargo que ocupa: Subdirectora Municipal de Educación.

Dirección Particular: Calle 88 Edificio 12 APTO 6A Las 400

Teléfono: 47 418474

C. Identidad: 73010921031

Participación en eventos de Pedagogía: Pedagogía 2018

Proyecto que pertenece: Cultura Alimentaria (Nacional)



“Comer bien, que no es comer ricamente, sino comer cosas sanas bien condimentadas, es necesidad primera para el buen mantenimiento de la salud del cuerpo y de la mente”.

Resumen del Trabajo:

El folleto contiene de forma comprensible elementos básicos para contribuir a una cultura alimentaria y nutricional, a partir de la compilación de la bibliografía para el aprendizaje de los temas que se presentan como parte de la educación general integral, el bienestar de todos y el desarrollo sostenible.

Los contenidos que se exponen en el folleto está en un proceso de implementación a través del diagnóstico y de los resultados obtenidos en los métodos aplicados en los diferentes niveles educativos primera infancia, primaria, secundaria básica y el pre-universitario.

Se integran las ciencias de los Alimentos, Nutrición, Dietética y la Pedagogía, que se presentan en siete temas considerando a los alimentos, nutrientes y a la sociedad como factores ambientales que inciden en la Salud Ambiental y que para su desarrollo se sustenta en la metodología participativa, caracterizada por ser contextualizada al a realidad que vive la familia y su entorno social, con una visión humanista, dialéctica, materialista, transformadora y liberadora, dirigida a un proceso de cambio que acepta a sus miembros tal y como son con enfoque de género, respetando las diferencias y criterios individuales, en correspondencia con los intereses de las familias y el conocimiento que poseen sobre la cultura alimentaria.

Palabras claves: Cultura alimentaria,
Conocimiento.

Nutrición,

Introducción:

Los siete contenidos del folleto tributan al programa para la formación de promotores de educación alimentaria y nutricional, como parte del resultado del proyecto investigativo que se realiza y se presentan para ser desarrollado en forma de talleres con estudiantes, docentes y familia hacia la educación alimentaria y nutricional, sustentado en los fundamentos pedagógicos de la concepción teórica y metodológica de la promoción de la salud en el ámbito escolar, particularizado en los temas que trata el folleto como parte integral del programa y en correspondencia con el eje temático de la educación nutricional e higiene de los alimentos del Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Ámbito Escolar y Universitario, y el Plan de Acción de Cultura Alimentaria del Ministerio de Educación para mejorar la calidad de vida y el bienestar de las personas **con el objetivo de contribuir a la formación de promotores, en el contexto comunitario donde se inserta la escuela y la familia para contribuir a mejorar la información, conocimientos, hábitos y habilidades relacionadas con la alimentación y nutrición para preservar la salud.**

La invitación es a construir una experiencia educativa motivadora, soñadora, enriquecedora de todas las vivencias individuales y grupales, para que la familia cubana en el contexto educativo de la escuela y la comunidad, asuma su rol protagónico y forme parte activa de los procesos de transformación de la alimentación de todos los implicados en su desarrollo.

Desarrollo:

En el desarrollo de la humanidad la alimentación y la nutrición constituyen una de las primeras necesidades de los seres vivos, son determinantes de la salud y la educación del hombre, que siempre se ha preocupado por lo que ingería, su calidad, origen y los posibles efectos del proceso de nutrición; así lo demuestran las aplicaciones dietéticas de los alimentos, que se remontan a los tiempos de Hipócrates (460-377 a.n.e.) y de sus discípulos en el siglo Va.n.e., quienes preconizaban en la dieta uno de los recursos terapéuticos preferentes, creciendo el interés hacia estos temas en el siglo III a.n.e en Alejandría.

La preocupación por evitar enfermedades asociadas a la alimentación como resultado por cambios en la dieta, quedó reflejado en los antiguos libros de prácticamente todas las religiones clásicas, donde se pueden hallar recomendaciones sobre alimentación, un ejemplo es la Biblia en la que se afirma: "Esto es lo que podrán comer". (1) También, en las profecías de Daniel (618-536 a.n.e.) quedó evidencia escrita bien fundamentada, de una de las primeras sugerencias alimentarias de la historia de la humanidad. (2)

Cada año 2,6 millones de personas mueren como consecuencia de sobrepeso u obesidad y 4,4 millones como resultado de niveles de colesterol total elevados, mientras que 1,9 millones mueren como resultado de la inactividad física, por lo que el sedentarismo se considera otro factor importante en la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles. (3)

.En la actualidad las enfermedades del corazón pasan a ser la principal causa de muerte en Cuba y los tumores malignos se encuentran en un segundo lugar.

Algunos especialistas consideran que hay otras enfermedades causantes de muertes que no están dentro de las tres primeras y que están muy estrechamente relacionadas con la alimentación y nutrición como es el caso de la cirrosis y

Enfermedades del hígado y la diabetes mellitus, observándose un incremento de todas en relación con el año 2016.9 (anexo 1)

Lo expuesto demuestra la necesidad de educar en alimentación y nutrición desde las edades tempranas para evitar que se incrementen las tres principales causas de muertes crónicas no transmisibles y prevenibles en Cuba que representan el 70.81% de la mortalidad total como se aprecia en la figura 1, por tal motivo es necesaria que las personas se alimenten de formas saludables y cumplan con los mensajes de las Guías Alimentarias y las recomendaciones nutricionales para lograrlo estamos formando a través de talleres a las promotoras de salud de los centros con el apoyo de especialistas para contribuir desde la institución educativa, al mejoramiento de una cultura alimentaria y nutricional desde una perspectiva inclusiva con enfoque de género.

El promotor del centro cumple con características indispensables como: afable, desprejuiciada, capaz de oír a los demás, responsable y ética, entre otras, que ha recibido entrenamiento para desarrollar acciones con el objetivo de educar en la adopción de conductas saludables.

Cualidades necesarias para ser promotor

- ✓ Tener motivación por el trabajo de promoción y prevención.
- ✓ Tener adecuado fundamento teórico y metodológico.
- ✓ Estar seguro de sí mismo.
- ✓ Inspirar confianza.
- ✓ Permitir la expresión de los demás.
- ✓ Ser capaz de establecer una comunicación abierta.
- ✓ Tener habilidades como observador.
- ✓ Poseer un buen sentido del humor.
- ✓ Respetar los gustos y preferencias individuales.
- ✓ Ser comprensivo con los problemas de los demás.



Actividades desarrolladas en los centros donde se implementa el proyecto.

Encuentros culinarios de acuerdo a las efemérides.

Talleres metodológicos con especialistas de Salud, Comercio, Educación.

Concursos a nivel de centros, municipales y provinciales a estudiantes de los diferentes niveles educativos.

Intercambio de experiencia con las promotoras de salud de cada centro.

Visita a lugares de interés del territorio (CPA, Empresas agropecuaria, restaurante.)

Capacitación a los directivos para conocer todo lo relacionado con el proyecto.

Preparaciones metodológicas en los centros a todos los trabajadores.

Creación de proyectos en los centros en perfeccionamientos relacionados con la cultura alimentaria.

Talleres mensuales con directores y promotoras para evaluar el desarrollo del proyecto.

Evidencias de las actividades en los centros.

Exposición de platos típicos de la localidad logrando el rescate cultural

Estas actividades y encuentros han contribuido a desarrollar hábitos, habilidades y capacidades del personal involucrado.

Exposiciones mensuales en eventos donde participan los principales organismos del territorio.

Conclusiones

- 1-** Se sistematizaron los fundamentos teóricos y metodológicos que permitieron establecer las relaciones en lo biológico, psicológico y social para conceptualizar una educación alimentaria y nutricional como unidad dialéctica, desde la Pedagogía Profesional en la educación para la salud donde se revelen los antecedentes, evolución y tendencia actual con la particularidad en la capacitación de las promotoras de salud alimentaria.

- 2-** Se implementa un folleto que se integra al sistema de trabajo en las instituciones educativas para contribuir a la educación alimentaria y nutricional en el proceso enseñanza aprendizaje.

- 3-** Se valoraron los resultados de los métodos utilizados, existiendo cambios favorables en su implementación.

Referencias bibliográficas

(1) Santas escrituras. Levítico 11:9, 7:22. New York, U.S.A.: Watchtower Bible and Tract Society of New York, INC. International Bible Students Association, 1998. Versión en español.

(2) Prestamos atención a las profecías de Daniel. New York, U.S.A. Watchtower Bible and Tract Society of New York, INC. International Bible Students Association; 1999. p. 36-45. Versión en español.

Carvajal C, Castrol, López A, Palma J, Carbonell M, Bueno S. Algunas consideraciones sobre la formación de promotores de salud en el ámbito escolar. La Habana: Molinos Trade, 2007

Cruz O. La educación nutricional en la escuela. Orientaciones metodológicas. Resultado del Proyecto Ramal Trabajo Científico Metodológico para Contribuir al Proceso de Transformación de la Secundaria Básica Cubana. **Holguín**, Cuba: Instituto Superior Pedagógico "José de la Luzy Caballero"; 2006.

Egea Álvarez Miriam. La labor educativa, Editorial Pueblo y Educación, La Habana 2007. P. 87

Anexo.

Tabla1. Causas de muertes en Cuba

| No | Causa | 2015 | 2018 |
|----|--|-------|-------|
| 1 | Tumores malignos | 22625 | 22868 |
| 2 | Enfermedades del corazón | 22374 | 22651 |
| 3 | Enfermedades cerebrovasculares | 8 930 | 9011 |
| 4 | Influenza y neumonía | 5 207 | 6 091 |
| 5 | Accidentes | 4 890 | 4 932 |
| 6 | Enfermedades crónicas de las vías respiratorias inferiores | 3 404 | 3 775 |
| 7 | Enfermedades de las arterias y vasos capilares | 2 572 | 2 606 |
| 8 | Diabetes mellitus | 2 251 | 2 246 |
| 9 | Lesiones autoinfligidas intencionalmente | 1 495 | 1 490 |
| 10 | Cirrosis y otras enfermedades del hígado | 1 280 | 1 347 |
| | | 75058 | 77017 |