

IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos
Aires, 2012.

Creciendo sanos: programa comunitario de alimentación infantil saludable en el barrio de Nueva Pompeya.

Zubiaurre, Paula, Quatrini, Maria Eugenia y
Moncalvillo, Maximiliano Andres.

Cita:

Zubiaurre, Paula, Quatrini, Maria Eugenia y Moncalvillo, Maximiliano Andres (2012). *Creciendo sanos: programa comunitario de alimentación infantil saludable en el barrio de Nueva Pompeya*. IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-072/671>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/emcu/unk>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

CRECIENDO SANOS: PROGRAMA COMUNITARIO DE ALIMENTACIÓN INFANTIL SALUDABLE EN EL BARRIO DE NUEVA POMPEYA

Zubiaurre, Paula - Quatrini, Maria Eugenia - Moncalvillo, Maximiliano Andres

Universidad de Buenos Aires

Resumen

En el presente trabajo se describe una experiencia de Promoción de la Salud realizada en una institución educativa de nivel primario, ubicada en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, cuyo objetivo ha sido fomentar pautas alimentarias saludables en los niños que concurren a escuela y su entorno familiar. Se ha trabajado de manera ininterrumpida desde el año 2008 hasta la fecha

Se conformó un equipo interdisciplinario, con el cual se planificaron los diferentes ejes de intervención para desarrollar las actividades en el establecimiento. Las mismas se han dividido en el trabajo con las maestras, las familias y fundamentalmente con los alumnos.

Como principal fortaleza del proyecto se destaca la alianza Universidad – Escuela que ha sido un factor clave en la sustentabilidad y continuidad de la experiencia.

Palabras Clave

Promoción Alimentación Saludable Escuela

Abstract

HEALTHY GROWING: COMMUNITY PROGRAM OF HEALTHY CHILD FEEDING OF NUEVA POMPEYA

The following work shows an experience of Promotion of Health developed in a primary school in Buenos Aires City, in uninterrupted way from 2008 to date.

The general mission was to increase healthful nourishing guidelines in children who closest concur to this establishment and its surroundings.

Different axes from intervention were planned by interdisciplinary equipment in order to develop the activities in the institution. Those actions were planned to work with teachers, families and deeply with students.

The alliance University-School has been a key factor in the continuity of the experience as main strength of the project.

Key Words

Promotion Healthy Eating School

Introducción

En el presente trabajo se describe una experiencia de Promoción de la Salud realizada en una institución educativa de nivel primario, ubicada en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, cuyo objetivo ha sido fomentar pautas alimentarias saludables en los niños que concurren a dicha escuela y su entorno familiar. Se ha trabajado de manera interrumpida desde el año 2008, implementando diferentes dispositivos que se detallarán más adelante.

Se ha establecido una alianza Universidad – Escuela que ha posibilitado la sustentabilidad y continuidad de la experiencia, que al día de hoy continúa desarrollándose.

La experiencia nace del acuerdo de trabajo conjunto entre la Cátedra I de Salud Pública/Salud Mental^[1] de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, la Cátedra de Estrategias de intervención comunitaria de la Facultad de Psicología (UBA), la Carrera de Médico Especialista en Nutrición Pediátrica de la Facultad de Medicina (UBA) y la Escuela N° 1 María Silventi de Amato. Dicha escuela, que se halla ubicada en el barrio de Nueva Pompeya de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, cuenta con aproximadamente 400 alumnos, los cuales provienen de países vecinos, y pertenecen a un nivel socioeconómico medio-bajo o bajo.

Cabe citar como principal antecedente del Proyecto “Creciendo Sanos” el subsidio del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires que fue otorgado para su implementación durante el año 2008. En los años 2009, 2011 y 2012 es aprobado y financiado como Proyecto de Extensión Universitaria en el marco de la convocatoria UBANEX de la Universidad de Buenos Aires, y a partir del año 2011 también recibe subsidios de parte del programa de Voluntariado Universitario del Ministerio de Educación de la Nación.

El equipo interdisciplinario abordó la temática partiendo del enfoque de Promoción de la Salud. Con este enfoque se intenta: a) Superar las concepciones biomédicas hegemónicas que rigen en nuestra sociedad y que condicionan nuestras creencias y opiniones en torno a la salud y la enfermedad; b) Enfatizar los determinantes colectivos que inciden sobre la comunidad, mediatizados por distintas variables psicológicas y psico sociales; c) Implementar una combinación de estrategias y herramientas de intervención en diversos planos de intervención (biográfico, grupal, comunitario, societal) (Mozobancyk, 2010).

Desde nuestras concepciones y prácticas, consideramos que las pautas alimentarias de los niños en general, y en particular los

de la comunidad educativa en cuestión, son resultante de una construcción psico-social compleja y multideterminada que se realiza en los contextos significativos en que los niños desarrollan su vida cotidiana, por lo tanto uno de los aspectos centrales que se nos presentan y que tomamos como necesarios e inherentes a nuestra experiencia es que tanto individuo como sociedad son parte de una dialéctica permanente y continua en donde esta última produce individuos sociales portadores de ideología, cultura, educación, valores, creencias y normas que a su vez se hallan en condiciones de incidir creativamente sobre la realidad social en la cual nacen y viven inmersos.

La presente experiencia se organizó en torno a los siguientes ejes: a) definición de una política escolar promotora de una alimentación infantil saludable; b) creación de un ambiente escolar que promueva y brinde oportunidades para la puesta en práctica de una alimentación saludable; c) implementación de una campaña de comunicación institucional permanente de apoyo a la alimentación saludable; d) educación integral de los alumnos para una alimentación saludable; e) participación de las familias en las actividades de promoción de la alimentación saludable; f) apertura de la iniciativa a la comunidad barrial a la que pertenece la escuela.

Durante el desarrollo de la experiencia se ha trabajado también desde las concepciones y supuestos basados en la investigación acción participativa (IAP), generando espacios de participación de los distintos miembros de la comunidad en el proceso de transformación social y combinando en todo momento la investigación y la acción transformadora. Con la IAP se logró no sólo la integración participativa de la sociedad si no también la producción de conocimientos, iniciando de esta manera un proceso colectivo de elaboración de saber en la comunidad y por parte de sus integrantes (Frizzo, 2008). Con ello, toda la comunidad educativa se ha visto involucrada apropiándose activamente de la iniciativa para realizar distintas actividades en el establecimiento educativo.

Por último es importante mencionar que en la práctica se ha trabajado desde una concepción acerca de la Educación para la Salud (EpS), considerando que su objetivo no es meramente la transmisión de información, si no generar elementos y herramientas en la comunidad para que se potencie el trabajo social y la salud tanto individual como colectiva, emergiendo con ellas propuestas de solución a las problemáticas psico-sociales que se hallaban en la escuela.

Objetivo General

Desarrollar pautas alimentarias más saludables en los niños que concurren a dicha escuela y sus familias

Objetivos específicos

-Incorporar la Promoción de la Alimentación Saludable como política escolar.

-Generar actitudes positivas hacia la alimentación saludable en los niños, la comunidad educativa y las familias.

-Desarrollar conocimientos y habilidades, acordes a las distintas edades de los niños, que permitan llevar a la práctica las pautas de una alimentación saludable.

-Desarrollar junto con las docentes estrategias de enseñanza-aprendizaje efectivas que permitan contribuir al desarrollo de pautas alimentarias saludables en los niños.

-Mejorar las estrategias de crianza y de construcción de pautas alimentarias saludables en los niños.

-Formar a los futuros graduados de psicología en estrategias y técnicas de investigación-acción que faciliten el conocimiento y mejoramiento de la alimentación infantil.

El proyecto se planificó en tres fases

Fase I: Diagnóstico de las problemáticas nutricionales y alimentarias existentes en la escuela y de sus principales factores determinantes. [ii]

Fase II: Intervención de promoción de alimentación saludable, según los objetivos planteados. Esta fase es la que se expone en el presente trabajo.

Fase III: Evaluación de la intervención realizada. Nueva aplicación de los instrumentos cuantitativos y cualitativos aplicados en la fase I, para conocer grado de avance según los objetivos planteados.

Es importante destacar que si bien se propone una fase de evaluación, durante la realización de la Fase II se han incluido evaluaciones cualitativas parciales, que permitieron ir modificando y adaptando los objetivos, en base a los obstáculos presentados en el transcurso del proyecto.

Intervenciones

A los fines del presente trabajo, interesa resaltar algunas de las intervenciones llevadas a cabo a lo largo del proyecto, y que se traducen en el cumplimiento de los objetivos propuestos.

A continuación se presentan las principales intervenciones realizadas:

a) Talleres con los alumnos

El trabajo con los alumnos, se ha llevado a cabo principalmente con la realización de talleres lúdicos-participativos, en torno a la temática de la alimentación en general y teniendo en cuenta en enfoque integral del desarrollo infantil, el cual asume que los procesos de crecimiento y desarrollo psicosocial y las pautas alimentarias son indisolubles de las prácticas de crianza.

El taller es una metodología para la facilitación del aprendizaje. Se trata de una manera de enseñar y sobre todo de aprender, mediante la realización de diferentes técnicas, junto con otros que también están aprendiendo, porque en un taller el conocimiento no se transmite, sino que se produce colectivamente. Los talleres alimentarios tienen como objetivo que los niños logren un mayor entendimiento y una vivencia distinta de la alimentación, de su importancia y de las razones por las cuales tiene que ser saludable y variada.

A lo largo del proyecto, se han realizado 2 talleres por año en los meses de mayo y octubre con los niños de todos los grados de ambos turnos. Inicialmente durante el año 2009 se ha perseguido el objetivo de sensibilizar a toda la comunidad educativa, para lograr

disminuir el consumo de golosinas. Durante los mismos, no solo se han desarrollado conocimientos, sino que se ha promovido a su vez el desarrollo y fortalecimiento de habilidades para llevar a la práctica hábitos de higiene y alimentación saludable.

Los objetivos de las intervenciones han sido elaborados en torno al diagnóstico inicial, cada actividad incluyó ajustes tomando en cuenta los conocimientos previos y las evaluaciones de los aprendizajes. La forma de organizar los talleres permitieron recabar gran cantidad de información sobre cada grado específico, que permitió diseñar las siguientes actividades de un modo más ajustado.

Asimismo, periódicamente desde el 2008, se han realizado reuniones con las maestras y directivos de la escuela, que permitieron la generación de un dispositivo de debate, en donde no solo se atendían consultas específicas, sino que se proponían los temas que más preocupaban. Este dispositivo permitió una mayor involucración y participación efectiva por parte de las docentes de la comunidad educativa.

En este espacio de intercambio, tanto maestras como directivos han manifestado durante el año 2010 su preocupación en relación a los niños. Entre las preocupaciones que aparecieron aquella que se presentó con mayor fuerza era que los niños asistían a la escuela sin llevar a cabo una de las comidas principales. Se ha destacado que muchos de los niños no desayunaban antes de ir a la escuela en el turno de la mañana, así como también, los niños del turno tarde, no almorzaban y solo asistían con el desayuno ya que se acostaban tarde y se despertaban para ir a la escuela. Esto motivó, la planificación de los talleres que se basaron principalmente en la importancia de las cuatro comidas diarias, en especial, el desayuno con los alumnos del primer ciclo.

Simultáneamente, con los alumnos de mayor edad, se ha hecho hincapié en el desarrollo y fortalecimiento de habilidades que permitieran adoptar conductas más saludables, en especial en lo que respecta a la selección de los alimentos. El análisis de las publicidades, tanto gráficas como audiovisuales, ha permitido hacer frente a la globalización alimentaria, a través del trabajo sostenido en el refuerzo de habilidades sociales, como por ejemplo, el pensamiento crítico.

Durante el año 2011 los talleres se orientaron a la instauración de la campaña "El día de la Fruta". Se acordó un día definido para que todos los alumnos lleven para comer en el recreo una fruta en sustitución de una golosina.

Cada mes se eligió una pareja de alumnos por grado que actuaban como detectives saludables recordando a sus compañeros que lleven la fruta, reforzaban la importancia del cuidado de la higiene y se ocupaban de registrar el consumo de cada grado.

Para su implementación se han diseñado logos, carteles y cestos de basura saludables para los desechos que eran resultado del consumo de frutas. Finalmente, es importante destacar que los talleres fueron planificados y ejecutados por los alumnos de la Facultad de Psicología que cursan la materia Salud Pública/Salud Mental, cátedra I, apoyados y monitoreados por los docentes de la cátedra y los integrantes del equipo de ejecución del proyecto.

Se considera esta instancia como una fortaleza del proyecto en cuanto

a la formación de graduados de psicología. Cada año participan en esta experiencia aproximadamente 240 estudiantes y muchos de ellos, luego del cursado de la materia, se incorporan al proyecto en carácter de extensionistas y voluntarios.

La participación de los estudiantes y ex alumnos en proyectos de extensión como el actual resulta una constante en la mencionada cátedra, puesto que sus principios pedagógicos tiene como una de sus bases la formación de recursos humanos universitarios de calidad, que estén adecuadamente preparados para brindar respuestas efectivas y eficientes a los problemas y necesidades sociales de la comunidad integrando distintos saberes y trabajando con distintas disciplinas.

b) Trabajo con Familias

Considerando que la construcción de pautas alimentarias de los niños se lleva a cabo a partir de las interacciones que se plantean en su contexto familiar y que este es el ámbito que promueve oportunidades para la formación de actitudes, desde el inicio del proyecto se ha trabajado de manera conjunta con las familias.

Se han realizado dos ciclos de talleres, de cuatro reuniones cada uno. Los temas tratados fueron definidos a partir de una encuesta que se envió a todas las madres de la escuela para conocer sus preocupaciones sobre la alimentación de los niños. Se diseñó un cuadernillo de Educación Alimentaria que fue entregado a los participantes y utilizado como apoyo durante los talleres.

Los ciclos de talleres no resultaron una estrategia adecuada, ya que insumieron un tiempo extenso de preparación y la convocatoria lograda fue baja (además de la circunstancia comprobada de que en cada encuentro ingresaban nuevos participantes y otros abandonaban, con lo cual la experiencia fue perdiendo su pretendida continuidad).

Si bien los conocimientos adquiridos en los talleres fueron evaluados con resultados muy positivos, la convocatoria, en sí - medida por la cantidad de participantes - defraudó en parte las expectativas trazadas por el equipo.

Muchas madres trabajan y disponen de poco tiempo para participar en estas actividades. En vistas de tales resultados se optó por abrir otros canales de participación de las madres y familias, tales como:

a) Se interactuó con ellas en las fechas de actos escolares y días de entrega de boletines; b) Se llevaron a cabo actividades unitarias (encuentros puntuales con temas específicos); c) Se utilizó fluidamente como vía de comunicación el cuaderno de comunicaciones, el envío de folletería, el envío de encuestas domiciliarias, la cartelera de la escuela, el buzón de sugerencias y el mail abierto a tal fin.

c) Trabajo con docentes

Partiendo de la necesidad visualizada de integrar la temática de la alimentación al curriculum escolar, se ha trabajado en conjunto con las maestras de todos los grados en la elaboración de un cuadernillo de técnicas para promover la alimentación saludable en el aula.

Dicho proceso de trabajo conjunto consistió en reuniones de intercambio, en donde co-constructivamente se fueron diseñando las técnicas, adaptadas y coordinadas con los contenidos planteados

para cada grado.

Luego de un intenso trabajo de diseño, adaptación y testeo, el cuadernillo se encuentra actualmente en proceso de impresión definitiva.

d) Difusión y comunicación de resultados

Una de las estrategias más efectivas del proyecto, fue la difusión permanente de información en relación a la alimentación saludable, la comunicación de resultados de las encuestas diagnósticas y aquellas que resultaron de cada actividad. Para ello se han utilizado diferentes medios de comunicación que permitieron lograr una adecuada difusión no solo en miembros de la comunidad educativa, sino también haciéndose extensiva ésta a la comunidad barrial.

Un aspecto clave para la difusión fue la cartelera del Proyecto. Mediante la misma se difundieron los resultados del diagnóstico alimentario realizado en el 2009, se expusieron imágenes obtenidas en la Feria de Alimentación Saludable, en los talleres realizados con los niños y con los padres y se difundió, información de interés general, como por ejemplo consejos alimentarios. La misma se encuentra estratégicamente ubicada en el hall principal, en donde los padres aguardan cotidianamente para retirar de la escuela a sus hijos. Con una dedicación que asegura su cuidado y renovación al menos con una frecuencia mensual, ha servido también para la promoción de los días y horarios en que se realizarían los talleres tanto con familias, como con los alumnos. De esta forma, se ha abierto un importante canal de comunicación que permite aún dar a conocer todas las actividades realizadas y por realizar.

Con el objetivo de lograr una difusión efectiva a todas las familias de los niños, se fueron ampliando los canales de comunicación a lo largo del proyecto. Durante el 2010 y el 2011 se ha incorporado menciones en torno a las actividades del proyecto en el blog de la escuela, se ha habilitado una casilla de mail destinada no solo a comunicar e informar, sino que también posibilitó la apertura de un espacio para que tanto padres como docentes puedan realizar consultas y/o sugerencias. Asimismo, todas las propuestas y actividades fueron difundidas mediante notas en el cuaderno de comunicaciones.

En cuanto al efecto multiplicador alcanzado mediante las estrategias de difusión cabe señalar que las producciones generadas en los talleres se han colocado, no solo en las instalaciones de la escuela, sino también se han distribuido en el barrio. Pancartas, calendarios, y folletos informativos, fueron realizados por los propios alumnos y distribuidos en los comercios vecinos.

Resultados

En relación a la transformación del ambiente escolar, se ha trabajado principalmente en acciones que involucraron a todos los actores de la comunidad educativa. Esta modalidad de trabajo, no solo permite la sinergia colectiva en pos de un mismo objetivo, sino que favorece la implementación de una política institucional que apoye y refuerce la adopción de hábitos alimentarios más saludables.

Para ello se han realizado periódicamente ferias de Alimentación Saludable (stands, juegos familiares participativos, folletos) haciéndolas coincidir con las fechas de actos escolares, las cuales han contado con la participación de docentes y directivos de la

escuela.

La implementación de festejos saludables como el “Show de las frutas” para festejar el Día del Niño ha sido una novedosa apropiación del proyecto por parte de la comunidad educativa. Los niños (guiados por sus maestros), organizaron una jornada abierta a la comunidad con stands informativos, lúdicos y degustación de recetas con frutas, actividades que reemplazaron el tradicional festejo en que las madres regalaban golosinas a los niños.

Participaron en estos eventos autoridades distritales, lo que permitió dar a conocer la propuesta con el fin de que se pueda incorporar en otras escuelas de la zona. Las evaluaciones en relación con la satisfacción en torno a las actividades han sido muy positivas y han permitido renovar el compromiso de trabajo conjunto, que se mantiene al día de hoy.

Comentarios Finales

Si bien suele equipararse a la educación alimentaria con la nutrición, se han utilizado diferentes estrategias, adoptando como base conceptualizaciones de Educación para la Salud y Promoción de la Salud, con el fin de trabajar en la transformación de creencias, actitudes y conductas alimentarias de la comunidad. Para ello, fue imprescindible tener en cuenta IAP en las modificaciones que se requerían para una mejora en la alimentación saludable de los niños y para la elaboración de nuevos conocimientos, actitudes y habilidades.

Estas actividades y estrategias podrían aplicarse en otras instituciones o centros educativos, por lo tanto hablamos de potencial de replicabilidad emergente de la comunidad con la cual se trabaja. La experiencia es replicable siempre que estén identificados los componentes principales de la estrategia sobre los cuales se trabajó, es decir la integralidad (que involucre a las distintas líneas estratégicas o ejes de la experiencia), la continuidad coherente de las acciones a lo largo del tiempo, la participación de los diferentes actores de la comunidad que se han ido involucrando con el transcurso del proceso y la comunicación fluida, continua y permanente tanto de las actividades que se han realizado, como de la comunicación entre el equipo interdisciplinario y el establecimiento educativo.

Por otro lado, es importante hablar de las capacidades instaladas durante todo el recorrido del proyecto en la comunidad escolar. En primer lugar, para asegurar la sostenibilidad del proyecto se ha intentado mediante las diferentes estrategias realizadas transferir capacidades y habilidades a los docentes, quienes han sido y son actores claves en el proceso de transformación de creencias, actitudes y conductas alimentarias. Como dato ilustrativo que sintetiza lo anterior, los docentes han sido parte de la elaboración del cuadernillo de técnicas para el trabajo de Promoción de la Salud en el aula con actividades apropiadas para cada uno de los grados, los cuales fueron testeados mediante un cuestionario semi-estructurado dirigido a los maestros de la escuela. Los docentes también participaron de forma activa en la planificación y organización de todas las actividades institucionales, como por ejemplo, las ferias de alimentación saludable y el festival de la fruta.

Es significativo también destacar el trabajo aportado por los estudiantes universitarios que a través de las diferentes prácticas o pasantías de extensión han sido y son un componente clave para el sostén de la experiencia, quienes retroalimentan la formación

que actualmente reciben a partir de la experiencia realizada en una institución educativa con la cual la cátedra sostiene un vínculo sostenido en el tiempo-

Por último, vale apuntar que en la actualidad se sigue trabajando con la comunidad educativa, con la intención de poder atravesar los muros de la institución para comenzar el abordaje del barrio emplazado en el área de influencia del establecimiento, cuyas problemáticas sociales, económicas y culturales le otorgan una singularidad y complejidad que debe ser reconocida en cada una de las intervenciones.

[i] Directores de proyecto: Mg Martin De Lellis – Lic Schelica Mozobancyk
Codirectora: Mabel Ferraro

Coordinación operativa: Lic. Paula Zubiaurre, Lic. Romina. Amantea,

Miembros del equipo ejecutor: Lic. María Eugenia Quatrini, Lic. Germán Barrios, Lic. Julieta Cellucci, Lic. Maximiliano Moncalvillo, Lic. Soledad Poli, Lic Romina Dichiera, Lic. Mora Talay, Alicia Ojeda, Ercilia Croce, Natalia Milano, Verónica Di Zio, Mauro Russi, Paula Daquarti y Luciana Reck.

[ii] La síntesis del diagnóstico nutricional puede leerse en la ponencia del Proyecto (Mozobancyk, Schelica) de las VIII Jornadas de Salud y Población Gino Germani, año 2009.

Bibliografía

de Lellis, M; Mozobancyk, S.: El proceso de salud-enfermedad desde la perspectiva de la complejidad. Una mirada en Salud Pública. Secretaría de Publicaciones Facultad de Psicología. 2009.

OPS (1996): Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. En: Promoción de la Salud: una antología, Washington D. C, OPS, Publicación Científica n°557 Salleras Sanmarti: Educación Sanitaria, principios métodos y aplicaciones, Diaz de Santos. 1990.

Organización Mundial de la Salud [OMS]. 1994.

Saforcada, E.: Psicología Sanitaria. Análisis crítico de los sistemas de atención de la salud. Buenos Aires. 1999.

Páginas web:

<http://new.paho.org/arg/>