

Facultad de Ciencias de la Educación y Psicopedagogía

Sede: Rosario

Carrera: Profesorado Universitario para la Educación Secundaria y Superior

Educación Alimentaria. Propuesta de Intervención para favorecer su desarrollo en una escuela de Nivel de Educación Secundaria, perteneciente a la ciudad de Villa Constitución, durante el Ciclo Lectivo 2023.

Alumno: Sorgini Purgue, Débora.

Título a obtener: Profesor universitario para la Educación Secundaria y Superior

Agosto 2022

Dedicatoria

A mi familia, por su apoyo incondicional. A mis compañeros de cursado Daiana, Macarena, Maxi, Ornela y Sabina por hacer más ameno el camino.

Reciban un profundo agradecimiento los diferentes actores de la comunidad educativa de la escuela que abrió su espacio, especialmente al docente entrevistado, por su buena predisposición y participación. Y un reconocimiento especial a Carina Cáceres por haber apoyado la realización del presente trabajo, y por su constante incitación durante el acompañamiento.

“Comer es una necesidad, pero comer de forma inteligente es un arte.”

François VI.

Resumen

Este trabajo se concentra en indagar acerca de las actuales medidas destinadas a la promoción de hábitos alimentarios saludables en edad escolar enmarcada en el nivel de escolaridad secundaria, a fin de ofrecer una propuesta de intervención que ayude a potenciarlos o a modificar los hábitos alimentarios inadecuados y los estilos de vida poco saludables. Debido a que se pretende transformar la situación social en la que nos encontramos, es que se aborda la investigación desde el modelo de paradigma sociocrítico a través de un diseño cualitativo. La recopilación de datos, como sustento a la teoría desarrollada, consistió en la realización de entrevista al docente de la asignatura desde la que se optó por intervenir. Se trabajó con tópicos tales como cuáles son las estrategias más utilizadas por el docente en clases, si hay articulación de un mismo contenido entre diferentes materias, y sobre las dificultades que se presentan durante el desarrollo de las clases. La intención final que se mantuvo a través de esta investigación y trabajo de campo fue la de planificar un taller en el cual realizar un trabajo reflexivo y participativo, proponiendo las herramientas necesarias para poder abordar esta temática y promover así una mayor conciencia sobre las múltiples funciones que juega la alimentación en las diversas esferas de la vida y la salud.

Palabras clave: *hábitos alimentarios, educación alimentaria nutricional, articulación, constructivismo, taller*

Contenido

Introducción 1

Capítulo I – Contexto de Estudio 3

Marco Institucional Donde se Desarrollará la Propuesta 3

Descripción de la Institución 3

La Historia del Colegio 4

Factores Críticos Externos e Internos 4

Encuadre Curricular 5

Capítulo II: Metodología de la Investigación Empleada 8

Capítulo III: Presentación del Problema 9

Capítulo IV. Marco Teórico 14

Normativa Nacional 14

Normativa de la Provincia de Santa Fe 15

Educación Alimentaria Nutricional (EAN) 15

Constructivismo 16

Taller 17

Articulación 19

Capítulo V. Propuesta De Intervención 22

a. Justificación 22

b. Destinatarios 22

c. Acciones a Realizar 23

c.1. Propósito de Cada Acción 23

c.2. Responsables 24

c.3. Cronograma de Trabajo 24

c.4. Determinación de Recursos Necesarios para las Acciones 27

c.5. Evaluación del Proyecto 28

d. Estudio de la Viabilidad de la Propuesta de Intervención en el Campo Profesional (PICP) 29

e. Impacto Esperado 29

Conclusiones 31

Bibliografía 33

Anexos 36

Modelo de Entrevista Dirigida al Docente Titular de la Asignatura Biología 36

Introducción

El presente trabajo de investigación se ha llevado a cabo en una institución escolar de nivel de Educación Secundaria de gestión privada de la ciudad de Villa Constitución, en cuarto año de la orientación "Bachiller en Ciencias Naturales", pudiendo establecer una articulación entre la asignatura Biología con el espacio curricular Salud y Adolescencia.

La investigación toma en el inicio el desconocimiento de los estudiantes acerca del origen y producción de alimentos, y de contenidos asociados a la alimentación nutricional y a la salud, que, debido a la falta de abordaje por parte del cuerpo docente sobre temáticas asociadas a educación y hábitos alimentarios, redunda en una importante desinformación por parte del alumnado que impacta en las diversas esferas de sus vidas.

La elección de la problemática presentada se centra en el interés personal y en la relevancia social que tiene, debido a que en la actualidad nos enfrentamos a un aumento en el desarrollo de Enfermedades Crónicas no Transmisibles en adultos (ECNT), las cuales tienen origen en la desequilibrada ingesta de nutrientes, la persistencia de hábitos alimentarios inadecuados y los estilos de vida poco saludables. Es por esto que la educación en alimentación debe orientarse a potenciar o modificar estos hábitos descubriendo y erradicando creencias, mitos y conductas erróneas. Esto es indispensable para poder ir promoviendo en los adolescentes una mayor conciencia sobre las múltiples funciones que juega la alimentación en la salud, los aprendizajes, la producción, distribución y consumo de alimentos, para así poder hacer una elección crítica.

Debido a que se pretende transformar la situación social en la que nos encontramos en este escenario, es que se aborda esta investigación educativa desde el paradigma sociocrítico a través de un diseño cualitativo.

Este problema ha sido advertido primero desde la posición de exalumna, ya que en la experiencia vivida como estudiante tampoco se abordaron estas temáticas.

Para realizar un diagnóstico de la situación actual, se ha recurrido a la realización de una entrevista al docente a cargo de la asignatura Biología para recabar información pertinente, con la finalidad de planificar después un taller y proponer herramientas didácticas que faciliten el abordaje de estos tópicos y ayuden en el proceso de enseñanza-aprendizaje para crear hábitos saludables.

Los objetivos que guiaron a este trabajo fueron:

General: Conocer cómo se trata actualmente la educación alimentaria en la materia Biología de 4°año, para planificar y ofrecer un taller en compromiso con la promoción de hábitos saludables de alimentación y nutrición en la formación integral de los estudiantes.

Específicos:

- Indagar al docente de Biología de 4° año sobre el actual abordaje de la temática, y los modos de enseñanza de estos contenidos en dichos espacios curriculares.

- Describir posibles métodos y recursos necesarios para su enseñanza y aprendizaje, que posibiliten a los estudiantes actuar racionalmente en la selección, preparación y consumo de los alimentos.

- Proponer un taller que contemple estos contenidos en el proceso de formación de los estudiantes con estrategias metodológicas adaptadas a contexto escolar y época.

Entre las preguntas orientadoras de esta investigación se destacan:

- ¿Cómo se vienen desarrollando actualmente estos contenidos en la escuela en cuestión?

- ¿Con qué técnicas y métodos puede llevarse a cabo la enseñanza de educación alimentaria y la promoción de hábitos saludables?

- ¿Qué estrategias metodológicas se pueden utilizar selectivamente en el marco de un taller para motivar al estudiante a desarrollar el pensamiento crítico frente a esta temática a abordar de modo integrado entre ambas asignaturas (Biología y Salud y Adolescencia)?

Capítulo I – Contexto de Estudio

Marco Institucional Donde se Desarrollará la Propuesta

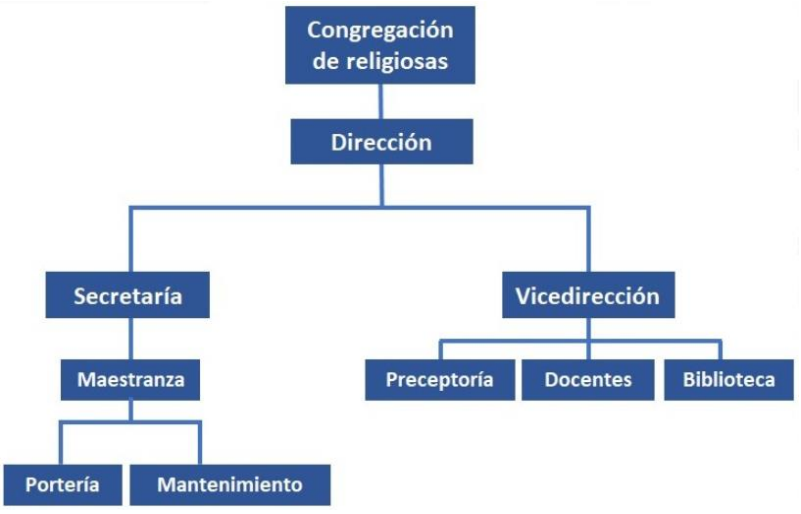
Descripción de la Institución

La institución escolar, de gestión privada, mixta y religiosa, cuenta con los tres niveles de educación obligatoria y se encuentra ubicada en la ciudad de Villa Constitución, Santa Fe. Está emplazada en zona urbana, en el barrio Puesta del Sol, que se encuentra en uno de los extremos de la ciudad. En ese mismo espacio físico se disponen tanto el nivel secundario como el inicial, mientras que el primario se encuentra a unas pocas cuadras hacia el centro de la ciudad.

A pesar de encontrarse en una zona alejada del centro es de fácil acceso por cualquier medio, ya que también llega el transporte público. Allí asisten estudiantes de todos los puntos de la ciudad, provenientes principalmente de familias con condiciones socioeconómicas media y media-baja.

El nivel secundario fue fundado en 1970, dispone de infraestructura religiosa propia y otorga el título de Bachiller con orientación en Ciencias Sociales y Humanidades, y en Ciencias Naturales.

La estructura interna del nivel secundario de la institución se detalla en el siguiente organigrama:



La Historia del Colegio

El Instituto, según la intuición carismática que recibió el fundador, nació con el fin de hacer reinar a Cristo por medio de la educación en los niños, familias y sociedad. Esa intuición le llevó a fundar este Instituto religioso el 26 de mayo de 1876 en Granada, España.

Buscando dar respuesta a las necesidades educativas del mundo, y al llamado de hermanos en situación de mayor vulnerabilidad y riesgo, la institución se ha ido extendiendo en tres continentes, en donde están presentes en diversos países y realidades:

Europa: España, Italia y Albania.

Latinoamérica: Venezuela, Colombia, Perú, Ecuador y Argentina.

África: Senegal y Togo.

Factores Críticos Externos e Internos

Ante una problemática centrada en la falta de educación alimentaria y hábitos saludables de alimentación, advertida principalmente en adolescentes, los factores externos detectados son varios.

Por un lado, encontramos los conocimientos previos del alumno, y los hábitos alimenticios ya formados e instaurados en el contexto familiar, los cuales muchas veces están marcados según la población. Estos hábitos generalmente están influenciados por la publicidad, otro agente externo que como agente socializador de hábitos y preferencias alimenticias tiene un efecto sobre las conductas de compra y patrones de consumo. En relación con esto, hay una medida largamente demandada a los países miembros por la OMS (Organización Mundial de la Salud) y por sociedades científicas y profesionales de la salud de todo el mundo, de regular la publicidad alimentaria para proteger a los niños de la exposición al marketing de alimentos y bebidas ultra procesados.

Medidas de salud pública como la regulación de la publicidad alimentaria empoderan a la ciudadanía para que tome el control verdadero de su alimentación y ejerza, esta vez con conocimiento, una auténtica libertad de elección. Esta intervención es imprescindible para defender los derechos fundamentales de una población vulnerable como son los menores.

Otro factor es la obesidad y el sobrepeso infantil que aqueja a la sociedad a nivel mundial, y que en nuestro país las cifras crecen día a día y son cada vez más alarmantes. Respecto a esto, estadísticas previas a la pandemia de COVID 19 arrojaban que, de los niños y niñas en edad escolar, el 30% tiene sobrepeso y 6% obesidad.

Adicionalmente a estos factores, el 26 de octubre del 2021 la Cámara de Diputados aprobó la Ley 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable, más conocida como ley de Etiquetado Frontal, que tiene como objetivo ayuda a combatir factores de riesgo para la salud de la sociedad, como por ejemplo la obesidad. Esto será brindando información nutricional simple y comprensible de los alimentos envasados y bebidas analcohólicas.

Los factores internos de la gestión de la institución que coadyuvan a la persistencia de estos hábitos alimentarios inadecuados es el abordaje sobre temáticas asociadas sólo de forma limitada, abstracta y conceptual. Sumado a esto, la inexistencia de un espacio dentro de la institución donde se apliquen estas prácticas que se pretenden promover, como una cantina/quiosco que ofrezca alimentos reales, hace que los estudiantes no tengan al alcance un modelo de ejemplo

La escuela no debería ser ajena a esta coyuntura, sino que debe contribuir con el desarrollo de entornos escolares saludables.

Encuadre Curricular

Se toma como espacio curricular específico de tratamiento la asignatura Biología de la orientación Bachiller en Ciencias Naturales. Desde ésta se analiza la problemática, y, a partir del concepto de nutrición, se ancla la propuesta de intervención con intencionalidad superadora intentando establecer una articulación con el espacio Salud y Adolescencia.

Desde el punto de vista teórico-metodológico, la articulación se realiza a través de los Núcleos Interdisciplinarios de Contenidos (NICs), espacios curriculares que permiten a los docentes diseñar propuestas de enseñanza innovadoras y al mismo tiempo, reconocer los aprendizajes de los alumnos en su aplicación creativa para la resolución de problemas.

Tales asignaturas se encuentran posicionadas en el plan de estudio del ciclo orientado, en 4° año junto con el resto de los espacios curriculares de la formación general, a saber:

Biología

Química

Física

Salud y Adolescencia

Lengua y Literatura

Matemática

Lengua extranjera

Educación física

Historia

Geografía

Nticx (Nuevas Tecnologías para la Información, la Comunicación y la Conectividad)

Lo que se trata con los NICs es articular asignaturas ya instaladas en el currículum para que se trabajen distintos problemas que nos atraviesan e interpelan, como en este caso problemas sobre salud y alimentación, para permitir que la escuela pueda elaborar proyectos institucionales en torno a esos problemas y que se puedan adecuar a las particularidades sociales de cada contexto.

El programa de la asignatura Biología se organiza en tres ejes temáticos centrales: los sistemas y funciones de nutrición, el sistema osteo-artro-muscular, y los sistemas de regulación y control. En el primer eje mencionado, el objetivo es conocer las reacciones químicas celulares, la clasificación de nutrientes según sus funciones, y los procesos de nutrición en diferentes seres vivos hasta llegar a comprender los procesos de nutrición en el ser humano, para así poder reconocer y realizar comparaciones entre el funcionamiento normal y el patológico. Se pretende abordar los sistemas del cuerpo humano desde una perspectiva que integre la anatomía y la fisiología, complejizando los conceptos a través de las relaciones de causación.

Las instancias de evaluación se organizan en dos exámenes, y 2 o 3 trabajos prácticos cuya estrategia metodológica consiste en la presentación de análisis de casos que serán tratados y discutidos en pequeños grupos y luego compartidos. Y para la acreditación se toman en cuenta, además de esos resultados, la participación y compromiso en las clases.

Para el espacio curricular Salud y Adolescencia se reconocen los siguientes ejes: la adolescencia y la salud, concepto de salud y enfermedad, proceso salud-enfermedad y primeros auxilios. El propósito de este espacio es el de la promoción y protección de la salud, para que el estudiante adquiera conciencia crítica sobre la realidad, generando autorresponsabilidad que lo ayude a pensar y decidir sobre estos aspectos. La metodología de trabajo es este espacio es con el formato taller, en el que se presentan problemáticas que requieren compromiso, participación y diseño de intervenciones en el ámbito comunitario, que podrá tener la modalidad de trabajo individual o en pequeños grupos. Estos talleres podrán abrirse a otros espacios curriculares en los que, a partir de la articulación entre espacios, pueden abordarse distintas problemáticas.

Capítulo II: Metodología de la Investigación Empleada

El paradigma desde el cual se aborda la investigación es desde el socio crítico, mediante el cual se invita a alguno actores de la comunidad educativa a la reflexión y análisis sobre la situación social en la que nos encontramos implicados en el aspecto alimentario, y en la formación atinente, con el objetivo de potenciar una transformación social.

El mismo está fundamentado en la crítica social con un marcado carácter autorreflexivo y considera que el conocimiento se construye siempre por intereses que parten de las necesidades de los grupos; pretende la autonomía racional y liberadora del ser humano que se consigue a través de la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social (Alvarado & García, 2008).

Partiendo de la situación inicial planteada en cuanto al desconocimiento por parte del alumnado y en la falta de desarrollo por parte del docente sobre educación alimentaria en la asignatura Biología, es que se procede a realizar un diagnóstico de la misma. Frente a esta necesidad, se determina que el diseño de la investigación sea de tipo cualitativa, ya que para el diagnóstico se diseñó y aplicó una entrevista que permitió la recopilación de los datos relevantes necesarios para determinarlo.

Esta entrevista se llevó a cabo con el docente de la asignatura Biología de cuarto año, (ver Anexo – Modelo de entrevista) ya que, por su trabajo, su rol en la comunidad educativa y por su experiencia, se considera que dispone de información y de una visión especial que permitirá profundizar en el diagnóstico. La misma estuvo preestablecida, y se realizó de manera virtual dentro del horario escolar, durante un recreo.

A través de la entrevista se obtuvieron evidencias sobre la falta de abordaje de temáticas asociadas a educación y hábitos alimentarios, con la finalidad de identificar las principales dificultades que se presentan en este aspecto. Los resultados arrojados por la aplicación de este método de recolección de datos fueron analizados cualitativamente.

Para la fundamentación teórica del problema y de la propuesta de intervención, se efectuó un exhaustivo buceo bibliográfico sobre diversas fuentes con el correspondiente fichaje, el cual sirvió para la elaboración del marco teórico que se presentará más adelante.

Capítulo III: Presentación del Problema

Como exalumna de la institución elegida para el análisis, y luego de haber transitado la educación universitaria en una carrera referida al ámbito alimentario, he notado la falta discernimiento en materia de origen de alimentos y procesamiento de productos alimenticios.

Estas cuestiones consideradas básicas para el desarrollo de la carrera y sus asignaturas resultan ser indispensables y de suma importancia para el desarrollo saludable de la vida de cualquier ser humano. Esto se debe a que los hábitos alimentarios forman parte de cada persona, pero no nacen con él, sino que se conforman a partir de experiencias de aprendizaje adquiridas a lo largo de la vida.

La edad escolar es una etapa fundamental en la adquisición y desarrollo de hábitos y pautas alimentarias que condicionan el estado nutricional en etapas posteriores de la vida, y que contribuirán a garantizar salud en la edad adulta. Sin embargo, su aprendizaje está condicionado por numerosas influencias como la familia, el ámbito escolar y la publicidad. Por lo tanto, el nivel de conocimiento en temas relacionados con alimentación y nutrición es un importante determinante en los hábitos de consumo alimentario a nivel individual. Cuanto mayor sea la formación en nutrición del individuo, probablemente mejores serán sus hábitos alimentarios.

En consecuencia, este trabajo parte de un posicionamiento crítico con respecto a una situación insatisfactoria en una institución en particular, como es la desarticulación de dos asignaturas (Biología y Salud y Adolescencia) y la estrategia metodológica utilizada en el abordaje de contenidos relacionados a la nutrición. Se sustenta en el paradigma sociocrítico y en la didáctica, con la finalidad de, a posteriori del diagnóstico, proponer una herramienta superadora que facilite la enseñanza y el aprendizaje de estos contenidos.

El aumento en el desarrollo de ECNT en adultos, las cuales tienen origen en la persistencia de hábitos alimentarios inadecuados, requiere que los conocimientos de utilidad relacionados a esta temática sean accesibles para la experiencia diaria de los adolescentes en cuestión.

Pensando en las dificultades que pueden presentarse en la comprensión e interés por parte del alumnado, y en el desarrollo de estos contenidos por parte del docente, nos preguntamos con qué estrategias o recursos puede trabajarse en el aula.

Partiendo de la situación inicial planteada, y recabando información pertinente mediante la entrevista realizada, se sondeó sobre las principales dificultades con las que pueden encontrarse tanto el docente a cargo de la asignatura como los estudiantes.

Seguidamente se presenta la información obtenida a partir de la aplicación de la entrevista al docente a cargo de la asignatura Biología.

La primera pregunta fue de carácter más general, directamente para conocer si en la asignatura Biología de cuarto año actualmente se abordan contenidos relacionados a la nutrición o si estaba al tanto de que se abordaran en otra asignatura, como por ejemplo en Salud y Adolescencia. Como era de esperarse por la propia experiencia, la respuesta fue negativa y el docente resumió las principales temáticas desarrolladas en la materia. Su respuesta textual fue: "Si te referís a educación nutricional alimentaria no, no se da en la asignatura. Lo que sí se ven son los procesos de nutrición celular, sus distintas fases y los nutrientes necesarios para que se lleven a cabo correctamente esas fases del proceso. En Salud y Adolescencia, hasta donde tengo entendido tampoco se están abordando estos temas. Se que allí se están tratando distintos casos de actualidad como por ejemplo, referidos a violencia, discriminación, conductas, adicciones, y también acciones básicas de primeros auxilios para aplicar frente a emergencias".

La segunda pregunta indagó acerca de cuáles son las dificultades que se le presentan con sus alumnos a la hora de dar clase, e instantáneamente reconoció que el principal obstáculo es el desinterés de los estudiantes. Su respuesta fue: "Sin dudas uno de los mayores problemas es la falta de interés y de motivación…no le encuentran atractivo a los contenidos y a las tareas propuestas; claramente parece no ser una de las materias favoritas, ya que los contenidos presentados parecen atraerlos poco. Lo que también considero que es muy preocupante es la interpretación de consignas, y de las instrucciones que reciben los alumnos, ya que por más claras y sencillas que uno intente hacerlas y reformularlas, muchas veces parecen ser insuficientes…quizá es sólo falta de atención, pero preocupa".

La tercera pregunta se orientó a saber si considera necesario y posible ocuparse de este asunto dentro del marco institucional escolar, e indudablemente opinó que deberían atenderse estas cuestiones relacionadas a la salud. Textualmente respondió: "Sin dudas que hay que ocuparse de enseñar educación alimentaria a los chicos…creo que acá en la institución podría buscarse la forma

de incorporarlo al programa…y, es más, debería hacerse desde los niveles iniciales y mantenerlo a lo largo de todo el recorrido escolar".

Al consultarle sobre la manera en que considera que puede facilitarse este proceso de enseñanza, y la toma de conciencia de buenos hábitos alimentarios, el docente comentó: "Y….habrá que pensarlo y planificarlo bien, pero sabemos que siempre lo que más funciona son las actividades prácticas en donde los chicos pueden involucrarse y la trasmisión de conocimientos se dé bajo esa modalidad y no de la forma tradicional mediante la pura exposición de uno frente al grupo. Igual está claro que esta parte también sería necesaria previo a las actividades que logren planificarse, para poder dar un panorama general de la situación, y presentar el tema que se pretende tratar con los objetivos que van a perseguirse a través de esa modalidad de trabajo, sea cual sea la elegida...Pero si o si pienso que se los debe hacer partícipes"

Con la quinta pregunta quisieron conocerse las estrategias metodológicas que comúnmente utiliza en el dictado de la asignatura y que más favorables les resultan para trabajar con el alumnado. Su respuesta fue: "Como punto de partida siempre intento basarme en bibliografía que sea de clara comprensión lectora, ya que muchas veces he observado que los chicos se enroscan intentando entender ideas que quizá son muy sencillas pero que están explicadas de forma rebuscada. Y para el desarrollo de los contenidos trato de utilizar mucho contenido visual para lograr captar más la atención del grupo y que no todo sean textos y textos, como la presentación con soportes audiovisuales como presentaciones de Power Point, Prezi o videos explicativos de procesos específicos que quizá son complicados de imaginar. También, para dar algunos temas trato de basarme en casos específicos, como por ejemplo, cuando son referidos a enfermedades, en las que los casos son tangibles y pueden evidenciarse mejor ciertas cuestiones o particularidades que de modo teórico solamente resultarían más difícil de comprender. Entonces así también los chicos participan, porque muchas veces vienen a sus mentes casos similares de su entorno y se genera un intercambio de experiencias, vivencias".

Con respecto a la disponibilidad de tiempo y recursos desde el ámbito institucional, se indagó sobre cuáles son las actividades o estrategias didácticas que considera que podrían ser útiles y de interés para para trabajar con los estudiantes estos temas. Luego de pensar unos segundos, manifestó que el tema de organizar el tiempo no sería tarea sencilla debido a que siempre es lo que menos disponible hay. Sus palabras textuales fueron: "Y….lo que menos sobra es tiempo. En

realidad, no debería ser tiempo que sobre, sino que debería ser tiempo bien planificado y destinado para ser ocupado en tratar este tema que planteas, porque realmente es algo importante en lo que debemos implicarnos como comunidad educativa. No lo sabemos, pero quizá sea el único lugar donde uno toque este tema; siempre suponiendo el peor escenario en el que los chicos luego de su paso por el colegio no accedan voluntariamente a espacios relacionados, como si fuese el caso de estudiar alguna carrera de la rama de la salud o nutrición, o frecuentar a consultas con estos profesionales por decisión propia....Pero bueno, en fin, creo que lo más acertado sería trabajarlo con proyectos como ferias, o con algún formato tipo taller, o algo así por el estilo que implique que los chicos tengan que involucrarse para aprender".

Para finalizar, y relacionando con la anterior respuesta, se le consultó si considera viable trabajarlo junto a otros docentes, y articulando su asignatura con, por ejemplo, el espacio "Salud y Adolescencia". El docente dijo: "sí, sería muy bueno que nos comprometamos entre varios para llevar a cabo este tipo de propuestas, pero considero que quizá antes deberíamos recibir capacitaciones sobre estos temas específicos porque podemos tener noción de para dónde ir, pero no estamos familiarizados al respecto ni somos expertos como para poder conducir talleres o jornadas. Va, quizá algún otro docente sí, pero no lo sé, no creo…Además todos los involucrados deberíamos estar empapados y valernos a partir de las mismas directrices".

Con la entrevista queda en evidencia la carencia de educación alimentaria nutricional y la clara opinión del docente que concuerda con la imperiosa necesidad de su implementación.

Pese al entusiasmo y predisposición, también pone de manifiesto la importancia de acompañamiento de profesionales especializados para afrontar estos abordajes, con los cuales actualmente la institución no cuenta.

Por lo tanto, a través de las variables de la matriz del análisis FODA, se recopilaron los datos más relevantes que permiten hacer un análisis de la situación actual, a partir del cual trabajar en el diseño e implantación de estrategias tendientes a mejorarla.

Fortalezas - Entusiasmo y alto grado de compromiso por parte del docente de Biología para incorporar educación alimentaria en el programa.	**Oportunidades:** - Posibilidad de trabajo en equipo de manera interdisciplinaria. - Posibilidad de incorporación de nuevas herramientas didácticas y actividades curriculares.
Debilidades: - Falta de capacitación del actual cuerpo docente sobre la temática de interés. - Dificultades en la apropiación de contenidos por falta de interés y/o de motivación por parte de los estudiantes.	**Amenazas:** - Acotada disponibilidad de tiempo extraescolar para dedicarlo a la organización de una propuesta superadora.

Capítulo IV. Marco Teórico

El presente marco teórico aborda un conjunto de documentos como artículos, normativas y legislaciones que regulan el contexto, y otros escritos que se han tomado como referentes teóricos de fundamentación para el presente proceso investigativo.

Normativa Nacional

En el año 2019, a través de la Secretaría de Gobierno de Salud, el Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación crea por Decreto Nº 996/19 el Plan Nacional de Alimentación Saludable en la Infancia y la Adolescencia para la Prevención del Sobrepeso y la Obesidad en Niños, Niñas y Adolescentes (Plan ASI). Este plan se propone detener la epidemia creciente de sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes en el país para el año 2023 mediante una serie de iniciativas, dentro de las cuales se incluye la Educación Alimentaria Nutricional (EAN); y haciendo, a través de ella, intervenciones de forma conjunta y articulada para la sensibilización y concientización de la comunidad, promoviendo los sistemas alimentarios sostenibles y regulando los entornos y los productos alimenticios.

El fin del plan es contribuir a mejorar la salud nutricional de chicos en edad escolar a través de la promoción y regulación de una alimentación y estilo de vida saludables.

Con respecto a uno de los objetivos estratégicos del plan con el que pretende fortalecer la educación alimentaria y nutricional, se espera proporcionar los conocimientos y competencias necesarias para que las personas puedan alimentarse de un modo adecuado; puedan obtener alimentos adecuados a precios asequibles; preparar alimentos y comidas saludables; reconocer hábitos alimentarios no inadecuados y promover en el entorno una alimentación saludable. Sin embargo, el Estado considera que por más de ser una estrategia imprescindible y de las más extendidas en la región, de forma aislada no es suficiente para disminuir la malnutrición y prevenir la obesidad y las ECNT que de ella derivan.

En este ámbito del Estado Nacional, desde varios ministerios se han desarrollado diferentes estrategias de educación alimentaria y, del mismo modo, en las provincias se han identificado numerosas estrategias de capacitación dirigidas, por ejemplo, a docentes y estudiantes en el entorno escolar. A través del plan se considera necesario profundizar los esfuerzos de educación alimentaria

y nutricional de manera sostenida e integral para hacer frente el contexto social que nos rodea, en el que la publicidad, promoción y patrocinio de alimentos no saludables no está regulado aún.

El plan ASI establece que las estrategias de educación deben basarse en estándares homologados como los que hoy proveen las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) de la Secretaría de Gobierno de Salud, y deben complementarse con normativa que regule los entornos y productos para propiciar la adopción de hábitos saludables y, así, lograr que las intervenciones logren el impacto sanitario buscado.

Normativa de la Provincia de Santa Fe

El 23 de noviembre de 2012 se crea el Programa Provincial Integral de Prevención, Control y Asistencia de los Trastornos Alimentarios bajo la sanción de la ley provincial N° 13295, adhiriéndose a la Ley Nacional 26.396, de Prevención y Control de Trastornos Alimentarios. En su artículo 8 y en coordinación con el Ministerio de Educación, esta norma incorpora la Educación Alimentaria Nutricional en el sistema educativo en todos los niveles; el control sobre los medios de expendio de alimentos que se encuentren en los establecimientos escolares; la realización de talleres y reuniones para dar a conocer conductas, hábitos alimentarios y estilos de vida saludables; la fijación de criterios y acciones de capacitación y actualización de los docentes de los distintos niveles; entre otros.

Educación Alimentaria Nutricional (EAN)

Se define Educación Alimentaria Nutricional a aquellas estrategias educativas diseñadas para facilitar la adopción voluntaria de conductas alimentarias y otros comportamientos relacionados con la alimentación y la nutrición propicios para la salud y el bienestar. Estas estrategias están enfocadas en el desarrollo de habilidades de los sujetos para que puedan tomar decisiones adecuadas relativas a su alimentación y que les permita la promoción de un ambiente alimentario propicio (Contento, 2007).

Una educación alimentaria nutricional efectiva se logra cuando las personas, grupos y/o comunidades mejoran sus prácticas y comportamientos alimentarios de manera sostenible, ya que permite y busca constantemente el cambio social.

Además de tener una influencia directa sobre la salud de los escolares, los buenos hábitos sobre nutrición siguen una suerte de “transferencia” hacia la edad adulta, donde tales hábitos

saludables son continuados, consumando en una buena salud en la adultez (Varela & Silvestre, 2016).

Se reconoce también la importancia de esta educación en edades escolares, ya que es el momento en el que, de a poco, el sujeto se va haciendo más partícipe y comienza a decidir sobre su propia alimentación y las diversas opciones que se le presentan. En un primer momento estas decisiones se encuentran atravesadas por los hábitos, costumbres y conductas propias del núcleo familiar, hasta el momento en que las pautas sociales son las que mayormente comienzan a influir al momento de elegir (Ballabriga & Carrascosa, 2006).

A nivel nacional, el principal documento que orienta la EAN son las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA), elaboradas por el Ministerio de Salud de la Nación en 2016. Estas presentan una herramienta de educación nutricional cuyo propósito es la implementación de acciones integrales para enfrentar y contribuir a la prevención de ECNT. Cada país cuenta con sus propias guías, las cuales son diseñadas de acuerdo con los hábitos alimentarios y problemas nutricionales de su población. En el caso argentino, las GAPA plantean hacia dónde vamos en relación con las metas nutricionales establecidas para la población en mensajes prácticos, redactados en lenguaje sencillo y comprensible. Las GAPA son también una herramienta de planificación para los sectores de la salud, la educación, la producción, la industria, el comercio y todos aquellos que trabajen en el área de alimentación.

En el año 2019, el Ministerio de Desarrollo Social de Santa Fe publicó la segunda edición de la "Bitácora de la Alimentación Segura y Saludable". El material, elaborado de manera conjunta por los ministerios de Desarrollo Social, Educación y Salud, busca compartir técnicas y estrategias didácticas para reflexionar y construir saberes relacionados con la importancia de la alimentación saludable, y está destinado a educadores, trabajadores de la salud, equipos sociales de municipios, y todos aquellos que quieran convertirse en multiplicadores de una alimentación sana y saludable.

Constructivismo

La EAN puede incluir múltiples actividades, pero debe ser transformadora y promover la participación de los individuos.

Para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje, se debe guiar y brindar al estudiante las herramientas necesarias para su autogestión y construcción personal de aprendizajes significativos.

El aprendizaje constructivista ha sido definido como un producto natural de las experiencias encontradas en los contextos o ambientes de aprendizaje en los cuales el conocimiento que ha de ser aprendido es clasificado y ordenado de una manera natural. El aprendizaje constructivo se produce en las aulas a partir de tres supuestos: la experiencia física, a partir de la cual construye los conceptos inductivamente; la experiencia afectiva, que ante la realidad previa impulsa el aprendizaje; los conceptos, que condicionan un planteamiento deductivo del aprendizaje (Porlán, 1993).

El constructivismo es una corriente pedagógica la cual afirma que el conocimiento de las cosas es un proceso mental del individuo por medio de la obtención de información gracias a su interacción con el entorno. El constructivismo social comprende el trabajo de Vygotsky, en el cual se destaca la importancia de aspectos tales como la cultura, el lenguaje y el contexto en el proceso de adquisición del conocimiento que involucra las experiencias propias y las que se viven con la sociedad para llegar a un entendimiento (Baquero, 2001).

El modelo constructivista ve al docente como un investigador analítico que busca mejorar su labor y el aprendizaje del estudiante desde un cambio de mentalidad; donde éste construya su propio conocimiento con la colaboración del docente, quien busca alternativas para formar, dejando atrás la transmisión de conocimientos. Esta teoría permite orientar el proceso de enseñanza aprendizaje desde una perspectiva experiencial, en el cual se recomienda menos mensajes verbales del maestro (mediador) y mayor actividad del alumno.

El constructivismo considera el aprendizaje como un proceso en el cual el estudiante construye activamente nuevas ideas o conceptos basados en conocimientos presentes y pasados. En otras palabras, “el aprendizaje se forma construyendo nuestros propios conocimientos desde nuestras propias experiencias” (Ormrod, 2002).

Aprender, por tanto, es un esfuerzo muy personal por el que los conceptos interiorizados y los principios generales, pueden ser aplicados en un contexto del mundo real y práctico.

Taller

La estrategia metodológica es un elemento esencial del proceso de formación, porque constituye la manera, la forma en cómo se lleva a cabo. La finalidad principal del escogimiento de una metodología adecuada es, ni más ni menos, que los estudiantes aprendan.

La modalidad taller se basa en una concepción constructivista del conocimiento. Son actividades que implican hacer cosas, que motivan al contacto con diversidad de materiales y son una oportunidad para revisar el conocimiento, pero también para aportar algo de sí en la ejecución de la tarea propuesta. Esto facilita el contacto con el tema que se esté abordando y su asimilación por parte de los estudiantes.

Un taller de trabajo es un programa educativo corto y único diseñado para enseñar o presentarles a los participantes habilidades, técnicas o ideas prácticas que después podrán usar en su trabajo o en su vida cotidiana.

El taller como sistema de enseñanza, es definido por Ander-Egg (1991) como "metodología activa". Se trata de una forma de enseñar, y la estrategia se centra en aprender mediante un "algo" que se lleva a cabo conjuntamente. Este investigador aclara que, en lo sustancial, el taller es una modalidad pedagógica de aprender haciendo y que el aprendizaje es mucho más eficaz si el estudiante lo adquiere viendo y haciéndolo.

Desde su punto de vista pedagógico, en 1991 Ander-Egg expresó qué:

> En el caso de talleres a nivel primario o secundario, los conocimientos se adquieren en una práctica concreta vinculada al entorno y vida cotidiana del alumno, o mediante la realización de un proyecto relacionado con una asignatura o una disciplina en particular.
>
> El taller, de acuerdo a esa característica, se apoya en el principio de aprendizaje formulado por Froebel en 1826 y que dice así: "aprender una cosa viéndola o haciéndola es algo mucho más formado, cultivador y vigorizante que aprender simplemente por comunicación verbal de ideas." (p.11).

En esta metodología de trabajo, el docente cambia sus estrategias tradicionales de enseñanza para convertirse en un asistente que ayuda en el proceso. Esta participación tanto de los docentes como de los alumnos es un aspecto central en este sistema de enseñanza-aprendizaje,

dado que se enseña y aprende a través de una experiencia realizada en conjunto en la que todos están implicados e involucrados como sujetos/agentes.

Como el taller es un aprender haciendo, en el que los conocimientos se adquieren a través de una práctica sobre un aspecto de la realidad, se considera que el abordaje tiene que ser necesariamente globalizante; esto significa que la realidad nunca se presenta fragmentada de acuerdo con la clasificación de las ciencias o la división de las disciplinas académicas, sino que todo está interrelacionado. Esta globalización consiste en adquirir el conocimiento de un tema desde múltiples perspectivas, al mismo tiempo que se establecen relaciones con algunos aspectos de los conocimientos ya adquiridos, y se van integrando nuevos conocimientos significativos (Ander-Egg, 1991).

Por esto el taller pedagógico resulta una vía idónea para formar, desarrollar y perfeccionar hábitos, habilidades y competencias que le permiten al alumno operar con el conocimiento y el transformar el objeto, cambiarse a sí mismo. Precisamente esta actitud activa y transformadora que exige el desarrollo científico técnico y la formación (construcción cultural), constituye una de las razones para que los talleres hayan renacido en el quehacer pedagógico cotidiano.

Articulación

Los proyectos de aula consisten en una estrategia de trabajo colaborativo para la articulación entre asignaturas cuyos objetivos de aprendizaje podrían complementarse en un curso determinado.

Por su naturaleza, el taller se transforma en un ámbito de actuación multidisciplinar, en el que se facilita que se articulen e integren diferentes perspectivas profesionales en la tarea de estudiar y actuar sobre un aspecto de la realidad (Ander-Egg, 1991).

Esta complementariedad interdisciplinar que exige el trabajo en equipo sirve para el intercambio de conocimientos, experiencias, habilidades y perspectivas.

La integración curricular entre asignaturas facilita el desarrollo de los objetivos de aprendizaje con actividades acotadas, integradas e implementadas de manera transversal, abordando temáticas que tengan coherencia curricular y estrategias comunes, las cuales son trabajadas de manera interdisciplinaria por los docentes, permitiendo la democratización y pluralización de las prácticas pedagógicas. Esta integración entre asignaturas apunta a la

articulación interdisciplinaria de los objetivos de aprendizaje, favoreciendo el aprendizaje significativo mediante la conexión de los contenidos entre los distintos sectores de aprendizaje. Esta metodología produce un impacto de manera directa tanto en el ámbito curricular como en los aspectos culturales de todos los actores involucrados.

Dicha estrategia pedagógica constituye un instancia en la cual los estudiantes pueden investigar, analizar, observar, y aprender de manera transversal, integrando el conocimiento de diferentes asignaturas. De esta forma se enseña a los estudiantes a realizar un análisis de un mismo tema, pero desde diferentes miradas, planteando la integración de saberes, superando la fragmentación del conocimiento y promoviendo un modelo curricular flexible.

Jorge Fiallo Rodríguez (2001), investigador en el ámbito pedagógico latinoamericano, declara que la interdisciplinariedad ofrece ventajas para el proceso de enseñanza-aprendizaje entre las que se encuentran las siguientes:

- flexibiliza las fronteras entre las disciplinas y contribuye a debilitar los comportamientos estancos en los conocimientos de los educandos, mostrando la complejidad de los fenómenos de la naturaleza y la sociedad tal como se presentan en la realidad.
- incrementa la motivación de los estudiantes al poder aplicar conocimientos recibidos de diferentes asignaturas.
- ahorra tiempo y se evitan repeticiones innecesarias.
- permite desarrollar las habilidades y valores al aplicarlos simultáneamente en las diferentes disciplinas que se imparten.
- brinda la posibilidad de incrementar el fondo bibliográfico y los medios de enseñanza, así como de perfeccionar los métodos de enseñanza y las formas organizativas de la docencia.
- propicia el trabajo metodológico a nivel colectivo.
- incrementa la preparación de los profesionales al adecuar su trabajo individual al trabajo colaborativo.
- estimula la creatividad del profesorado y de los estudiantes al enfrentarse a nuevas vías para impartir y apropiarse de los contenidos.

- posibilita la valoración de nuevos problemas que un análisis de corte disciplinar no permite.

Para que se pueda llevar a cabo esta estrategia de integración curricular se deben definir las asignaturas que permitan unificar los conocimientos y habilidades que permitan el trabajo articulado. Y también se debe promover y fortalecer espacios para el trabajo colaborativo entre docentes de diferentes asignaturas para poder establecer un plan de trabajo articulado de conocimientos, habilidades y actitudes que unifiquen el aprendizaje cohesionado con un énfasis común.

Capítulo V. Propuesta De Intervención

a. Justificación

Como se explicó en los capítulos anteriores mediante el soporte teórico-conceptual, el análisis del contexto y las opiniones obtenidas del docente de la institución elegida para el desarrollo de esta investigación queda en evidencia la existencia de una problemática relacionada con el desconocimiento de educación alimentaria nutricional que recae en malos hábitos alimentarios y en un consecuente aumento de ECNT en edad adulta.

El aumento de ECNT a nivel Nacional nos muestra que esta problemática no se presenta únicamente en el curso abordado de la escuela seleccionada para la investigación, sino que en toda la sociedad. Es por esta razón que en la presente propuesta de intervención se cree justificada y fundamentada la creación de un taller durante el cuarto año de secundaria de la orientación Bachiller en Ciencias Naturales. La finalidad de este es que se centre en la enseñanza y ejercitación de los conocimientos sobre alimentos reales, diferenciándolos de los productos alimenticios procesados y ultra procesados, y desarrollando prácticas de cocina que sean de utilidad para el día a día.

b. Destinatarios

Los destinatarios directos a los que se le ofrecerá la propuesta, como se mencionó anteriormente, son los estudiantes de cuarto año de la orientación Bachiller en Ciencias Naturales. Esto debido a que se considera que es una de las mejores etapas para adquirir hábitos, tal como lo expresa en forma clara el Centro de Estudios sobre la Nutrición Infantil (CESNI), en su guía publicada en 2007:

> Sucede que la realidad de los tiempos que se viven hoy demuestra que hay mucho por hacer en materia de educación para una mejor alimentación, y es necesario hacerlo pronto. Los hábitos alimentarios más perdurables se aprenden en los primeros años de vida y la etapa escolar es de vital importancia para este aprendizaje. En esos años los chicos copian lo que ven en sus maestros y compañeros, y más aún, llevan conceptos y prácticas a sus propios hogares. Por eso es que es tan importante que las escuelas, y no sólo algunos maestros en forma aislada adopten estilos y recreen ambientes alimentarios sanos. (p.6).

Los destinatarios indirectos son la familia y los docentes. Las familias por el hecho de que las experiencias aprendidas en el taller pueden ser compartidas con el entorno familiar y ser aplicadas por cualquier integrante de la casa. Y el cuerpo docente debido a que, en caso de llevar ellos adelante el taller, deberán recibir capacitación previa en el tema. O, en caso de que el taller esté dictado por profesionales externos convocados exclusivamente para la conducción de este, los docentes también formarán parte de él y por lo tanto asimilarán el contenido abordado de igual forma que si fuesen los estudiantes.

c. Acciones a Realizar

La propuesta a implementar se trata de un taller de cocina, utilizando como método el proceso de "Batchcooking", que significa cocinar por lotes. El Batchcooking o el "Meal Prep" son términos usados para referirse a la planificación semanal de un menú, prepararlo todo en un mismo día y almacenarlo de forma correcta para su consumo durante la semana. El objetivo de este método es optimizar los tiempos de cocción, los recursos empleados en esta tarea y facilitar el buen hábito de cocinar en casa alimentos naturales evitando el consumo de los ultraprocesados.

La esencia del Batchcooking es ahorrar tiempo preparando varias opciones de los principales macronutrientes (proteínas, carbohidratos y grasas) de los alimentos que se requieren diariamente en grandes cantidades por separado, y luego combinarlos en el momento del consumo para crear nuevos platos fáciles y de forma rápida.

Este taller será áulico, ya que, como se mencionó previamente, en un principio sólo estará destinado a los alumnos de 4° de la orientación Bachiller en Ciencias Naturales.

c.1. Propósito de cada acción

La primera etapa del taller lo que buscará es sensibilizar al estudiante sobre la importancia y la necesidad de prevenir el desarrollo de ECNT.

En la segunda etapa del taller se pretende hacer foco en la promoción del desarrollo de buenos hábitos que ayudan a evitar el incremento de estas enfermedades, y se pretenderá trabajar en la concientización para implementar buenos hábitos alimentarios basados en el consumo de alimentos reales.

Esta estrategia se materializa en el diseño y elaboración de actividades pedagógicas desde la perspectiva del constructivismo. En este caso, se plantea la utilidad del taller de cocina, puesto

que se considera que los alumnos adquieren hábitos a partir de un proceso de inducción, que parte de una exposición teórica y continúa combinando esta teoría con la práctica y el "aprender haciendo"; que combina el auto aprendizaje, con interaprendizaje y con los saberes previo que trae cada alumno.

La elección del formato taller como medida de intervención se debe al trabajo de manera activa del estudiante para su propio aprendizaje. Por lo tanto, en la etapa de ejecución del taller, lo que se propone es que los estudiantes cocinen por lotes de manera de organizar las comidas, para poder cocinar en un día y durante la semana tener sólo que calentar o combinar los alimentos ya listos, para ahorrar tiempo y dinero, comiendo alimentos reales y naturales de manera equilibrada.

c.2. Responsables

El taller estará a cargo de un docente que tenga probados conocimientos en alimentos, hábitos alimentarios y experiencia en planificación y diseño de menús basados en alimentos reales. Se puede recurrir a un profesional externo, como por ejemplo un Licenciado o Ingeniero en Tecnología de los Alimentos, o un Licenciado en Nutrición. Este profesional puede ser quien dirija el taller o puede previamente formar a algún docente de la institución para que lo haga; que en este caso puede ser el de Biología o aquel que tiene a su cargo el espacio Salud y Adolescencia.

Al ser un proyecto pensado desde un trabajo interdisciplinario entre dos materias diferentes, el Taller buscará contar con la participación y colaboración de los profesores de ambas asignaturas, para así generar una complementación o interdependencia mutua. Estos docentes también participarán de manera activa en el segundo encuentro asistiendo a los estudiantes durante las tareas en la cocina.

Adicionalmente será necesario contar con el apoyo y gestión de la Dirección de la escuela, para administrar los tiempos necesarios, y también para tramitar y proveer los recursos necesarios para el desarrollo del taller.

c.3. Cronograma de Trabajo

El taller de cocina comenzaría a ejecutarse en el ciclo lectivo 2023, y la elección de que sea durante el primer semestre o el segundo dependerá del desarrollo de la asignatura Biología. Esto es porque, a modo de ir introduciendo a los estudiantes en el tema, se pretende llevarlo a cabo luego

de abordar determinados contenidos como las distintas fases de los procesos de nutrición celular. y los nutrientes necesarios para que se lleven a cabo.

El dictado del taller se realizará en dos jornadas de 4 horas, distribuidas en dos semanas diferentes. Las primeras dos etapas de sensibilización y promoción se desarrollarán en la primera jornada, y la tercera etapa de ejecución se llevará a cabo en la jornada de la semana siguiente.

Los contenidos a abordar en el taller son los que se presentan a continuación:

ENCUENTRO 1	Primeros 40 minutos: Sensibilización	- Introducción al concepto de Enfermedades Crónicas no Transmisibles. - Causantes. - Presentación de estadísticas a nivel nacional. - ¿Cómo prevenirlas?
	Resto de la jornada: Promoción	- Conceptos de alimentos reales, alimentos procesados mínimamente y ultraprocesados. - Tipos de procesamiento. - Macronutrientes. - Presentación del concepto y metodología del Batchcooking. - Planificación semanal.
ENCUENTRO 2	Ejecución	- Preparación de los alimentos según el método del Batchcooking. - Métodos de preservación de los alimentos. - Armado final de cada plato.

En los primeros 40 minutos del primer encuentro, el coordinador del taller buscará generar sensibilización y concientización acerca de los factores de riesgo y las complicaciones de las

enfermedades crónicas con el fin de motivar la modificación de hábitos poco saludables y lograr una mejor calidad de vida.

Para esta etapa, quien dirija el taller presentará y explicará cuáles son las principales ECNT, los datos de últimas estadísticas a nivel nacional de su aumento, y las principales causas que favorecen su desarrollo en jóvenes y adultos.

El panorama es extenso y complejo, los estudios son insuficientes para dar cuenta de la situación problema a nivel nacional porque existe un vacío de conocimiento sobre datos actualizados, fidedignos. Sin embargo, se hará hincapié principalmente en evidenciar que las ECNT constituyen actualmente el principal problema de salud en la mayoría de los países, dando también a conocer la larga lista de enfermedades que componen este grupo y que muchas de ellas son prevenibles y sus muertes prematuras, evitables.

Al finalizar la etapa sensibilización, el encargado del taller comenzará con la defensa y divulgación de la comida real, la comida de verdad. Para esto se otorgará la información necesaria que permitan conocer qué contienen los alimentos que consumimos a diario, el origen de estos, si son naturales o provienen de un proceso productivo.

A modo de exposición y con apoyo de presentación audiovisual se justificará el porqué de los alimentos naturales y reales, haciendo foco en que los alimentos tienen una compleja matriz alimentaria, la cual es saludable en su forma natural y mínimamente procesada. Mostrando también cómo los procesamientos alteran al alimento, lo cual luego repercute en nuestro estado de salud.

Se presentarán los 3 grupos de alimentos: la comida real, los buenos procesados y los ultraprocesados. Luego de la explicación de cada uno, de forma colaborativa con la participación del estudiantado a modo de lluvia de ideas, se enlistarán los alimentos que pertenecen a cada clasificación.

A raíz de esta clasificación, se expondrán cuáles son los macronutrientes que aportan cada uno de esos alimentos, las propiedades de cada uno y la forma de incorporarlos adecuadamente en la dieta diaria, para luego poder planificar un menú semanal.

Se explican los principios y la metodología de cocina del Batchcooking, y para cerrar la primera jornada del taller se propone a los estudiantes un ejercicio grupal. Para esto se divide el curso en tres grupos (porque es la cantidad de mesadas que hay en el laboratorio para la siguiente

actividad práctica) de siete personas cada uno, y se les entrega una copia con los contenidos abordados hasta el momento para que tengan como guía.

El desafío que tendrán como equipo es el de planificar un menú semanal de tres comidas diarias, en el que su preparación sea lo suficientemente adaptable a la metodología del Batchcooking y que incluya los nutrientes necesarios para una alimentación saludable según lo explicado con anterioridad.

En base al diseño de estos menús, el responsable a cargo del taller calculará las cantidades necesarias de cada ingrediente y realizará la lista de compra.

En el segundo encuentro, que se llevará a cabo la semana siguiente, los estudiantes cocinaran las preparaciones de los platos planificados con anterioridad. En esta etapa el coordinador del taller irá sugiriendo tiempos y temperaturas de cocción, como así también irá dando consejos útiles para la ejecución de las preparaciones.

Como la esencia de la metodología del Batchcooking es cocinar previamente y guardar las preparaciones, el docente también enseñará y explicará los métodos adecuados de preservación según aplique a cada preparación, como así también los tiempos máximos de conservación.

Luego los estudiantes procederán al ensamble de los platos planificados a partir de dichas preparaciones base, y al finalizar esta instancia, cada equipo los presentará al resto del curso y explicará cómo es aportado cada macronutriente en cada plato.

A modo de cierre, se comparte el almuerzo entre todo el curso, degustado los platos elaborados y compartiendo las sensaciones y aprendizajes que les ha provocado la realización de este taller.

c.4. Determinación de Recursos Necesarios para las Acciones

Los recursos necesarios para llevar a cabo el taller son los siguientes:

- Recursos humanos: la persona que esté al frente del taller, como se detalló anteriormente, puede ser un profesional especializado en estas temáticas o algún docente de las asignaturas ya mencionada si demuestra esos saberes.

- Recursos materiales: para las primeras dos etapas del taller será necesario tener a disposición un proyector o pantalla para utilizar durante el desarrollo de la concienciación y de

contenidos de la etapa de promoción. Será necesario también contar con un pizarrón y tizas o fibra para la explicación de la planificación del Batchcooking. Y para el desarrollo de la parte práctica en el laboratorio, se necesitarán los alimentos y utensilios que las preparaciones requieran de acuerdo con las planificaciones de los menús realizadas por los estudiantes. También habrá que disponer de elementos de limpiezas como ser esponjas, detergente y rejillas o bayetas.

- Recursos espaciales: para el desarrollo de la parte práctica del taller, será necesario contar con un espacio que permita trabajar en equipo y en el que se tenga lugar de apoyo e instalaciones necesarias para poder cocinar, como por ejemplo agua y gas. Para esta etapa se considera ideal el uso del laboratorio de la escuela. El mismo cuenta con tres mesadas hexagonales grandes, en las que cada una tiene instalada una bacha de lavado y un mechero a gas. En caso de que las preparaciones planificadas requieran proceso de horneado, a diez metros se tiene a disposición la cocina que cuenta con hornos pizzeros. Si bien la escuela no cuenta con comedor, dispone de esta cocina muy completa en cuanto a utensilios, que puede ser utilizada por cualquier persona de la comunidad educativa para en eventos especiales, como ser torneos deportivos, actos, cruzadas solidarias, campamentos, entre otros. Las etapas previas serán desarrolladas en el aula que tiene designada de forma fija el curso.

- Recursos financieros: los recursos financieros necesarios son aquellos destinados a la contratación del profesional externo, a la compra de los alimentos requeridos y la compra de los elementos de limpieza.

c.5. Evaluación del Proyecto

Evaluación diagnóstica: a través de lluvia de ideas al momento de clasificar los tres tipos de alimentos.

Evaluación procesual: a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. En la última parte del primer encuentro se pondrá mayor atención en la planificación realizada por los distintos equipos, las cuales se irán revisando y corrigiendo a fin de que estén bien logradas para poder afrontar la siguiente etapa de ejecución.

Evaluación sumativa o final: al finalizar la etapa de cocción por lotes. Esto se hará invitando a los alumnos a ensamblar los platos planificados a partir de las preparaciones realizadas. Se

evaluará la eficacia de acuerdo con el tiempo empleado para el ensamble y la presencia de cada macronutriente en el plato, como se espera de acuerdo con la metodología del Batchcooking.

d. Estudio de la Viabilidad de la Propuesta de Intervención en el Campo Profesional (PICP)

Respecto a la viabilidad y factibilidad del taller, se hace referencia a las cuestiones financieras. En este caso, en cuanto a los recursos económicos, el mayor costo lo conlleva la contratación del profesional externo. El resto de los gastos serían los destinados a la compra de los alimentos y utensilios de limpieza para el desarrollo de la parte práctica del taller. Se estima que estos gastos en recursos humanos y materiales son posibles de afrontar, debido a que la institución es de gestión privada y tiene sus propios ingresos, y a que dichos gastos han de considerarse parte de una inversión en salud y educación.

En consideración al acompañamiento en la intervención mediante el diseño del taller, se cuenta con el apoyo y predisposición del docente entrevistado, quien ha admitido la necesidad e importancia del tratamiento de la problemática en el ámbito escolar.

También hay que tener en cuenta que los objetivos de la PICP son pertinentes, ya que los contenidos abordados y las herramientas brindadas para la vida diaria del estudiante se creen apropiados para resolver la situación problema que los origina, que son en este caso los hábitos inadecuados de alimentación que conllevan al aumento de ECNT.

Se considera entonces que el taller es viable y operativo de acuerdo con que los objetivos y metas son alcanzables en cuanto a los medios e instrumentos utilizados.

Sin embargo, entre los factores que pueden incidir negativamente en el desarrollo del taller, podemos mencionar: problemas con los recursos materiales (como por ejemplo faltante de utensilios), consideración por parte de la dirección de que la problemática no requiere intervención desde el ámbito escolar, o desinterés por parte del docente a cargo del espacio de Salud y Adolescencia para colaborar con el taller y brindar su espacio.

e. Impacto Esperado

La construcción del taller contribuirá a la toma de conciencia sobre cómo alimentamos actualmente nuestro cuerpo.

Este aprendizaje compartido se considera necesario y fundamental para desplegar técnicas y habilidades útiles destinadas al desarrollo de nuevas prácticas y hábitos.

Como resultado, el taller permitirá la compresión y desarrollo de estas capacidades que, mediante su sostén en el tiempo, brindarán una herramienta de suma importancia para la cotidianeidad; contribuyendo, al menos en parte, al bienestar de cada estudiante y de sus familias.

Conclusiones

En la enseñanza de buenos hábitos el reto es familiarizar al estudiante con prácticas que, absorbiéndolas e implementándolas, traerán algún beneficio en su cotidianeidad.

El presente trabajo se plantea en función de la problemática de relevancia social a la que nos enfrentamos en la actualidad sobre el aumento de ECNT, y se enfoca desde el desconocimiento en educación alimentaria por parte de los estudiantes y del cuerpo docente de la institución analizada.

Partiendo de esta situación insatisfactoria acerca de la falta de abordaje de estas temáticas, es que se procedió a indagar al docente a cargo en la asignatura Biología de cuarto año sobre las metodologías que considera más apropiadas para su desarrollo y las posibilidades de su abordaje dentro del ámbito educativo.

Mediante esta información recopilada de forma cualitativa a través de la entrevista al docente que deja en evidencia el problema detectado, y contando con su apoyo y predisposición para el tratamiento de estos contenidos mediante un trabajo interdisciplinario entre su asignatura y el espacio Salud y Adolescencia, es que se sugiere un dispositivo superador para modificar positivamente la situación inicial.

Analizando todo lo antes mencionado y fundamentado en el marco teórico desarrollado en el presente trabajo es que, mediante la propuesta de intervención, se propone incorporar como estrategia didáctica el formato taller durante el cuarto año de la modalidad Bachiller en Ciencias Naturales.

Se considera que el impacto puede ser altamente positivo tanto para los alumnos como para los docentes involucrados. Para los alumnos porque es una forma de despertar motivación, interés y participación, el cual se llevará consigo herramientas para aplicar en su día a día y con la familia, y que influirán en su bienestar y salud. Y para los docentes es, además de una formación, una alternativa en cuanto a herramienta para replicar con otros estudiantes.

Se ha mostrado también la factibilidad de la propuesta por la posibilidad de inversión económica en recursos materiales y humanos por parte de la escuela al tener ingresos propios, así como la buena predisposición del docente a cargo de la asignatura Biología.

La herramienta que se presenta en este proyecto de investigación como recurso didáctico contribuye significativamente al proceso de enseñanza-aprendizaje de EAN, y a la formación de individuos con pensamiento crítico y racional, que los lleva a la concientización sobre su importancia sobre la salud.

Bibliografía

Alvarado, L. & García, M. (2008). *Características más relevantes del paradigma sociocrítico: su aplicación en investigación de educación ambiental y la enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de Educación del Instituto Pedagógico de Caracas*. Sapiens: Revista Universitaria de Investigación, 9(2), 187-201. https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=Caracter%C3%ADsticas+m%C3%A1s+relevantes+del+paradigma+socio-cr%C3%ADtico:+su+aplicaci%C3%B3n+en+investigaci%C3%B3n+de+educaci%C3%B3n+ambiental+y+la+ense%C3%B1anza+de+las+ciencias+realizadas+en+el+Doctorado+de+Educaci%C3%B3n+del+Instituto+Pedag%C3%B3gico+de+Caracas&author=Alvarado+L.&author=Garc%C3%ADa+M.&publication_year=2008&journal=Sapiens:+Revista+Universitaria+de+Investigaci%C3%B3n&volume=9&issue=2&pages=187-201

Ander-Egg, E. (1991). *El taller una alternativa de renovación pedagógica* (2da ed.). Magisterio del Río de la Plata. https://uacmtalleresliterarios.files.wordpress.com/2018/01/el-taller-una-alternativa-de-renovacion-pedagogica.pdf

Ballabriga, A. & Carrascosa, A. (2006). *Nutrición en la infancia y adolescencia* (3era ed.). Editorial Ergon.

Baquero, R. (2001). *Vigotsky y el aprendizaje escolar. Psicología cognitiva y educación*. Editorial AIQUE.

Contento, I.R. (2007). *Nutrition Education. Linking Research, Theory, and Practice*. Editorial Jones and Bartlett Publishers, Inc. https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=zEZzexu98nEC&oi=fnd&pg=PR10&dq=Contento+IR.+2007.+Nutrition+education:+Linking+research,+theory+and+practice.+

Jones+%26+Bartlett.&ots=LbD2RjY-SO&sig=5AytFg_3AB2ngK4Q-qyV0GrtnPo#v=onepage&q&f=false

Fiallo Rodríguez J. (2001). *La interdisciplinariedad en la escuela: Un reto para la calidad de la educación.* Editorial Pueblo y Educación.

Legislatura de la Provincia de Santa Fe. (2012). *Ley Provincial N°13295. Programa Provincial Integral de Prevención, Control y Asistencia de los Trastornos Alimentarios.* https://www.santafe.gov.ar/boletinoficial/recursos/boletines/03-12-2012ley13295-2012.html

Ministerio de Desarrollo Social de la Provincia de Santa Fe. (2019). *Bitácora de la Alimentación Saludable: Técnicas y estrategias didácticas.* http://www.santafe.gob.ar/archivos/desarrollo_social/BitacoradelaAlimentacionSaludableySegura.pdf

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. (2019). *Plan Nacional de Alimentación Saludable en la Infancia y Adolescencia para la Prevención del Sobrepeso y Obesidad en Niños, Niñas y Adolescentes PLAN ASI.* https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/resoluci%C3%B3n-996-2019-324474/texto

Ministerio de Salud de la Nación. (2016). *Manual para aplicación de las Guías Alimentarias para la Población Argentina GAPA.* https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina_manual-de-aplicacion_0.pdf

Ormrod, J.E. (2002). *Educational Psychology: Developing Learners*. Editorial Prentice-Hall.

Porlán. R. (1993). *Constructivismo y escuela. Hacia un modelo de enseñanza-aprendizaje basado en la investigación*. Editorial Díada.

Pueyrredon, P., Coronado, V., Chacho, C., Bock, I., Britos, S., O´Donnell, A. (Eds.). (2007). *Enseñar a comer*. Centro de Estudios Sobre Nutrición Infantil CESNI. https://cesni-biblioteca.org/wp-content/uploads/2018/11/ENSE%C3%91AR-A-COMER-Gu%C3%ADa-para-la-ense%C3%B1anza-de-Nutrici%C3%B3n-en-Escuelas-Rurales.pdf

Varela Moreiras, G., & Silvestre Castelló, D. (2016). *Nutrición, vida activa y deporte* (2da ed.). Instituto Tomás Pascual Sanz – Universidad San Pablo CEU. https://docer.com.ar/doc/n508ecs

Anexos

Modelo de Entrevista Dirigida al Docente Titular de la Asignatura Biología

La presente entrevista está pensada en el sentido de recabar información en base a las opiniones o experiencias del docente titular de la asignatura Biología, en lo relativo al falto dictado de contenidos relacionados a Educación Alimentaria Nutricional durante el cursando del cuarto año de secundaria. El fin último es pensar y desarrollar una propuesta de intervención que busca la solución, al menos en parte, de la problemática en cuestión, dentro del marco de la PICP (Propuesta de Intervención en el Campo Profesional) para el Profesorado Universitario para la Educación Secundaria y Superior.

Por lo tanto, se indaga al docente sobre los siguientes tópicos:

1) Actualmente, ¿cómo se aborda la nutrición en el dictado de la asignatura Biología de cuarto año? En caso de que no sea así, ¿conoce si existe algún área curricular desde la que se atiendan estas temáticas, como por ejemplo en el espacio curricular “Adolescencia y Salud”?

2) ¿Cuáles son las dificultades que se le presentan al dar las clases con sus alumnos?

3) ¿Considera que es necesario y posible ocuparse de este asunto dentro del marco institucional escolar?

4) ¿De qué manera piensa que puede facilitarse el proceso de enseñanza de educación alimentaria, y la toma de conciencia de buenos hábitos alimentarios?

5) Mencione algunas estrategias metodológicas que comúnmente utilice en la asignatura y que le resulten favorables para trabajar con el alumnado.

6) Suponiendo que hubiera disponibilidad de tiempo y recursos desde el ámbito institucional, ¿cuáles son las actividades o estrategias didácticas que considera que podrían ser útiles y de interés para para trabajar esto con los alumnos?

7) ¿Considera viable atender estos temas mediante el trabajo en conjunto con otros docentes, como por ejemplo articulando su asignatura con el espacio "Adolescencia y Salud"?