



***EXPERIENCIA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA EL FOMENTO
DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DESDE TEMPRANA EDAD:
“SABORES Y SABERES: REFLEXIONES DESDE LA ESCUELA”¹.***

RESUMEN

Investigación descriptiva de corte etnográfico. Su desarrollo, basado en la implementación de instrumentos de corte cualitativo y cuantitativo, permitió además de analizar dos tensiones presentes en el proceso de interiorización-canalización de la práctica alimentaria de los niños y niñas en edad escolar (6 a 12 años): los saberes-aprendizajes de la familia y la escuela, y los saberes-aprendizajes gestados en la re-configuración de sus imaginarios provistos, en la mayoría de los casos, por agenciamientos como los medios de comunicación y el mercado (Rodríguez R., 2014), develar las actuales narrativas y significaciones del infante alrededor del alimento. En su ejecución, se logró fomentar el diálogo de saberes y sabores alrededor de las prácticas alimentarias y nutricionales cotidianas enmarcadas en procesos de socialización propios de esta edad del desarrollo humano, las cuales, entrecruzadas con la naturaleza de la escuela como institucionalidad legitimada y reconocida, permitió la construcción participativa de didácticas lúdico-pedagógicas para el fomento del consumo de alimentos propios, con énfasis en frutas y verduras de la región, integrando en su hacer conceptos como: gestión del territorio, soberanía alimentaria, seguridad alimentaria y nutrición.

Palabras clave: escolares (edad escolar), alimentación saludable, estrategia educativa, seguridad alimentaria y nutrición.

¹ **Investigadores:**

- Alejandra María Rodríguez Guarín (Decana Fac. de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales – Unicomfauca; directora del grupo Investigarte – Unicomfauca: **e-mail:** alejarodg9@hotmail.com; decanatura@unicomfauca.edu.co).
- Sandra Faisuler Potosi Rodríguez (Profesora Investigadora Fac. de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales – Unicomfauca; coordinadora del semillero Gastroarte – Unicomfauca: **e-mail:** sfpotosi@gmail.com; spotosi@unicomfauca.edu.co).
- María Angélica Escobar Rodríguez (Estudiante de VI semestre de Tecnología en Gastronomía, perteneciente al semillero de investigación GastroArte).
- Cristhopher Joseph Barrios Tintinago (Estudiante de VI semestre de Tecnología en Gastronomía, perteneciente al semillero de investigación GastroArte).



INTRODUCCIÓN

En términos generales, el derecho de toda persona a no padecer hambre y a tener una alimentación adecuada es un derecho compuesto. En primer lugar, señala la necesidad de garantizar que la población cuente con los alimentos necesarios para sobrevivir; y en segundo, pone de manifiesto que las personas no sólo deben contar con ese mínimo vital alimenticio, sino que además deben disponer y acceder a diversos alimentos de manera permanente, de forma que les permita tener una vida prolongada y saludable. Tenemos pues, que como derecho humano, la alimentación se encuentra estrechamente relacionada con el derecho a la vida y con la calidad de vida.

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura – FAO, los alimentos se consideran como adecuados si cumplen su función cultural de ser aceptados y además se produzcan en forma sostenible para el ambiente y la sociedad, de esta forma, su suministro no debiera interferir con el disfrute de otros derechos humanos **Fuente especificada no válida..** En el ámbito económico una adecuada alimentación depende, hasta cierto punto, de las condiciones materiales e instrumentales para su realización, sumado a los procesos culturales y sus formas de satisfacer las necesidades en éste ámbito.

Como parte de estas funciones, las prácticas alimentarias circunscriben, además de procesos culturales, formas de producción, distribución, preparación e ingesta de alimentos, que prevalecen a partir de las interacciones sociales propias del relevo generacional y los ejercicios comunitarios de conservación de identidad gestadas desde los territorios que coexisten en una región pluriétnica y pluricultural como el Cauca, así como también, un cúmulo de saberes en torno a la práctica alimentaria y al desarrollo de su cotidianidad.

Tomando como punto de referencia las condiciones nutricionales de los estudiantes y los referentes mencionados, desde el año 2009 la Institución Educativa Los Comuneros de la ciudad de Popayán, liderada por el Rector Lic. Walter Augusto Gavidia Gómez y su equipo de docentes, ha direccionado sus procesos educativos y pedagógicas a partir de una filosofía de mayor inclusión y



participación comunitaria, con el objetivo de implementar acciones sustentables en materia de seguridad y soberanía alimentaria, todo ello, a la luz de los principios contenidos en su Proyecto Educativo *Educación para Nutrir la Vida* (IE Los Comuneros. 2009):

La política “Educación Para Nutrir La Vida”, considera que biológicamente los procesos de nutrición generan el crecimiento adecuado de los cuerpos de los seres vivos, especialmente en los seres humanos. Afortunadamente no sólo somos seres biológicos, y de la misma manera que el cuerpo requiere nutrientes, es necesario cultivar el intelecto, el afecto y cada dimensión de la persona. La función social de la educación se concreta cuando desde sus procesos coopera para que la humanidad crezca, no se estanque y cada vez sea mejor, es decir trabaje a favor de la vida desde su más mínima expresión (PEI, 2009).

Sus planteamientos, permiten entrever que la construcción de un proyecto de esta naturaleza debe ser permanente, además de procurar por la participación activa de todos sus integrantes; en otras palabras, iniciativas y apuestas deben articularse con voz propia en su quehacer docente, por tanto, se direccionan en todos su ámbitos, en seguir erigiendo sueños y utopías con dignidad humana y bienestar social (PEI. 2009:7).

En la consolidación de estos propósitos, y con el objetivo de ser parte activa de cambios significativos en materia nutricional, se vincula en el año 2014 la Corporación Universitaria Comfacauca – Unicomfacauca con los grupos de Investigación *Cadenas de Valor*, *InvestigArte* y el semillero *GastroArte*, a partir de la implementación de la ***Estrategia multicomponente para incrementar el consumo de Frutas y Verduras en escolares de la Institución Educativa Los Comuneros de Popayán-Cauca.***

Las acciones adelantadas, basadas en el modelo descriptivo e implementación de instrumentos etnográficos, permitió el intercambio de saberes, y hasta cierto punto de sabores, bajo el escenario de la participación comunitaria, toda vez, permitiendo dotar a la comunidad educativa



VII Coloquio Internacional de Educación



de herramientas de reflexión y acción sobre las dimensiones del desarrollo integral en la infancia, siendo necesarias al momento de propiciar una educación significativa, donde se incluye la educabilidad en hábitos alimentarios, junto con la apropiación del territorio.

Tomando en cuenta lo expuesto, la presente ponencia, describe los resultados de la ejecución de la estrategia multicomponente, donde los miembros de la comunidad educativa trabajaron en torno a una de las problemáticas que con mayor incidencia afectan a la niñez en Colombia y en el Cauca, la nutrición, actividad implícita en el abordaje de los conceptos: *seguridad alimentaria* y *práctica alimentaria*. Cabe señalar, que en la mayoría de las instituciones de educación media del departamento coexisten diversos sistemas culturales de pensamiento y conocimiento frente al consumo de alimentos dirigido a los escolares, gestados desde las concepciones de comunidad, territorio, seguridad alimentaria y soberanía alimentaria; en otras palabras, el trabajo sinérgico con todos los actores que hacen parte de la vida del escolar en la Institución Educativa Los Comuneros, permitieron aportar de manera crítica, reflexiva y propositiva al debate sobre las demandas frente a la alimentación, sumado al reto de conservar tradicionales y prácticas alimentarias locales.

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La Institución Educativa Los Comuneros, territorio en el cual se realizó la presente investigación, corresponde a una institución de carácter público, fundada en el año 1981. En sus inicios nació bajo el nombre de Escuela Urbana Mixta Los Comuneros o Escuela Urbana Mixta María Teresa Ayerbe; en 1994 inicia la ampliación de su cobertura, incluyendo los grados cuarto y quinto de primaria, y dos años más tarde incluye la jornada complementaria -bachillerato completo-, hoy denominada sede Los Comuneros (PEI, 2009).

En la actualidad, funcionan derivado de su sede principal, tres sedes en la zona, a saber: sede principal Los Comuneros, ubicada en la carrera 7 # 21-04, -espacio físico que le corresponde a la Junta de Acción Comunal del Barrio Los Comuneros-; sede Primero de Mayo, ubicada en la calle



VII Coloquio Internacional de Educación



17 con carrera 7 -institución que nació en 1978, conocida como la escuela Primero de Mayo-; y, Sede José Antonio Galán, ubicada en la calle 15 con carrera 6 -los inicios de esta sede datan de 1939, y era conocida como la Escuela José Antonio Galán- (Ibíd.). Los establecimientos de educación, actualmente albergan a más de 1.500 escolares en los niveles de educación preescolar, primaria, básica secundaria y media (2009, p.12), en jornada diurna, nocturna y fines de semana, especialmente en la sede Los Comuneros.

La población que se atiende, proviene en su mayoría de las comunas 5 y 6 en la ciudad de Popayán, capital del departamento del Cauca, clasificados por el Sisben (Sistema de identificación y clasificación de potenciales beneficiarios para programas sociales) en las categorías 1 y 2, en condición de desplazamiento o vulnerabilidad, -en un alto porcentaje-, lo cual se asume como un factor determinante de sus características sociales, económicas y culturales; en el ámbito educativo, la institución ha abordado el diseño y desarrollo de estrategias pedagógicas con base en las condiciones socioeconómicas y culturales de sus estudiantes en diferentes niveles educativos (básica, primaria y complementaria).

Frente al estado nutricional de los niños menores de 13 años, estadísticas que no disienten con la condición actual de la población escolar de la Institución Educativa Los Comuneros, es de resaltar, que de acuerdo a la Encuesta Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional - ENSIN- 2010, el porcentaje de menores de 5 años que padecen desnutrición crónica, es de 13.2%, cifra que equivale a más del doble en la población indígena (29,5%) en comparación con la población que no se identificó con ningún grupo étnico indagado. Igualmente, el 13.4% de niños y adolescentes entre 5 y 17 años presentan sobrepeso y obesidad, y la dieta de la población entre los 5 a 64 años incluye raciones mínimas de frutas, hortalizas y verduras; sólo 1 de cada 3 colombianos las consume diariamente.

Territorios como Colombia y dentro de éste el departamento del Cauca no son ajenos a estas problemáticas, por el contrario, se han constituido en dinámicas complejas en los contextos locales, con énfasis en las áreas rurales. Sin embargo, junto la elección en el consumo,



VII Coloquio Internacional de Educación



coexisten dificultades estructurales, como por ejemplo, la condición de pobreza, el desempleo y la informalidad, la acción de los grupos armados ilegales, el narcotráfico, la degradación del ambiente, el hambre, la desnutrición, entre otros.

Conjugando cifras y dimensiones estructurales complejas, el reconocer que la práctica alimentaria es un acto cultural, permeado por cuestionamientos de tipo político, económico, social e incluso de estatus, requiere en lenguaje educativo un abordaje desde la heterogeneidad de saberes, y por qué no decir, de sabores que se entrecruzan entre los ritos, los símbolos y las semillas propias de cada pueblo; de tal suerte que, debe ser asumido a partir de las complejidades de cada comunidad, teniendo en cuenta que: *la elección de los alimentos y el comportamiento del comensal están inevitablemente sometidos a normas religiosas, médicas, sociales, y, por tanto, sancionados por juicios. En el curso del cambio social y civilizatorio, los criterios que presiden a estos juicios evolucionan, a veces masivamente*" **Fuente especificada no válida..**

En asocio, con lo anterior, se encuentran las políticas y programas para fomentar hábitos y estilos de vida saludable, así como el incremento en el consumo de frutas y verduras, haciéndose evidente que los escolares, en términos generales, no sólo no consumen las raciones recomendadas de estos alimentos, sino que además tienen una ingesta nutricional por debajo de lo recomendado de acuerdo con su etapa de desarrollo, acción que puede derivar en la aparición desde temprana edad de Enfermedades Crónicas no Transmisibles asociadas al déficit nutricional (FAO, 2013).

En este contexto, a situación de acceso, disponibilidad e interiorización de hábitos alimentarios, se conjuga además, con la influencia de la institución denominada: *medios de comunicación*, siendo este uno de los agenciamientos o dispositivos que ejercen mayor presión en los procesos de canalización de gustos, hábitos y preferencias alimentarias del siglo XXI y por ende en los escolares, por encima de los padres, madres o la misma escuela (Rodríguez G., 2014). Es de resaltar, que dicha institución, al contrario de fomentar el consumo de alimentos como las frutas y verduras, sus derivados o subproductos, ha ido adaptando con mucha fuerza en la mente del consumidor más pequeño, *el niño*, imaginarios y conceptos de estilos de vida mediatizados,



adicional al gusto por un alimento, una forma de verse reflejado y ser aceptado ante su grupo de pares o amigos, implicaciones de la actual sociedad de consumo donde se inserta el escolar durante su cotidianidad (Ibíd.).

Desde este punto de vista, el reconocer que la escuela es por excelencia un espacio ideal para que los niños y niñas conozcan y apropien hábitos que les permitan conservar su salud y bienestar en la edad adulta, se hace necesario la implementación de estrategias de común acuerdo con todos los miembros de la comunidad académica, es decir, escolares, familia, docentes y directivos docentes, para fomentar el consumo de alimentación saludable con énfasis en frutas y verduras de la región, así como la resignificación de prácticas culinarias, identitarias y el valor de sus territorio como espacios de dialogo de saberes y construcción de procesos educativos sostenibles.

OBJETIVOS

General: Implementar en la Institución Educativa Los Comuneros una estrategia educativa multicomponente que involucre diferentes actores, con el propósito de fomentar en los estudiantes de 6 a 12 años el consumo de alimentación saludable, con énfasis en frutas y verduras, al tiempo que les permita interiorizar los conceptos de soberanía alimentaria, seguridad alimentaria y territorio.

Específicos:

- Realizar un diagnóstico en la comunidad educativa, acerca de sus prácticas culturales asociadas a los procesos alimentarios, identificando las potencialidades de las prácticas tradicionales, con énfasis en la utilización de las frutas y verduras para la valoración de su soberanía alimentaria.
- Implementar actividades con enfoque lúdico-pedagógico, conducentes a motivar el consumo de alimentación saludable, con énfasis en frutas y verduras, junto con el reconocimiento de las prácticas culinarias locales.



- Incluir los resultados de las acciones planteadas como parte del quehacer institucional, con el propósito de ser un ejemplo de transformación sociocultural desde la innovación educativa, en virtud de mejorar las condiciones nutricionales de la comunidad académica y el fomento el consumo de frutas, verduras y productos de la región.

METODOLOGÍA

La presente investigación, llevada a cabo al interior de la Institución Educativa Los Comuneros de la ciudad de Popayán, corresponde al tipo descriptivo (Hernández Sampieri y Cols., 2006), precisando del diseño e implementación de técnicas de recolección y análisis de información de tipo cualitativo y cuantitativo, entre las cuales se encuentran: entrevistas semi-estructuradas, la conformación de grupos focales, la utilización de cartografía social y el desarrollo de talleres estructurados y participativos.

El estudio descriptivo, abordado desde una postura interdisciplinaria, se constituye en una herramienta susceptible de conducir al desarrollo de procesos de enseñanza-aprendizaje, en los temas de seguridad alimentaria, soberanía alimentaria y territorio, porque la misma naturaleza de las ciencias sociales en el contexto actual, permite que la adquisición de conocimientos se lleve a cabo según el enfoque crítico-social, creando las condiciones para estimular entre los participantes la profundización de aprendizajes significativos que propicien cambios en la visión cultural, desde la cual son consideradas las actividades alimentarias cotidianas, y donde las actividades cotidianas de alimentarse y reconfigurar imaginarios en torno a dicho proceso tienen total corresponsabilidad.

Fuentes y procedimientos para recolección de información. El desarrollo de la investigación, requirió la utilización de fuentes de información primaria y secundaria. En el primer caso, se implementaron los siguientes instrumentos metodológicos: entrevista semi-estructurada, grupos focales (GF) con estudiantes, padres de familia y docentes, talleres de cartografía con los escolares, padres de familia y manipuladoras de alimentos; y, finalmente,



talleres de sensibilización y capacitación, orientados a fomentar el consumo de frutas y verduras, con énfasis en el rescate de productos locales.

Población y muestra. La población de la investigación desarrollada, estuvo constituida por 289 niños (as) de los grados 1°, 2°, 3°, 4° y 5° de básica primaria de la IE Los Comuneros, matriculados en el años 2014 -2016, con edades que oscilan entre los 6 a los 14 años, inscritos en la jornada de la mañana. La muestra final quedó conformada por aquellos estudiantes que tuvieron la autorización formal de sus padres para participar en las actividades programadas, con un total de 150 niños, 28 padres de familia, 10 docentes, tres trabajadores del restaurante y tienda escolar, y el rector de la institución educativa.

Fases. La estrategia requirió ser abordada a partir de tres momentos metodológicos, a saber: 1. Sensibilización (compresión e interiorización de los conceptos relacionados con los aspectos culturales y sociales inherentes a la soberanía alimentaria en todas sus dimensiones); 2. Capacitación (implementación de elementos educativos con enfoque intercultural, para la reafirmación y apropiación de prácticas con base en la configuración de narrativas y conceptos propios); y, 3. Retroalimentación (la comunidad académica a partir de diversas actividades, comparte sus aprendizajes con otras comunidades, reencontrándose la tradición en procura de mejorar la condición nutricional de los miembros de la comunidad, reconocer y resignificar sus saberes tradicionales).



Fuente. Unicomfauca: la presente investigación, 2015-2016.



RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La metodología implementada en la estrategia multicomponente, permitió la integración activa de los miembros de la comunidad académica con base en la asignación de roles. Las acciones adelantadas en el marco de un proceso participativo y consensuado, facilitaron su interacción en todas las fases del proceso, haciendo evidente que el juego y el aprendizaje no son antagónicos en el aula, tomando en cuenta, la disposición de los participantes al momento de iniciar las actividades programadas; grosso modo, se constituyeron en el pretexto para complementar la formación en el aula de clase, al permitir el desarrollo de habilidades comunicativas, destrezas motrices, hábitos alimenticios saludables, junto con el reconocimiento y valoración de las bondades de la diversidad cultural y culinaria, no de tipo memorístico, aludiendo a los principios de una educación emancipadora y reflexiva.

A continuación se describen los principales hallazgos producto del ejercicio investigativo y de intervención realizado en la comunidad académica, durante los años 2015 y 2016.

La familia y su incidencia en el consumo alimentario en edad escolar. Frente al acceso y disponibilidad de los alimentos en el entorno familiar, en la gran mayoría de los casos, los padres, madres y cuidadores de los niños y las niñas de la Institución Educativa Los Comuneros, cumplen el rol de proveedores directos; sin embargo, manifiestan que sus ingresos son pocos, debido a que no cuentan con trabajos estables, derivando el sustento de actividades propias de la economía informal. En un alto porcentaje, desempeñan labores en la construcción, servicios domésticos, ventas ambulantes, entre otros, acción que, tal como ellos mismos afirman, no garantiza el cubrimiento de las necesidades básicas (entrevista semiestructurada dirigida a padres-madres de los escolares de la IE Los Comuneros, 2016).

Entre los alimentos que los niños y niñas consumen con mayor frecuencia al interior de las familias, se encuentran: en un 24.8%, carne, pescado, huevos con mayor frecuencia, entre otras;



en segundo lugar con 20,4% harinas, como el pan, las pastas, el maíz, entre otros; el 17,7% y 15,9% frutas y verduras respectivamente; y finalmente, afirman que el consumo de dulces, comidas rápidas y helados, el 9.7%, 7,1% y 4.4% respectivamente, es menor en comparación con los demás grupos de alimentos. De igual forma, entre las comidas que preparan con mayor regularidad se encuentran, en primer lugar los frijoles (32.4%), las sopas (20.6%), y el pollo, seguido de los espaguetis y el café. Las raciones diarias se definen, en gran medida, por los ingresos; desde tal perspectiva, sus hábitos alimenticios han variado en los últimos años, adicionando en su consumo regular, gaseosas, bebidas preparadas con edulcorantes artificiales y refrescos instantáneos, aludiendo su elección al precio y a la facilidad en la preparación (Ibíd.).

En el entorno familiar, hay una alta recordación por preparaciones elaboradas por los abuelos y abuelas, destacándose preparaciones como los frijoles (17.9%), el sancocho (17.9%) y la sopa de maíz (17.9%), seguido del dulce de maíz y el arroz con lentejas. Entre los alimentos que presentan mayor consumo, se encuentran las leguminosas (frijol, lenteja) y los carbohidratos (harinas, cereales y sopas), considerando que estos alimentos *dan energía*, sobre todo a sus hijos(as), además porque *se han consumido tradicionalmente en su hogar* (Ibíd.).

Se evidencio, en el dialogo con los cuidadores, padres y madres de los escolares, que las prácticas alimentarias al ser actos culturales, son susceptibles de trascender de una generación a otra, lo cual se denomina como relevo generacional; sin embargo, cada vez son menos los grupos de alimentos que se consumen regularmente, principalmente atribuible, al cambio en los esquemas de trabajo, a los niveles de ingreso, y en cierta medida, al desconocimiento de los alimentos de la región y a la variedad de preparaciones que se pueden realizar con pocos recursos económicos. Desde temprana edad, comienzan a reproducirse actos culturales, a partir de conocimientos, patrones, preferencias y restricciones, elementos asumidos como determinantes en el desarrollo humano, reafirmados en la edad adulta. Es notorio como el consumo de frutas y verduras, no es muy significativ, debido, de acuerdo con los ellos, al alto costo en su adquisición, así como a las enseñanzas de sus padres, abuelos, y entorno (Ibíd.).



Foto. Cartografía desde los cuidadores: alimentos propios y alimentos en la actualidad.

Fuente. Unicomfauca: la presente investigación, 2015-2016.

Escuela y prácticas alimentarias. De acuerdo con los escolares las preparaciones de las recetas y alimentos que consumen regularmente son llevadas a cabo por la persona que en ese momento se ocupe de las tareas del hogar; en la mayoría de los casos, esta actividad la realizan los padres-madres con un 54.1%, seguido de los abuelos con 24.5%. Los escolares expresan que en muchas ocasiones esta tarea es compartida con ellos, especialmente en el momento del desayuno y el almuerzo, no refieren mayor detalle acerca de la comida o cena (entrevista semiestructurada dirigida a escolares de la IE Los Comuneros, 2016), afirmación ejemplificada a continuación:

Yuri Camila (11 años)

(Entrevista noviembre de 2015; IE Los Comuneros)

Yuri, es una niña de once años, estudiante de grado tercero. Vive en el Barrio Recuerdo Sur con su abuela, sus dos tíos y sus tres primos. De su Escuela le gusta todo, la Biblioteca, la Sala de Informática, bueno, casi todo (risas). Las comidas favoritas de Yuri son la sopa y la carne molida, también come, a veces, sandía y fresa, porque son “deliciosas”.



Foto: Diego Román Muñoz, 2015.

Fuente. La presente investigación, 2015-2016.



Las verduras, no son de su agrado, ni siquiera en sopa (risas).... Sus sopas favoritas son la de maíz y el sancocho preparado por su abuela, quien la cuida y la alimenta casi todos los días. A veces, dice Yuri, no desayuda, su primera comida es la que le ofrece el Restaurante Escolar. Con los compañeros de la Escuela le gusta compartir la comida, por eso le encanta comer allí, especialmente lo que sirvieron el día de hoy “arroz con pollo” (risas).

En un ámbito general, consideran que el hogar o la familia nuclear sigue siendo su espacio propicio para recibir sus alimentos, lo cual se traduce para ellos en afecto; así mismo, se asume cómo un territorio, donde además de continuar interiorizando prácticas que replica en otros espacios de socialización, comenzará a re-configurar y re-significar las practicas heredadas (Ibíd.). Sobre este punto, lo escolares, consideran que la familia sigue siendo un espacio idóneo para disfrutas y aprender prácticas alimentarias saludables, hablando en términos nutricionales, y conservar tradiciones y practicas culinarias asociados a procesos de soberanía/autonomía alimentaria.

En segundo lugar, para los escolares el momento del descanso y los productos que le brinda el restaurante escolar, so su mayor momento de disfrute (Ibíd.), poniendo de manifiesto la importancia de una adecuada transferencia de saberes desde su núcleo familiar, tomando como referencia el tiempo que pasan en este escenario de aprendizaje. Cabe señalar, que es aquí, donde comienzan a interiorizar nuevos conceptos, practicas, saberes, sabores, al tiempo que reafirman su universo de imaginarios (Savater, 1997), con las respectivas construcciones simbólicas y de status a que diere lugar, afirmación basada en la etapa de desarrollo en la cual se encuentran:

La edad escolar es aquella en la que los niños concurren a la escuela primaria y comprende desde los 6 hasta los 12 años de edad aproximadamente. En esta etapa, es



de suma importancia que adquieran hábitos de alimentación adecuados, ya que esto contribuye al adecuado desarrollo del niño y a la formación de actitudes positivas con respecto a su persona y al mundo que lo rodea, dándole participación activa en la elección de conductas saludables para alcanzar una mejor calidad de vida (Ros y Ros, 2007).

Acciones y saberes. Hilvanado con lo anterior, es de anotar, que en el marco de la estrategia multicomponente, el *juego* y la *lúdica* se convierten en herramientas útiles para la re-afirmación e interiorización de conceptos, al ser herramientas que facilitan el asimilar y comprender normas, reglas o valores del mundo que le rodea. Desde este argumento, a través de sus dinámicas, se podrían re-orientar e interiorizar en los escolares nuevas prácticas de alimentación, siempre y cuando se asuman, no como actos represivos, sino como acciones a través de las cuales los espacios escolares, dispongan de mecanismos para despertar en los estudiantes sensaciones de disfrute y goce, acompañadas de la distensión y creatividad que produce el juego, y de las simbólicas e imaginarias surgidas en las actividades lúdicas.

En el cumplimiento de los objetivos y actividades planteadas y en virtud de lograr un mayor acercamiento a la comunidad académica, se procedieron a diseñar e implementar elementos propios del reconocimiento individual y social, y de esta manera, explorar los niveles de conocimiento implícitos en el comportamiento de los escolares y su entorno, al tiempo que se interpretaba la dimensión cualitativa del consumo alimentario, tomando como punto de referencia la teoría de desarrollo cognoscitivo, psicológico y fisiológico que gira alrededor del niño(a) en edad escolar (6 a 12 años).

Con esta premisa, se desarrollaron cinco (5) talleres lúdico-pedagógicos: Taller 1: Costumbres Alimentarias, Taller 2: Reconocimiento de mis prácticas alimentarias, Taller 3: Mis Frutas y Verduras Preferidas, Taller 4: Mi alimentación "Bienestar y Amor propio", Taller 5: Sembrar Para Alimentarse y Re-Pensar dirigidos a la comunidad educativa involucrada. En el proceso de



interiorización de conceptos alrededor del tema, se realizaron diferentes charlas informativas, tales como: alimentación saludable y nutrición, la nutrición en la edad escolar, frutas y verduras en la edad escolar dirigidas a la comunidad educativa involucrada, entre otras, y tres talleres de preparación de alimentos, con base en frutas y verduras de la región. Los contenidos estuvieron destinados a plantear las características de una adecuada alimentación en edad escolar, aplicando un enfoque comunitario que permita trabajar desde la escuela sobre los hábitos alimentarios de la población infantil, además de revisar el papel de los comedores escolares, las normas de higiene alimentaria, la seguridad alimentaria, y por ende, la soberanía alimentaria.

Mediante los contenidos y las actividades desarrolladas se establecieron estrategias didácticas, a partir de las cuales, los niños interactuaron realizando diferentes preparaciones, eligieron sus frutas y verduras favoritas, las prepararon y las consumieron, logrando con ello un mayor acercamiento a sus hábitos, costumbres e imaginarios provistos por su familiar, pero también sus nuevos esquemas alimentarios, provistos por las dinámicas en el hogar, y los medios de comunicación (anexo A y anexo B).

Estos procesos, además de encuentros con padres, madres, abuelos, profesores y directivos, condujeron al reconocimiento del potencial alimentario de los alimentos que consumían en su infancia, donde se incluyen las frutas y las verduras, y como en el transcurso del tiempo, han venido dejando de lado este cúmulo de sabores, siendo reemplazados por otros, muchas veces, con altos contenidos de azúcares, ajenos a su contexto y cercanos a la industria alimentaria nacional, como las gaseosas, las golosinas, las galletas industriales, la pizza, la hamburguesa, entre otros. Es de resaltar, que el consumo de alimentos principalmente en los padres, madres, cuidadores, evidenciaba en la niñez la ingesta de frutas y verduras en mayor proporción, mientras que en la actualidad han incrementado el consumo de comidas rápidas, o de fácil adquisición como: perros, salchipapas, pizza, carnes procesadas o embutidos, alimentos empaquetados, entre otros.

Los niños y a la vez sus padres, en muchas ocasiones, por comodidad han comenzado a interiorizar gustos, hábitos y preferencias, dejando claro, que muchos de los comportamientos



individuales se hallan influenciados por variables del entorno, como son los factores culturales, sociales, económicos y geográficos. Esto refuerza, que la elección y consumo de un alimento es el resultado, en primer lugar, de prácticas culturales delegadas a partir de una estructura social que lo acompaña en su proceso de crecimiento y desarrollo, es decir su familia (Bock, 1977); por lo tanto, es coherente con las expresiones de los padres y madres frente a su consumo alimentario y el acompañamiento ofrecido en el hogar, siendo ésta una oportunidad para la institución educativa, en su modelo pedagógico e incluso en sus didácticas para la enseñanza-aprendizaje, para incluir el abordaje de los aspectos nutricionales, bajo una mirada reflexiva, con enfoque intercultural y comunitario.

CONCLUSIONES

En la comprensión del nuevo esquema dietario, la escuela, deberá abordar el paradigma utilizado por las ciencias de la salud denominado “*Determinantes sociales*”, el cual ofrece un análisis de contexto que determina los comportamientos humanos derivados de las circunstancias biológicas, sociales, económicas, culturales, geográficas de los seres humanos que nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen en determinados “espacios-tiempos”.

Dicho modelo de análisis adicionalmente ofrece abordar las determinantes biológicas de dicho contexto: biología humana, medio ambiente, estilos de vida y conductas de salud y acceso a sistemas de asistencia sanitaria, sumado a los determinantes estructurales en salud: políticas sociales, cultura y valores sociales, políticas públicas, aspectos individuales, costumbres y tradiciones y acceso a la oferta laboral. De tal suerte que, una adecuada alimentación desde la niñez, con el transcurso del tiempo, se constituye en una acción susceptible de fomentar hábitos alimentarios que acompañan al individuo durante toda la vida.

El ambiente escolar, ejerce gran influencia en la formación de los escolares y constituye un espacio estratégico para la promoción de hábitos saludables de consumo, porque el contacto



diario y prolongado de los docentes preparados en una alimentación saludable puede promocionar la construcción del conocimiento acerca de lo que significa alimentarse sanamente, donde se incluyan las raciones recomendadas de frutas y verduras, no como una imposición sino con el pleno convencimiento que son importantes en su vida (Davanco, 2004).

En esta dinámica, la edad escolar, -donde los compañeros y compañeras cobran gran importancia, el lenguaje tiene mayor significancia, se mejoran las habilidades cognoscitivas para beneficiarse de la denominada educación formal (Papalia y Wendkos, 1998)-, debiera ser por excelencia un periodo para formar un pensamiento autónomo y crítico frente a la alimentación.

BIBLIOGRAFÍA

Bock, Philip K. (1977). Introducción a la moderna antropología cultural. Madrid: Fondo de Cultura Económica

Davanço, G. M. et al. 2004. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos. Brasil: A Curso de Educação Nutricional. Revista de Nutrição, Campinas, Vol. 17, No. 2, p 177-184.

FAO. (2001). Los alimentos: como un derecho fundamental. Consultado en junio de 2016, de <http://www.fao.org/FOCUS/s/rightfood/right1.htm>

FAO. (2013). El estado de inseguridad alimentaria en el mundo.

_____. (2013). Las múltiples dimensiones de la seguridad alimentaria. Roma, 2013.

Fischler. (1979). Presentation. En Communications No. 31, Paris, citada por ÁLVAREZ, Marcelo. 2002. Ponencia: La cocina como patrimonio (in) tangible. En Primeras Jornadas de Patrimonio Gastronómico. Argentina: Comisión para la preservación del patrimonio histórico cultural de la Ciudad de Buenos Aires.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., Baptista Lucio, P., Metodología de la Investigación. Bogotá. McGraw Hill. 2006.



VII Coloquio Internacional de Educación



Papalia y Wendkos (1998). *Desarrollo Humano* (con aportaciones para Iberoamérica). Bogotá, Colombia: McGraw-Hill.

Proyecto Educativo Institucional. (2009). Institución Educativa Los Comuneros. Popayán, Cauca.

Rodríguez G., Alejandra (2014). *Imaginario de niños y niñas en edad escolar (6 a 12 años) acerca del consumo de frutas y verduras en la institución educativa los comuneros de la ciudad de Popayán, departamento del Cauca*. En: Tesis de Grado *Maestría en estudios Interdisciplinarios del desarrollo*. Popayán: Universidad del Cauca.

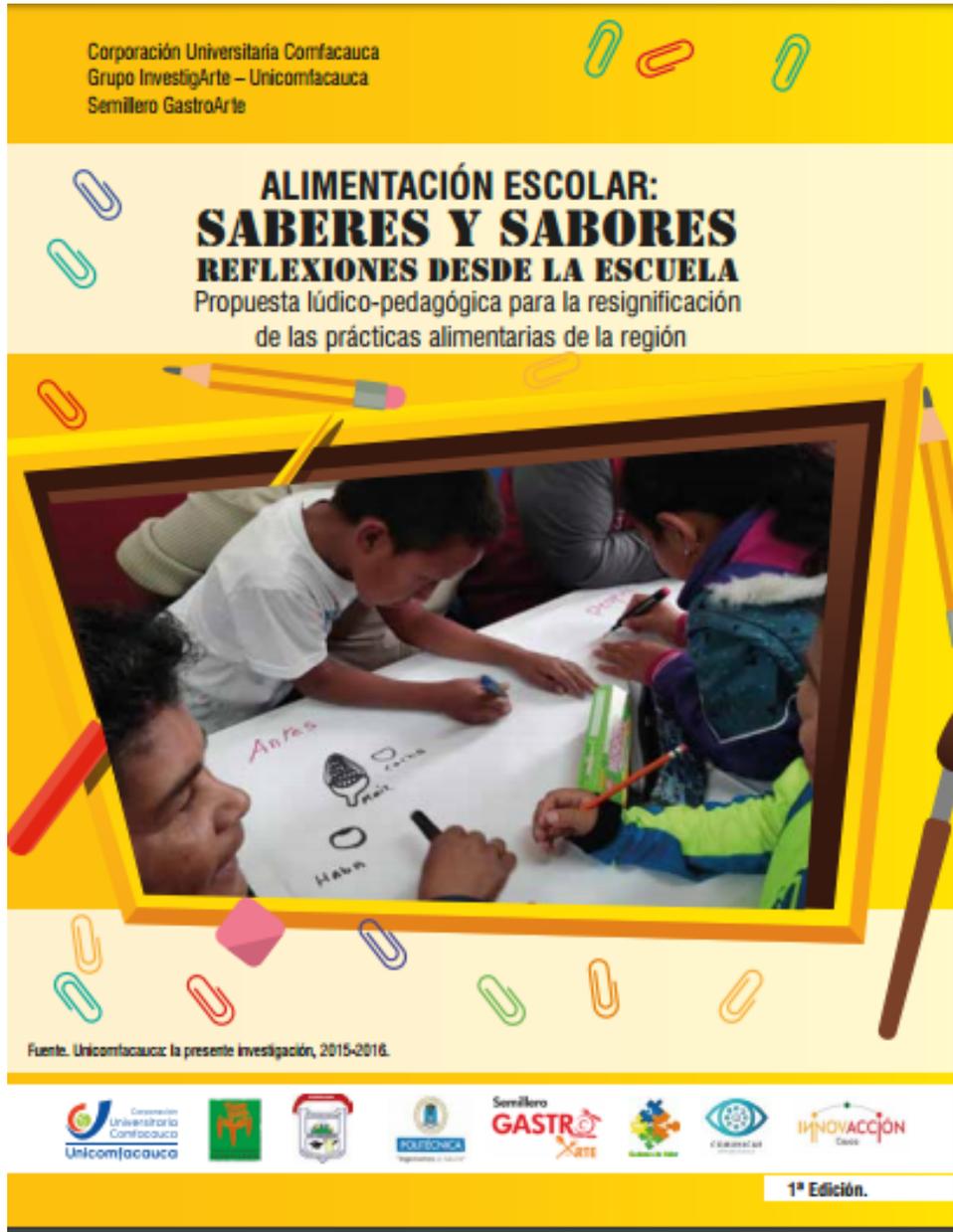
Ros, L. y I. Ros, (2007). Alimentación del escolar. En Bueno, M; Sarría, A. y J. Pérez González (comp.). *Nutrición en pediatría*. Tomo I, tercera edición. Madrid: Monza/Ergón.

Savater, Fernando. (1997). *El valor de educar*. Segunda edición. Barcelona Editorial Ariel S.A.

WHO/FAO (2007). *Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases*. OMS: Serie de Informes Técnicos; *WHO Technical Report Series 916*. Consultado en mayo de 2016, de http://www.who.int/hpr/NPH/docs/who_fao_expert_report.pdf



ANEXO A. GUÍA DE PREPARACIONES GASTRONÓMICAS CON BASE EN FRUTAS Y VERDURAS



Fuente. Unicomfacaucá: la presente investigación 2015-2016.



ANEXO B. FERIA ALIMENTACIÓN SABORES Y SABERES FRUTAS Y VERDURAS DE MI REGIÓN



Fuente. Unicomfauca: la presente investigación, 2015-2016.