

III Congreso de Alimentación, Nutrición y Dietética.

Combinar la nutrición comunitaria y personalizada: nuevos retos.



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA

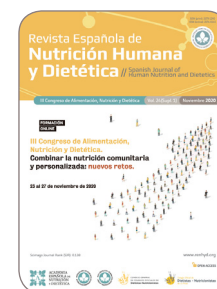


CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES DE
Dietistas-Nutricionistas



Colegio Oficial de
Dietistas - Nutricionistas
de La Rioja

FORMACIÓN
ONLINE



www.renhyd.org



RESUMEN
DE
PONENCIA

MESA_4

Intervenciones comunitarias
que permiten mejorar la
salud individual

PONENCIA_2



Intervención en las escuelas para reducir la prevalencia de obesidad infantil

Eva María Pérez Genticó^{1,*}

¹Investigadora independiente, Logroño, España.

*dietistanutricionista@hotmail.com

Introducción

Esta intervención en centros escolares a través de la educación alimentaria se realiza en los cursos de 3º y 4º de primaria y también en 2º y 3º de la ESO con el fin de que aprendan de una manera práctica, a través del juego, los beneficios de una alimentación saludable.

A partir de las creaciones artísticas que realizan los padres, alumnos y profesorado en primaria y del debate con los alumnos de la ESO buscamos que la educación nutricional trascienda a la familia. Queremos que los niños compartan la experiencia con sus padres, en la que todos son considerados por igual y que, todos, poniendo en juego su curiosidad y creatividad, se diviertan adquiriendo nuevos conocimientos. En los alumnos de la ESO proponemos esto mismo sin las familias en vez del juego a través del arte, en dar rienda a sus opiniones en debates donde sus palabras no son juzgadas y son todas de valor.

Metodología

El taller en primaria está realizado por una dietista-nutricionista que explica la importancia de comer de manera saludable a través de los alimentos y las funciones que tienen en el organismo él o los principales nutrientes. La educadora artística dinamiza el taller posibilitando el aprendizaje activo de todos los participantes a través de distintos artistas.

En los talleres de la ESO, la dietista-nutricionista dinamiza el taller dirigiendo el debate sobre la agricultura y los alimentos ecológicos además de dar a conocer alimentos ecológicos y la cata correspondiente.

Conclusión

Se observa que a través del juego los niños están más abiertos y receptivos a probar nuevos alimentos o aquellos que no les gustan también probarlos. Que poder realizar el taller con sus

familias hace que todos estén más receptivos ante estas pruebas de alimentos y a adquirir nuevos conocimientos.

En los adolescentes se observa cómo el juego por vergüenza o simplemente por la edad en la que se encuentran cuesta más hacerles participar, que no están tan receptivos a probar nuevos alimentos, pero el hacerles sentir que sus opiniones son válidas y no son juzgadas hace que los talleres sean eficaces.

conflicto de intereses

La autora trabaja de manera externa y contratada para el proyecto por el Consejo Regulador de la Producción Agraria Ecológica de La Rioja. Además, es presidenta del Colegio Profesional de Dietistas-Nutricionista de La Rioja y académica de Honor de la Academia Española de Nutrición y Dietética.

referencias

- Pease, M. A., Figallo, F., e Ysla, L. (Eds.). (2015). Cognición, neurociencia y aprendizaje. El adolescente en la educación superior. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú, 342 pp.
- Berta Garrido Moreno: La cocina y la experiencia culinaria como proceso artístico y creativo. *Creatividad y Fin de la imagen. Creatividad y Sociedad*, número 19, Diciembre 2012.
- Los talleres en educación infantil. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*. N° 7 Marzo 2010. ISSN: 1989-4023
- Una educación artística en diálogo con otras disciplinas. *Caja de herramientas de educación artística*. Consejo Nacional de la Cultura y las Artes, 2016. ISBN (pdf): 978-956-352-146-7. www.cultura.Gob.cl/
- Aprendizaje a través del juego. Reforzar el aprendizaje a través del juego en los programas de educación en la primera infancia. The Lego Foundation con Unicef.