

**TÍTULO: “ UN KIOSCO SANO ...PARA
EMPEZAR A TENER UNA BUENA
ALIMENTACIÓN”**

**NOMBRE DEL KIOSCO: “SABORES
SALUDABLES”**

DIAGNÓSTICO:

Nos pareció importante hacer un análisis de nuestra realidad con respecto a la nutrición, yendo desde un espectro amplio (nacional y regional) hasta el nuestro correspondiente a las familias que conforman la comunidad educativa de la EGB N° 64:

- ✓ Según la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (2004-2005) el sobrepeso y la obesidad afectan al 9,2% de los niños entre los seis meses y los cinco años de edad. Y en la población escolar esos valores son similares y aún superiores.
- ✓ Según los datos relevados correspondientes a la población educativa de la ciudad de Las Heras, obtenidos por el equipo de salud de Escuelas de Bicentenario del año 2008, el 17% de los alumnos que concurren a nuestras escuelas tiene sobrepeso y el 11,3 % de los niños posee obesidad.
- ✓ La familia no se preocupa por brindarle a sus hijos una alimentación equilibrada aunque el factor económico no es determinante de esta acción. En este aspecto podemos observar: madres despreocupadas por la preparación de alimentos en calidad y a horario; rutinas familiares inadecuadas como el horario de levantarse y acostarse;
- ✓ El clima hostil suele ser un factor que determina el sedentarismo y la falta de actividad física en los niños, aunque debemos reconocer las oportunidades deportivas y recreativas que brindan nuestra ciudad, asignándole a las familias la responsabilidad de incentivar sus prácticas.
- ✓ Un mal hábito de consumo de golosinas y comidas snack son parte de las características alimentarias de los niños.

FUNDAMENTACIÓN:

La prevalencia de la obesidad infantil ha crecido notablemente en los últimos años; se ha pasado de considerar la obesidad como un problema individual a caracterizarla como una epidemia. Es por esto que surge la necesidad de reflexionar de manera colectiva sobre el problema; y la escuela es un ámbito propicio desde el cual se pueden llevar a cabo acciones de prevención contra la obesidad.

Existe evidencia del impacto de una adecuada nutrición y alimentación en el desarrollo físico e intelectual de las niñas y niños, desde el momento de la concepción. Una alimentación

saludable y balanceada, sumada a condiciones ambientales óptimas, incide en la capacidad del individuo de crecer adecuadamente siguiendo los patrones establecidos, y le proporcione un máximo desarrollo de sus capacidades intelectuales, garantizando así un exitoso proceso de aprendizaje.

El proceso de nutrición inicia con el embarazo y se continúa a lo largo de la vida; en la etapa pre-escolar y escolar, es fundamental que los niños y niñas accedan a una alimentación balanceada, que sumada a una enseñanza de calidad, les permita asimilar los conocimientos impartidos en la escuela, y avanzar hacia la educación superior con bases sólidas, que harán de ellos ciudadanos que contribuyan activamente a la construcción de una nueva sociedad.

La escuela cuenta con espacios e instrumentos que pueden contribuir al conocimiento de los alimentos y al establecimiento de comportamientos alimentarios que permitan un estilo de vida saludable. Por un lado, el aula, espacio destinado a la adquisición de conocimientos y actitudes. Por otro lado, el comedor y el Kiosco, como espacios idóneos de implicación en el proceso de educación nutricional de niños y adolescentes

JUSTIFICACIÓN:

La experiencia de incorporar la oferta de alimentos saludables en el kiosco de la escuela es una estrategia válida e interesante para promover la educación alimentaria. Nos permite reflexionar sobre la manera de enfrentar la obesidad infantil sin estigmatizar a los niños, sin imponer reglas ni prohibir conductas de manera autoritaria, fomentando la participación de toda la comunidad educativa como única vía de desarrollo sostenible.

Es conocido que el restringir un alimento aumenta la preferencia por el mismo y se promueve su consumo, incluso en ausencia de apetito. En algunos casos el niño puede hasta fallar en el control de su ingesta, ya que cuando tiene acceso al alimento prohibido lo consume de manera descontrolada sin respetar sus señales internas de apetito-saciedad.

Es por esto, que no se debe clasificar a los alimentos como buenos y malos. Se debe enseñar a los niños a comer todos los alimentos con una frecuencia y en una cantidad adecuada; todos los alimentos tienen lugar en la dieta global. Es aquí donde la ecuación alimentaria adquiere un rol esencial.

PROPÓSITOS:

- ✓ Contribuir a tener una buena alimentación modificando los hábitos alimenticios de nuestra comunidad educativa.**

- ✓ **Fortalecer los conocimientos de la comunidad educativa en alimentación y nutrición, con elementos técnicos de nutrición e higiene de los alimentos.**
- ✓ **Establecer vínculos entre los distintos actores de la Comunidad: alumnos, docentes, personal de maestranza, Comisión Cooperadora.**
- ✓ **Interrelacionar distintos Proyectos Institucionales y áulicos.**
- ✓ **Aumentar la oferta de alimentos sabrosos, atractivos y de alta calidad nutricional.**
- ✓ **Adquirir recursos materiales para la escuela a través de la ganancia que deje el Kiosco.**

RESPONSABLES:

Docentes: Prof. Nuñez, Claudia
Prof. Rothlisberger, Claudia
Prof. Ávila, Hugo
Prof. Fernández, Javier

Equipo Directivo: Prof. Latapié, Gustavo
Prof. Marchesin, Alicia
Prof. Moraga, Claudia

Coord. de Proyecto de Doble Escolaridad:
Prof. Pauwels, Laura



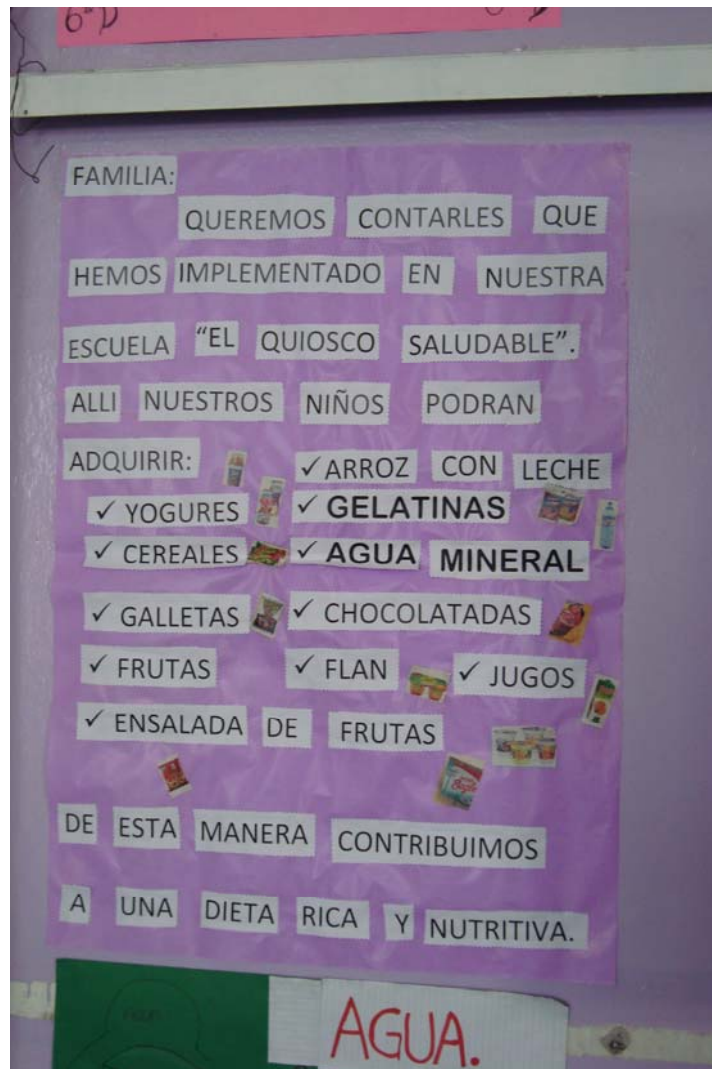
INTERRELACIÓN CON OTROS PROYECTOS INSTITUCIONALES:

- ✓ **Con el Proyecto de Doble Escolaridad:**
- ✓ **Con el Proyecto “Dale Jugemos”:**
- ✓ **Con los Proyectos áulicos:**



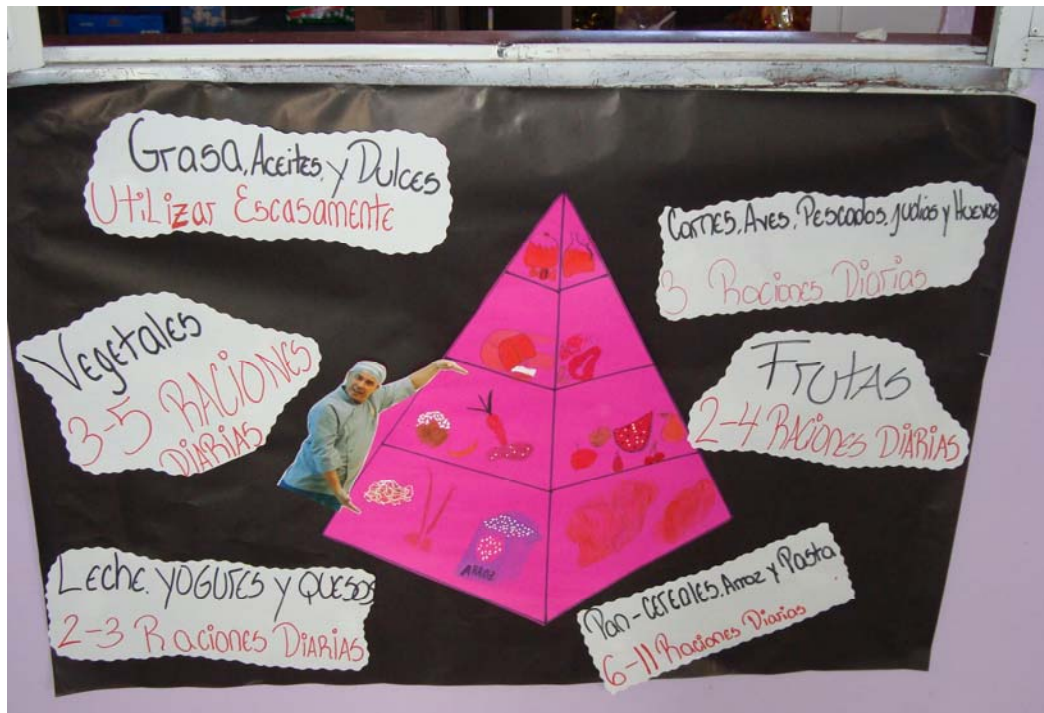
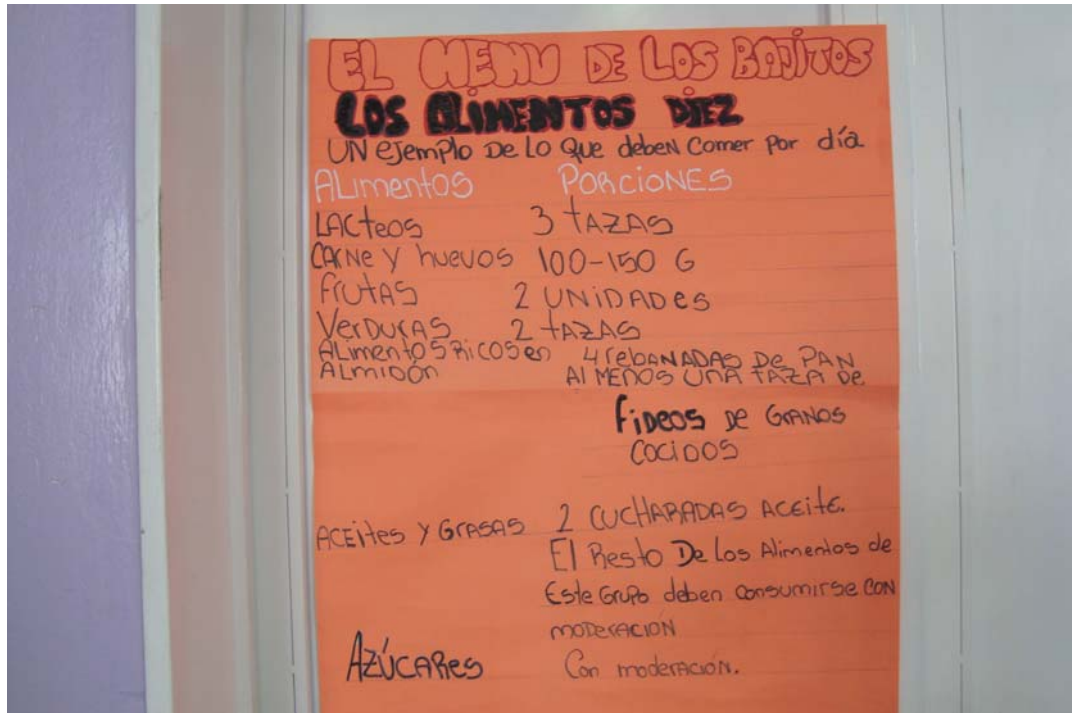
ACTIVIDADES TENTATIVAS:

- ✓ **Charlas con nutricionista dirigidas a la comunidad educativa en general.**
- ✓ **Presentación del Kiosco saludable a toda la comunidad en la muestra de educación física, expresando los beneficios del mismo.**



- ✓ **Realizar publicidades y promocionar el Kiosco en los distintos medios de comunicación locales.**

- ✓ Realizar folletos explicativos para los padres sobre distintos aspectos de la buena alimentación.



- ✓ **Idear alimentos caseros saludables para el Kiosco.**
- ✓ **Fomentar la participación de alumnos, docentes, padres, personal de maestranza, etc.**
- ✓ **Realizar trabajos en el aula donde se converse o investigue sobre la calidad nutricional de los alimentos.**
- ✓ **Colocarle un nombre al Kiosco saludable a través de un Concurso.**



EVALUACIÓN:

- ✓ **Realizar encuestas para determinar el impacto de la propuesta**
- ✓ **Comunicar resultados a la comunidad a través de gráficos estadísticos.**

BIBLIOGRAFÍA:

- ✓ **Artículo: “Regulación de la Oferta de alimentos en las escuelas” Lic. Candela Chacho- CESNI.**
- ✓ **Guía de Nutrición e Higiene para Kioscos Escolares- UNICEF.**
- ✓ **Artículo “Kioscos escolares más saludables”- Proyecto Escuela del Bicentenario.**