

Valoración y educación alimentaria y nutricional para el Centro Educativo Campanero - 2022

Stephanie Carolina Realpe López

Itzayana Astaiza Ramos

Diana Paola Ortiz Tobar

Profesoras de Nutrición y Dietética

Universidad Mariana

Según el Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural (como se cita en Gobernación de Nariño, 2019), la población rural del municipio de Pasto se caracteriza por tener una economía basada en la producción agropecuaria de pequeños y medianos productores. Algunas explotaciones destinadas al autosostenimiento de los hogares, tienen bajo nivel tecnológico de producción. Según lo manifestado por los habitantes en la zona de El Campanero, predomina la producción de leche y papa. En este contexto no hay diversidad alimentaria; la nutrición de los habitantes está basada en el consumo de cereales como el arroz, tubérculos como la papa, leche y huevos.

A nivel de la población escolarizada, el último reporte de la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional de Colombia año 2015 (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF et al., 2015), reportó que, entre los escolares de 5 a 12 años, aunque la tendencia con relación a años anteriores ha ido disminuyendo, aún se presenta el 7,4 % de desnutrición crónica y un incremento al 24,2 % en cuanto al exceso de peso. La población adolescente (13 a 17 años) mostró que un 9,7 % evidencia desnutrición crónica; y, de igual manera, se observó el crecimiento de casos con presencia de exceso de peso, llegando al 17,9 % de la población.

Teniendo en cuenta lo anterior, desde el programa de Nutrición y Dietética de la Universidad Mariana, a través de las estrategias de aula de los cursos 'Educación Alimentaria y Nutricional' y 'Tecnología de Producción de Origen Animal' con los estudiantes de cuarto semestre y, el curso 'Atención Integral a la Primera Infancia' con los de sexto semestre, se realizó el desplazamiento el 28 de octubre de 2022 a las instituciones educativas de cinco veredas del corregimiento de Catambuco: Bella Vista, Campanero, San José, San Antonio y Alto Casanare.

Dentro de las actividades en las instituciones se resalta, en primera instancia, la jornada de valoración nutricional realizada por los estudiantes de sexto semestre, liderada por la docente Itzayana Astaiza, en la cual se tomó medidas antropométricas como peso y talla, para determinar el estado nutricional por medio de los indicadores, de acuerdo con los parámetros establecidos por la Resolución 2465 de 2016 para población menor de 18 años; además, se complementó los datos con el perímetro braquial para determinar el riesgo de desnutrición y el pliegue tricipital y subescapular para evaluar los componentes muscular y grasa.

Los resultados obtenidos frente a la situación nutricional de los escolares de las diferentes sedes del Centro Educativo Campanero permiten evidenciar que, si bien el 62,7 % presenta un Índice de Masa Corporal (IMC) adecuado para la edad, también existe la presencia de malnutrición por déficit y exceso, siendo este último el de mayor porcentaje, con un 23 %. Respecto al indicador Talla/Edad, los resultados son más preocupantes, puesto que el 51 % de los escolares se encuentra con riesgo de retraso en talla y, el 13,3 % ya tiene un retraso en la misma.

Estos resultados son la clara evidencia de una mala nutrición materna, como un factor inicial de problemas en el crecimiento, el saneamiento inadecuado o deficiente, la alimentación de mala calidad, las prácticas inadecuadas frente a la alimentación, impartidas por padres o cuidadores, la presencia de repetidos cuadros infecciosos, entre otros. En consecuencia, como lo indica la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2014), existen efectos a corto y largo plazo para los individuos y sociedades, entre los que se encuentra la disminución del desarrollo cognitivo y físico, la reducción de la capacidad productiva, la mala salud y el aumento del riesgo de padecer enfermedades degenerativas, así como también, el aumento del riesgo de la mortalidad.

Por lo anterior, resulta vital identificar el estado nutricional desde un momento temprano, para dar inicio a una formulación y ejecución de estrategias que favorezcan la situación nutricional de manera prioritaria en los primeros cursos de vida.

Figura 1

Actividad en sede Bella Vista



Fuente: las autoras.

Figura 2

Actividad en sede Campanero Centro



Fuente: las autoras.

En segunda instancia, los estudiantes de cuarto semestre, liderados por la docente Esp. Carolina Realpe, realizaron educación alimentaria y nutricional a los niños, niñas y estudiantes de las diferentes instituciones y grados, abordando temáticas como hábitos y estilos de vida saludable (ejercicio y sueño), alimentación saludable y

preparaciones alternativas a bajo costo, de una forma lúdica, de fácil comprensión y, con la participación activa de los escolares, dado que la educación nutricional es un gran pilar del aprendizaje y aplicación de hábitos alimentarios saludables; por tanto, la información debe ser de fácil comprensión y llamar la atención.

Estas actividades fueron ofertadas de acuerdo con los grados en cada sede; se trabajó con más de 200 niños de las diferentes instituciones educativas, desde los grados pre jardín, jardín y transición, pasando por la primaria y, finalizando con el grado noveno de secundaria.

Figura 3

Actividad en sede San Antonio



Fuente: las autoras.

Figura 4

Actividad en sede San José



Fuente: las autoras.

De igual manera, los estudiantes de cuarto semestre, liderados por la docente Ing. Diana Ortiz, desarrollaron en el aula un producto alimentario basado en lácteos, huevos y carne, con procedimientos sencillos que puedan ser replicados en la zona y que muestran diversidad en cuanto a preparaciones. Algunas de las preparaciones realizadas fueron: arroz con leche, postre de limón, postre de leche con fruta confitada, sánduches de pollo, panqueques, entre otros. Finalmente, el producto brindado por los estudiantes contó con las correctas formas de manipulación, garantizando seguridad, frescura y prontitud en el alimento, para el consumo.

Figura 5

Actividad en sede Alto Casanare



Fuente: las autoras.

La actividad realizada en las diferentes instituciones educativas permitió al programa de Nutrición y Dietética sentar una base para la realización de más actividades en pro de la salud, bienestar y nutrición de los niños y niñas de las zonas rurales del departamento, en donde las brechas sociales y de acceso, no permiten muchas veces que la comunidad obtenga información oportuna y de calidad en materia de salud; por tanto, estas jornadas no solo son de índole académico, sino de compromiso con la región, como lo establece la misión de la Universidad Mariana (2011): “Formar profesionales humana y académicamente competentes, con espíritu crítico, sentido ético y compromiso social” (p. 13).

Agradecimientos

A Victoria Mejía, rectora del Centro Educativo Campanero, quien permitió la articulación, gestión y desarrollo de las sesiones educativas.

A los docentes, por la disposición y apoyo en la ejecución de las actividades.

A los estudiantes del programa de Nutrición y Dietética de cuarto y sexto semestres periodo 2022-B, por el compromiso en la realización de lo planteado.

Referencias

Gobernación de Nariño. (2019). Plan departamental de extensión agropecuaria del departamento de Nariño PDEA Nariño. <https://www.minagricultura.gov.co/ministerio/direcciones/Documents/PDEA%27s%20Aprobados/PDEA%20Nari%C3%B1o.pdf>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), Ministerio de Salud y Protección Social (MSPS), Instituto Nacional de Salud (INS) y Departamento Administrativo para la Prosperidad Social. (2015). Encuesta Nacional de la Situación Nutricional – ENSIN 2015. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/documento-metodologico-ensin-2015.pdf>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2014). Metas mundiales de nutrición 2025: Documento normativo sobre retraso del crecimiento. <https://www.who.int/es/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.3>

Resolución 2465 de 2016. (2016). Ministerio de Salud y Protección Social. https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Forms/DispForm.aspx?ID=4909

Universidad Mariana. (2011). Proyecto Educativo Institucional (PEI). <http://www.umariana.edu.co/docinstitucionales/pei.pdf>