



Ponencia para la Feria de Prácticas de Innovación Pedagógica

Título: *Fundación Educativa, educación alimentaria y nutricional*

Descripción:

Somos *Fundación Educativa*, una Organización de la Sociedad Civil que desde 2007 lleva Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) a toda la comunidad educativa.

La *EAN* es una valiosa herramienta que no solo informa, sino que, además motiva a las personas a ponerse en acción. Trabajamos día a día para que grandes y chicos expandan sus conocimientos sobre alimentación y hábitos de vida saludables, se apropien de esa información dándoles un sentido propio y se conviertan en protagonistas de la construcción de su propia salud. Creemos que la escuela es un lugar clave para hacerlo posible.

Desarrollo:

La escuela recobra su lugar clave en la promoción de hábitos saludables, ya que es el lugar por excelencia para aprender. “*Es ideal para la enseñanza de conocimientos básicos en alimentación, nutrición y salud*”¹.

Desde *Fundación Educativa* queremos acercar a las personas al bienestar integral educando desde la ciencia sobre nutrición, actividad física, hidratación, higiene y conductas orientadas a cuidar y a estimular la salud.

Difundimos los mensajes y recomendaciones a través de diferentes acciones educativas, adaptadas a cada grupo, edad y contexto:

- Talleres lúdicos y participativos para alumnos/as de todos los niveles
- Capacitaciones a docentes
- Conferencias para padres, cocineros, referentes
- Programas educativos más sostenidos en el tiempo, con entrega de materiales para el aula, la escuela y los hogares.

Promovemos un aprendizaje vivencial de actitudes y hábitos que favorezcan la promoción de la salud y la prevención de enfermedades no transmisibles (ENT), como obesidad, diabetes, cardiovasculares y otras, que son la principal causa de muerte en el mundo y en gran parte prevenibles.

La educación puede modificar muchas de las actitudes y las prácticas que llevan a una nutrición deficiente como: hábitos inadecuados de alimentación, consumos arraigados,

¹ “*FAO y UNESCO crean alianza para fortalecer la educación alimentaria y erradicar el hambre y el sobrepeso*”, Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), <http://www.fao.org/americas/noticias/ver/es/c/1047007/>



ideas o tabúes sobre la alimentación infantil, publicidad engañosa de alimentos o ignorancia en materia de higiene de los alimentos.

La *EAN* es una valiosa herramienta que no solo informa, sino que además motiva a las personas a ponerse en acción. De acuerdo a organismos referentes como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), la *EAN* es indispensable para el abordaje y la prevención de la obesidad infantil. Y, además, resulta una opción “económica, viable y sostenible”².

A través de nuestras acciones educativas, chicos y grandes expanden sus conocimientos sobre alimentación y hábitos de vida saludable, se motivan a ponerse en acción y se convierten en protagonistas de la construcción de su propia salud.

El equipo docente puede ser un modelo de rol saludable para el alumnado que, a su vez, se transforman en multiplicadores de mensajes saludables en sus hogares. Así impactamos a toda la comunidad.

Contenidos complementarios:

Desde *Fundación Educacional* queremos animar a volver a la escuela como el lugar clave para aprender hábitos saludables y a volver a la mesa como el lugar de encuentro para compartir lo que nos hace bien:

https://www.youtube.com/watch?v=kfvL5j-6_14

Algunas imágenes de nuestras acciones educativas:



² “*La importancia de la educación nutricional*”, Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), Roma, 2011 <http://www.fao.org/ag/humannutrition/31778-0a72b16a566125bf1e8c3445cc0000147.pdf>



Autor: Romina Mazzaferri, responsable de Comunicación de Fundación Educativa
rmazzaferri@educacional.org.ar



<https://educacional.org.ar/>