

ÁREA EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN

Análisis de los trabajos finales de grado dirigidos por la Cátedra de Educación en Nutrición de la Escuela de Nutrición de la UBA.

Paiva M., Giai M., Glukselig S., Graciano A., Langer V., Lucero S., Marcandrés M., Stambullian M., Zanini A., Lema SN.

Cátedra de Educación en Nutrición. Escuela de Nutrición. Facultad de Medicina. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

Contacto: *merce1879@yahoo.com*

Introducción: para graduarse como Licenciados en Nutrición, los estudiantes de la Escuela de Nutrición de la UBA deben realizar un Trabajo Final de Grado (TFG) grupal consistente en investigaciones en diferentes áreas del desempeño profesional. Los TFG del área de Educación Alimentaria Nutricional (EAN) son dirigidos por docentes de la Cátedra de Educación en Nutrición (CaEN).

Objetivos: analizar, describir y difundir las líneas de investigación dirigidas por docentes de la CaEN en los últimos 14 años.

Materiales y métodos:

Estudio descriptivo, de análisis y descripción de TFG dirigidos por la CaEN.

Resultados: de 31 TFG, más de 1/3 realizaron programas de EAN y 1/3 fueron de Nutrición Comunitaria. Según su diseño, más de la mitad de los TFG fueron descriptivos; casi la mitad de los TFG fueron realizados por grupos de 4 estudiantes; 2/3 de los TFG tuvo una directora y el resto fueron codirigidos; a mayor antigüedad de los docentes en la cátedra, mayor cantidad de trabajos dirigidos con una tendencia $y: -1,25+27,6R2:0,94$. La producción por año presentó una tendencia $y: 0,15+03x+1,6061 B2:0,25$ de crecimiento interanual.

Conclusiones: los TFG fueron aumentando en cantidad, calidad y publicación y se caracterizaron por ser descriptivos y en segundo lugar, por el desarrollo de programas de EAN. La capacitación en metodología de la investigación, la realización de la carrera docente y la formación de las directoras (maestrías y doctorados) mejora la calidad de los TFG y facilitarían su publicación.

Evaluación de Talleres destinados a niños y niñas de nivel inicial en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Saidman N., Antún M.C., Ferrari M.F., González V., Escasany M.

Dirección General de Desarrollo Saludable- Subsecretaría de Bienestar Ciudadano- Vicejefatura de Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires.

Contacto: *nataliasaidman@gmail.com*

Introducción: el programa "Mi Escuela Saludable" (PMES) se desarrolla en escuelas de gestión estatal con el objetivo de promover un ambiente escolar más saludable. En este marco se llevan a cabo talleres destinados a los niños, donde se abordan las siguientes temáticas: Alimentación saludable, hidratación, higiene, vida activa y alimentación y cultura.

En cada taller se realiza una actividad de cierre con el fin de evaluar el cumplimiento del objetivo general de cada encuentro y además se propone un desafío saludable (práctica saludable) cuyo cumplimiento se evalúa a mediano plazo.

Objetivo: relatar la experiencia de evaluación de los talleres destinados a niñas, niños y docentes de nivel inicial participantes del PMES durante 2017.

Desarrollo: se realizaron 288 talleres con participación de 5.093 niños de nivel inicial y 392 docentes. Se observó que en el 93% de los talleres, los niños mostraron interés y en el 81% tuvieron una actitud activa. Respecto a los docentes, los valores fueron similares (90% y 84%, respectivamente). Para la evaluación de Concepto se consideraron las dinámicas de “Memotest”, “Cuento” y “Obra de títeres” en las cuales se evaluó la identificación, por parte de los niños, de la frecuencia de consumo adecuada de alimentos y el cumplimiento del objetivo general. Los resultados obtenidos fueron, respectivamente: 73%, 92% y 70% para la identificación de la frecuencia y 74%, 98% y 56% para el cumplimiento de los objetivos. Por último, el 59% de los Desafíos Saludables planteados se llevaron a cabo durante el mes posterior al encuentro (objetivo a mediano plazo).

Conclusión: los encuentros representan una propuesta atractiva y dinámica para los niños, favoreciendo la incorporación de conceptos y prácticas saludables a través de juegos.

Manos en la masa: el arte culinario como instrumento para educar en hábitos saludables”.

Arribas A, Arriola I, Cabreriso M, Viteritti C.

Asociación Civil Supersaludable.

Contacto: *arribasnut@hotmail.com*

Introducción: el sobrepeso y la obesidad infantil constituyen uno de los principales problemas de salud pública del siglo XXI, generando la necesidad de educar en alimentación saludable con estrategias innovadoras que trasciendan lo informativo. Manos en la masa busca acercar el arte culinario permitiendo introducir valores de cooperación, solidaridad, trabajo en equipo, autonomía, diversidad cultural y hábitos alimentarios saludables desde la experimentación, reconocimiento y aprendizaje de nuevos sabores, texturas y aromas de los alimentos.

Objetivo general: generar un espacio de intervención para promocionar hábitos de vida saludables que permitan mejorar la calidad de vida de niños y sus familias.

Objetivos específicos: Que los participantes logren:

- Conocer características de una alimentación saludable enfatizando en variedad y porciones saludables.
- Identificar nuevos sabores, olores, texturas de los alimentos.
- Adquirir autonomía en el manejo de alimentos.
- Aplicar prácticas que garanticen la inocuidad alimentaria.
- Experimentar situaciones que resignifiquen valores como escucha, cooperación, respeto y solidaridad.

Desarrollo: se lleva a cabo desde septiembre de 2016 con talleres de cocina y encuentros lúdicos desarrollados en grupos de 15 niños, utilizando como espacio físico el laboratorio de alimentos de la Universidad del Centro Educativo Latinoamericano. Los destinatarios directos son niños de 6 a 12 años y los indirectos

tos, sus familias. Los ejes temáticos son convivencia y valores, alimentación y técnicas culinarias saludables, cuerpo en movimiento, inocuidad alimentaria y porciones saludables. Durante los encuentros se registran las recetas para la edición de un libro de recetas que llega a los hogares, permitiendo socializar con las familias y lograr mayor implicancia.

Conclusión: manos en la masa es una experiencia participativa e innovadora donde los niños se ponen en acción en pos de su salud.

Experiencia del Programa Cuidemos los Alimentos en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Di Paola M., González V., Lava M.P., López M.C., De Ruggiero M., Antún M.C.

Dirección General de Desarrollo Saludable- Subsecretaría de Bienestar Ciudadano- Vicejefatura de Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires.

Contacto: *melinadipaola@hotmail.com*

Introducción: en los hogares porteños se desperdician 26 toneladas de alimentos diariamente, alcanzando un desperdicio anual de 2.9 kg per cápita.

En respuesta a esta problemática, el Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires creó el Programa Cuidemos los Alimentos para desarrollar acciones que bogan por una alimentación sustentable para la ciudad. Con este fin se formó un comité interministerial integrado por diversas áreas de gobierno y coordinado por la Dirección General de Desarrollo Saludable (DGDS). Como estrategia de abordaje se incluyen acciones y contenidos que abordan el eje desperdicios alimentarios (DA) en sus programas Mi escuela Saludable (MES) y Estaciones Saludables (ES).

Objetivos: describir las acciones de capacitación y comunicación sobre el eje reducción de DA.

Desarrollo: en la tabla 1 se resumen las acciones realizadas durante el primer semestre del 2018. Desde el programa MES se realizaron talleres de sensibilización y capacitación destinados a la comunidad educativa. Desde el programa ES se realizaron charlas sobre la temática y talleres de cocina, asesoramiento sobre la compra en Mercados y talleres de sensibilización en dependencia de gobierno.

Conclusión: las acciones de capacitación y comunicación promueven la concientización y contribuyen al desarrollo de una alimentación más sustentable y a la reducción de las consecuencias sociales, económicas y ambientales del DA.

Tabla 1. Acciones de abordaje sobre el eje reducción del desperdicio de alimentos (DA) desarrolladas desde la DGDS

Programa	Acción	Población destinataria	Alcance
Mi escuela saludable	Curso virtual	Comunidad educativa	66 docentes
	Taller	Comunidad educativa	3 escuelas, 5 grados, 105 alumnos
	Taller familias	Comunidad educativa	2 escuelas: 28 familias
Estaciones saludables	Taller de cocina en mercados	Vecinos	10 talleres - 196 vecinos
	Taller de cocina enfermedad celíaca	Vecinos	9 talleres - 83 vecinos
	Charlas	Empleados de gobierno	6 charlas - 130 personas
	Charlas en ES	Vecinos	45 charlas - 449 vecinos
	Actividades al paso	Vecinos	219 personas
	Asesoramiento nutricional	Empleados de gobierno	324 personas
	Charlas	Empleados de gobierno	5 charlas - 42 personas
	Taller	Comunidad educativa	6 charlas - 90 adolescentes

Más que recetas sin gluten

Melchiori, MC. (1), Cossani, E. (1), Rivaben, S. (2), Garnier, L. (1), Mostto, S. (3), Rossini, G. (1), Pérez, A. (1), Piaggio, M. (1).

(1)Universidad Nacional de Entre Ríos. Entre Ríos, Argentina. (2)Directora Canal TV - Universidad Nacional de Entre Ríos. Entre Ríos, Argentina. (3)Acela Entre Ríos.

Introducción: el desafío de la comunicación de la ciencia es construir discursos interesantes y rigurosos, mediante estructuras narrativas y argumentativas que sirvan al objetivo de la divulgación de los contenidos científicos producidos en la academia. En los medios audiovisuales universitarios, es imprescindible recurrir, para la divulgación científica, a formatos dinámicos que traduzcan el lenguaje de la ciencia de manera clara y simple de entender, teniendo en cuenta un público heterogéneo e interconectado. Cualquier tema puede ser interesante si el espectador percibe que hay alguna relación con su propia vida. Desde esta mirada se pensó un programa televisivo de cocina para celíacos, donde confluyen respuestas científicas y sociales a las necesidades concretas del día a día de la alimentación de los celíacos.

Objetivos: transformar un desarrollo científico nacido del vínculo con una necesidad concreta de nuestra sociedad en un hecho social a partir de la producción de un programa televisivo de cocina, para difundir recetas y consejos que mejoren la integración del celíaco en la vida cotidiana. Producir un magazine de cocina donde, profesionales vinculados a la problemática celíaca exponen sus saberes y brindan pautas dietéticas específicas del tratamiento alimentario nutricional para la celiaquía.

Desarrollo: se produjo un piloto y 10 guiones de un programa televisivo formato magazine de 30 minutos, en tres bloques, con una conductora (nutricionista) que organiza el programa entre la cocina y una mesa de profesionales invitados. En cada entrega se enseña una receta y se abordan aspectos diferentes de la problemática celíaca.

Conclusión: estamos en la era de la imagen. La comunicación audiovisual, desde cualquier soporte y plataforma, nos permite llegar a enormes audiencias y socializar el conocimiento académico. Es la herramienta ideal para transformar un tema que suele quedar en círculos pequeños y especializados, en una propuesta amena y profesional, incluso más allá de la comunidad celíaca.

Programa de marketing social: “Azúcar: menos es más, para dulce estás vos”.

Consumo de azúcar y bebidas azucaradas en adolescentes

Fino G. (1), Goldfinger M. (1), Mota Moreno E. (1), Oliva ML. (1), Pujol M. (1), Somoza MI. (1), Español S. (1), Torresani ME. (2), Lema S. (2)

(1)Licenciada en Nutrición. Cursante de la 3ra cohorte de la Especialización en Nutrición Clínica. 1ra Sede Escuela de Nutrición. Universidad de Buenos Aires. (2)Doctora en Nutrición. Directivo Carrera de Especialización en Nutrición Clínica. 1ra Sede Escuela de Nutrición. Universidad de Buenos Aires.

Contacto: cohorte1618@gmail.com

Introducción: existe evidencia científica que un mayor consumo de bebidas azucaradas en niños se asocia con mayor riesgo de sobrepeso u obesidad.

Objetivo: identificar el consumo de azúcar y bebidas azucaradas en adolescentes, y el nivel de conocimiento de su relación con la salud.

Materiales y Método: estudio transversal en 131 adolescentes (12 a 14 años; 47,3% mujeres y 52,7% varones) de un colegio secundario parroquial de la Zona Norte del Gran Buenos Aires (ciclo lectivo 2017). Respondieron en forma voluntaria, un cuestionario anónimo y autoadministrado, sobre consumo de azúcar y bebidas azucaradas, y conocimiento relacionado con este. Se utilizó el programa Excel para Windows, para calcular proporciones e intervalos de confianza al 95% de seguridad (IC95%) en las variables categóricas.

Resultados: el 51,9% (IC95%: 43- 60,9%) de los encuestados agregaba azúcar en infusiones de desayuno y merienda, de los cuales el 35,87% (IC95%: 27,8-44,8%) lo hacía de manera exclusiva y el 7,6% (IC95%: 3,9-13,9%) combinada con edulcorantes. El 46,6% (IC95%: 37,9-55,5%) consumía bebidas azucaradas y de ellos el 14,5% (IC95%: 9,2-22%) las elegía como única bebida para tomar durante el día. Al analizar el conocimiento, un 68,7% (IC95%: 59,9-76,4%) identificaba la presencia de azúcar en un alimento por la información de la etiqueta nutricional. El 90,1% (IC95%:83,3 - 94,4%) relacionaba el consumo excesivo de azúcar con enfermedades metabólicas. El orden de respuestas sobre alimentos con alto contenido de azúcares libres: cereales infantiles, jugos concentrados y leche chocolatada (78,8%; 77,9% y 71,8% respectivamente). Sólo el 39,7% (IC95%: 31,4-48,6%) asociaba el helado de agua con el contenido de azúcar y el 53,4% (IC95%: 44,5 -62,1%) asociaba a la miel con un alimento saludable.

Conclusiones: la gran mayoría conocía la relación entre consumo de azúcar y enfermedades metabólicas, pero cerca de la mitad de la muestra consumía infusiones y bebidas azucaradas.

Punto Saludable Neuquén: Generando entornos saludables accesibles

Garófalo L. (1), García S. (2)

(1)Hospital Dr. Ramón Carrillo San Martín de los Andes, Neuquén, Argentina. (2)Ministerio de Salud, Neuquén, Argentina

Contacto: *latanagaro@hotmail.com*

Introducción: las ECNT constituyen la principal causa de mortalidad global. La evidencia disponible indica que un alto porcentaje puede prevenirse a través de la reducción de sus principales factores de riesgo: tabaquismo, alimentación inadecuada, sedentarismo, consumo nocivo de alcohol.

Objetivos: Punto Saludable es un programa de prevención y promoción de salud, creada desde la Dirección de Atención Primaria de la Salud, dependiente del Ministerio de Salud de la Provincia de Neuquén cuyo propósito es llegar a la mayor cantidad de población y tener un alcance masivo, con una impronta positiva, optimista y divertida, acompañando a la comunidad en los espacios donde se desarrolla la vida diaria, contagiando SALUD.

Desarrollo: las actividades se realizan principalmente en fiestas populares, con la estrategia de Consejería de estilo de vida saludable, son libres y gratuitas, brindadas por promotores de salud, agentes sanitarios, enfermeros, Lic. En nutrición, etc. Otros ejes de trabajo son: Capacitaciones en escuelas para docentes, al personal de cocinas hospitalarias, centros de salud, centros de desarrollo infantil, articulación con actividades locales deportivas con la propuesta de tercer tiempo saludable en los espacios comunitarios, paradores saludables en lagos y ríos durante la temporada de verano y en los cerros durante el invierno. La difusión y convocatoria se garantiza a través de los medios radiales locales con alcance provincial, redes sociales, Web y Apps.

Conclusión: con Punto Saludable como estrategia se está generando un espacio creativo donde se fortalecen las capacidades de toma de decisiones individuales y comunitarias para beneficio de la propia salud.

A partir de un proceso educativo - comunicacional que se establece entre los promotores de salud y las personas, con el propósito de fortalecer las prácticas cotidianas positivas y modificar las de riesgo.

Educación alimentaria en eventos de concurrencia masiva: Feria del libro

Yornet, M., Langer, V.

Universidad Favaloro, Argentina

Contacto: *marianayornet@gmail.com*

Introducción: la educación alimentaria puede brindarse en eventos de concurrencia masiva. En la Feria del Libro, en el stand de la Universidad Favaloro, durante cuatro años consecutivos se realizaron actividades lúdicas de extensión universitaria para promover el consumo de verduras.

Objetivos: acercar la Educación Alimentaria Nutricional (EAN) a través de una actividad de extensión universitaria en eventos de concurrencia masiva con objetivos pedagógicos, comunitarios e institucionales.

Desarrollo: la cátedra de Educación y Comunicación en Nutrición de 3° año de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Favaloro participó en la Feria del Libro desde el 2015 al 2018 con una actividad de extensión, en el stand de la Universidad. En el mismo, los alumnos realizaron intervenciones educativas orientadas a la identificación y promoción del consumo de verduras. Se utilizaron cartas con fotos de verduras para los juegos: "Memotest nutritivo" y "A pescar verduras". Los alumnos coordinaban las actividades con la supervisión de sus docentes. Para evaluar edad y género de los visitantes y frecuencia de consumo de las verduras, completaban una encuesta accediendo al sorteo de un juego Nutrifan. Participaron de los juegos 609 personas, entre niños y adultos, con predominio de mujeres. Para los alumnos, fue una experiencia enriquecedora donde pudieron poner en práctica los contenidos abordados en la materia.

Conclusión: se recomiendan actividades lúdicas donde se aprende jugando (público asistente a la feria y alumnos universitarios) convirtiéndose en estrategias itinerantes de Educación Alimentaria en contextos no tradicionales.