

Especialidad en Nutrición Pediátrica

TRABAJO INTEGRADOR FINAL (TIF)

*Proyecto de intervención
“Mejores elecciones más salud”*

Alumna

Lic. Turaglio, Vanina del Valle

Tutora

Lic. Carrillo, Mariana

Índice

Diagnóstico de situación	3
Problema priorizado.....	6
Nombre del proyecto de intervención.....	7
Descripción del proyecto.....	8
Fundamentación	9
Objetivos	12
Objetivo general.....	12
Objetivos específicos.....	12
Metas.....	12
Localización física	12
Beneficiarios.....	12
Estrategias	13
Plan de acción	14
Cronograma de actividades.....	17
Recursos	19
Presupuesto	20
Organigrama	21
Supervisión.....	22
Monitoreo	22
Evaluación del proyecto	23
Indicadores de proceso	23
Indicadores de resultados.....	23
Indicador de impacto	23
Referencias bibliográficas	24
ANEXOS	25

Diagnóstico de situación

Características de la localidad en dónde está inserto el jardín de infantes del “Instituto Juana Micono de Giardino” de la localidad de Villa Giardino, Córdoba.

El diagnóstico de situación se realizó utilizando datos obtenidos de fuentes primarias: entrevistas a la directora de desarrollo social y a la trabajadora social del municipio local, a la directora del nivel inicial y primario del instituto Juana Micono de Giardino, y también, mediante comunicación virtual, a la Lic. en nutrición encargada del programa PAICOR y SALA CUNA. También se utilizó una fuente secundaria para completar datos de relevancia.

La localidad de Villa Giardino es un municipio ubicado en el valle de Punilla, departamento Punilla, de la provincia de Córdoba. Se encuentra situada sobre la ruta nacional nº38 a 73 Km de la ciudad de Córdoba. Cuenta con algunas calles asfaltadas (centro y algunos barrios), pero la mayoría, aproximadamente el 75%, son de tierra.

Según el Censo Nacional de Población, Hogares y Vivienda, INDEC 2010, la localidad cuenta con 6810 habitantes, pero de acuerdo a datos aportados por la municipalidad, en el año 2016 el número de habitantes aumentó más del 25%, estimando un total de 9000 habitantes. El 49% de la población corresponde a personas de sexo masculino y el 51% son de sexo femenino (1).

Con respecto a algunos indicadores, según datos resultantes del censo 2010, la localidad presenta bajos índices de necesidades básicas insatisfechas (NBI), de mortalidad infantil, de trabajo infantil y de desocupación juvenil. En cuanto al indicador de igualdad de género, el municipio presenta un bajo porcentaje de desempleo femenino (1).

Con respecto al saneamiento básico, la localidad cuenta con cobertura de red de agua, el servicio de agua potable es suministrado por la municipalidad, obteniendo agua por medio de perforaciones y vertederos o captación del río. La calidad del agua es buena ya que cuenta con una planta potabilizadora. La red de agua cubre el 100% de la mancha urbana consolidada. El 98% de la población no dispone del servicio de red de gas natural, según el censo de población, hogares y vivienda, año 2010. En 2016, según datos de la municipalidad, solo el 25% de la localidad cuenta con red de gas natural. La población que no tiene acceso a la red de gas natural utiliza gas en tubo, garrafa, leña, carbón, etc. En 2016, según datos de la municipalidad el 100% de la mancha urbana tiene acceso al servicio de energía eléctrica. El servicio es brindado por la empresa provincial de energía eléctrica (EPEC). La red cloacal se ubica en el área central y cubre sólo el 15% de la localidad, el servicio se encuentra a cargo de la Asociación de Cooperativas de Punilla y la planta de tratamiento se localiza en la ciudad de La Falda (1).

Con respecto al tratamiento de los residuos, la localidad cuenta con una planta de tratamiento desde hace aproximadamente 17 años, la misma surge a partir de un proyecto del colegio Juana Micono de Giardino. La organización consiste en la separación de residuos según el origen, la recolección diferenciada, el tratamiento apropiado y la producción de abono natural.

La principal actividad económica de la localidad es el turismo. Se desatacan el trabajo en hoteles, gastronomía y camino de los artesanos. La elaboración de artesanías, alfajores, dulces y conservas posee un lugar muy importante que va de la mano de la actividad turística.

Con respecto a los aspectos alimentarios, en la localidad se entregan módulos de alimentos en forma semanal (180-200 módulos) que dependen tanto del municipio como de la provincia. Los mismos están compuestos por: harina, azúcar, aceite, arroz, tomate, atún, mermelada, galletas. Además, se suelen agregar bolsones de verduras y carne. Estos módulos se entregan, previa selección, a personas sin ingresos ni ningún otro tipo de beneficio social.

Cabe destacar que en la localidad es habitual la cría de gallinas y conejos, la producción de huertas familiares, dulces y conservas. La dieta de la población, en general no difiere del patrón nacional, se caracteriza por ser variada con algunas limitaciones como por ejemplo el acceso al pescado. Además, en la actualidad se observa un aumento del consumo de carne de pollo en detrimento del consumo de carnes rojas por una cuestión de costos. En un pequeño sector de la población de la zona de la punilla se observa una tendencia en aumento al consumo de alimentos orgánicos, dietas vegetarianas y veganas. Es una zona de artesanos que buscan el contacto con la naturaleza¹.

La localidad cuenta con: municipalidad, comisaria, banco, cuartel de bomberos, sociedad de Bomberos Voluntarios "Alejandro Giardino", casa de la cultura, cine-teatro, polideportivo, biblioteca popular, centro de jubilados, guardería: en la cual funciona el programa sala cuna, comedor de abuelos, 2 iglesias y 1 capilla, 2 centros vecinales, 2 merenderos municipales, caritas y asociación civil “Desde el corazón para los niños”.

También cuenta con un centro de salud y primeros auxilios “Juana Micono de Giardino” y 3 dispensarios en barrios más alejados. La atención de emergencias y de alta complejidad son derivadas al hospital regional Domingo Funes de Santa María de Punilla o al hospital municipal de La Falda. Las patologías más comunes en los niños corresponden a las enfermedades respiratorias, y en los últimos años se observó alto % de muertes por cáncer².

Las instituciones educativas dentro de la localidad:

- CEDER. *Centro educativo que brinda talleres de oficio para adultos.*

De gestión pública

- Escuela Esteban Echeverría (*nivel inicial y primario*)
- Escuela Silvano Loza, en zona rural. (*nivel inicial y primario*)
- Instituto Provincial de Educación Técnica I.P.E.T. N.º 339 (*nivel secundario*), *con orientación industrial en construcción: título maestro mayor de obras.*

De gestión privada

- Instituto Juana Micono de Giardino (*nivel inicial, primario y secundario*). *Orientación secundaria: ciencias naturales y turismo.*

El proyecto de intervención nutricional se llevará adelante en el Instituto “Juana Micono de Giardino”, como herramienta para mejorar la alimentación de los alumnos dentro de la misma. El nivel inicial y primario tienen la dirección unificada. Al entrevistar a la directora, ella manifestó preocupación por las colaciones que los alumnos consumen dentro de la institución.

En el edificio en donde funciona el nivel primario y secundario, la institución cuenta con un kiosco tradicional terciarizado al cual acceden algunos alumnos para adquirir sus colaciones. Éste

¹ Entrevista a Lic. en nutrición encargada del programa PAICOR y SALA CUNA.

² Entrevistas a la directora de desarrollo social y a la trabajadora social de la municipalidad local.

kiosco fue trabajado en un proyecto anterior. En la actualidad la directora manifestó preocupación especial por las colaciones que los niños consumen dentro del jardín.

Las colaciones que llevan los alumnos es elección de cada niño/familia. Los alimentos que predominan en ambas salas (4 y 5 años) son: galletas, alfajores, criollos, y 1 de cada 10 o 12 niños lleva fruta o cereal. Con respecto a la bebida, por seguridad durante la pandemia los docentes decidieron que los niños no lleven botellas individuales, porque al ser tan pequeños las docentes tienen que ayudar a los niños a abrirlas, por lo cual se les sirve jugo concentrado o té con azúcar³.

Es importante destacar que el jardín tiene como ejes temáticos de trabajo: la tierra, el medio ambiente y la alimentación, los cuales son abordados cada año por medio de distintos proyectos. Éste año, 2021, por el contexto de pandemia y a pedido del ministerio de educación, surgió el proyecto “Me cuido, te cuido, nos cuidamos” dentro de la PGD (proyecto de gestión directiva). La huerta y el cultivo de plantas aromáticas es una actividad que se lleva adelante todos los años en el jardín. En el año 2020, por el contexto de pandemia, esta actividad ha sido suspendida.

La institución cuenta con 2 salas, una para niños de 4 años y otra para niños de 5 años, ambas funcionan en el turno tarde. Durante la pandemia el horario es acotado, 3 horas diarias. La cantidad de alumnos suma un total de 63. A la sala de 4 años concurren 30 niños, de los cuales 14 son niños y 16 niñas. A la sala de 5 años asisten 33 niños, de los cuales 23 son niños y 10 niñas.

Los alumnos que asisten al jardín, en su mayoría, pertenecen a familias de clase socioeconómica media, cuyos padres poseen trabajo formal y un nivel educativo entre secundario completo y universitario. El tipo de familia es variado: tradicionales, ensambladas y monoparentales.

No se visualizan problemas de acceso a los alimentos, pero si algunas dificultades a la hora de la selección y preparación de los mismos, lo cual se traduce en la elección de las colaciones que los niños llevan al jardín. Esto se debe, entre otras causas, a la falta de tiempo de sus padres para la preparación de los alimentos, el desconocimiento por parte de los mismos sobre aspectos relacionados con la nutrición y las distintas alternativas o formas culinarias de incluir alimentos de alta densidad nutricional en diferentes preparaciones, de manera que facilite la aceptación e incorporación de los mismos a la alimentación diaria tanto de los niños como de sus familias; sumado a ello, las costumbres alimentarias arraigadas en las familias de los niños que asisten al jardín y en la misma institución educativa.

La infraestructura del jardín está conformada por: 2 aulas, con proyección de una tercera para abrir la sala de 3 años, 1 salón de usos múltiples, 2 baterías de baños (en una hay 2 baños y en la otra 3), un baño para discapacitados, 1 depósito, 1 baño para docentes, 1 dirección, 1 sala para recibir a los padres y 1 patio de juego.

³ Entrevista a la directora del nivel inicial y primario del instituto Juana Micono de Giardino.

Problema priorizado⁴

Inadecuada calidad nutricional de las colaciones escolares de los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba.

⁴ El problema se priorizó teniendo en cuenta la realidad institucional y utilizando la matriz de priorización de problemas adjunta en anexo 1. Antes de definir la intervención se analizaron las causas del problema mediante el diagrama de causalidad (anexo 2).

Nombre del proyecto de intervención

“Mejores elecciones más salud”

Descripción del proyecto

El proyecto “Mejores elecciones más salud” nace como una necesidad institucional luego de realizar un diagnóstico en el nivel inicial del Instituto Juana Micono de Giardino.

El mismo pretende llevarse a cabo durante el año lectivo 2022 con proyección, luego de una exhaustiva evaluación al finalizar el mismo, de extenderse al nivel primario y secundario con las respectivas modificaciones que el mismo requiera para su implementación.

“Mejores elecciones más salud” tiene por objetivo abordar el problema de la inadecuada calidad nutricional de las colaciones de los niños que asisten al jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, provincia de Córdoba. La inadecuada calidad nutricional de las colaciones se corresponde con algunos de los problemas epidemiológicos, nutricionales y alimentarios, por exceso y por déficit que se señalan en las guías alimentarias para la población argentina: “consumo excesivo de grasas saturadas, elevado consumo de azúcares refinados y de harinas refinadas, consumo excesivo de bebidas e infusiones azucaradas, aumento del consumo de golosinas y aumento del consumo de alimentos fuente de calorías dispensables (problemas por exceso) y el bajo consumo de agua (problemas por déficit)” (2).

Las intervenciones apuntan a promover la selección de las colaciones que los niños llevan al jardín, y al mismo tiempo fortalecer los conocimientos sobre nutrición y alimentación de docentes, familias y niños, para contribuir, de esa manera a solucionar el problema detectado.

La aplicación del proyecto se hará mediante estrategias de carácter preventivo, como la implementación de cronogramas de colaciones pautadas, los mismos lo realizará la Lic. en nutrición a cargo del proyecto, ofreciendo opciones alternativas para lograr mayor flexibilidad. Mediante la participación de padres y docentes se irá modificando y ajustando mensualmente cada cronograma. También se realizarán talleres participativos de educación alimentaria nutricional (EAN) y de cocina, destinados a los docentes y familias de los alumnos del jardín de infantes.

El proyecto contará con el financiamiento del Instituto privado Juana Micono de Giardino y participarán del mismo la comunidad educativa del jardín de infantes de dicho instituto.

El cierre del proyecto se llevará a cabo mediante la dramatización de un cuento por parte de los alumnos del jardín de infantes. Además, por medio de una feria de exposición; los padres, docentes y alumnos mostrarán lo trabajado durante el año con el fin de extender al resto de los niveles del instituto la propuesta de mejorar la calidad de las colaciones escolares.

Fundamentación

La baja calidad de la alimentación ha sido identificada como la principal causa de malnutrición en todo el mundo: 2 de cada 3 niños no recibe una alimentación mínimamente diversificada que les permita un sano crecimiento y desarrollo (3).

En Argentina, la calidad de la dieta de niños y adolescentes, es pobre en nutrientes y marcadamente monótona. La misma se caracteriza por un elevado consumo de alimentos de baja densidad nutricional como azúcares, dulces, bebidas azucaradas, golosinas, productos de copetín (snack), panificados y repostería; sumado al elevado contenido graso, aderezos, grasas de origen animal, margarina y similares. Esta inadecuación nutricional se refleja en todas las clases sociales (2).

Según la 2ª Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS2) la epidemia de sobrepeso y obesidad es la forma más frecuente de malnutrición en el país. Los datos obtenidos muestran que el exceso de peso (sobrepeso más obesidad) estuvo presente en el 13,6% de la población menor de 5 años (utilizando los putos de corte de la Organización Mundial de la Salud (OMS) 2010: Sobrepeso: $IMC/E > 2DE$ y $\leq 3 DE$; obesidad: $IMC/E > 3 DE$). La misma encuesta muestra que el patrón alimentario de los niños, niñas y adolescentes (NNyA) es significativamente menos saludable que el de los adultos. Los NNyA consumen un 40% más de bebidas azucaradas, el doble de productos de pastelería o productos de copetín y el triple de golosinas respecto de los adultos. Este patrón alimentario de los NNyA obedece probablemente a múltiples causas, entre ellas el marketing dirigido a los niños y los entornos escolares obesogénicos. Con respecto a los entornos escolares, el 26,6% de los NNyA manifestó que a veces o siempre se les provee bebidas con azúcar. A su vez, se observó mayor frecuencia entre quienes asisten a un establecimiento de gestión privada (43,4%) respecto de quienes asisten a un establecimiento estatal (25,1%) (4). Las instituciones educativas como contexto de socialización y trama de vínculos próximos influyen de manera potencial en la configuración de comportamientos asociados a la salud/enfermedad, particularmente en lo referente a la conducta alimentaria, la imagen corporal, el sedentarismo y la actividad física. Con sus acciones cotidianas, influyen, de forma positiva o negativa, en el bienestar y la calidad de vida de todos sus miembros (5,6).

“La investigadora Lean Birch postula tres modalidades de aprendizaje alimentario en la primera infancia: la familiarización devenida de una exposición reiterada, el aprendizaje asociativo y el observacional.” Si los niños tienen una *exposición reiterada* con alimentos y bebidas saludables, desarrollarán una mayor aceptación y preferencia por esas opciones. En cambio, si se familiarizan desde temprana edad con alimentos con alto contenido de sodio, grasas o azúcares añadidos (bebidas azucaradas, galletas, etc.) se modelará un patrón alimentario poco saludable. Las preferencias alimentarias se construyen a través de *aprendizajes asociativos* que unen los alimentos a los contextos sociales en los cuales son ingeridos, dentro de ellos las instituciones educativas. A su vez, dentro de esos contextos se da el *aprendizaje observacional* influenciado por las prácticas alimentarias de las personas afectivamente importantes. Los mecanismos involucrados en la construcción de las preferencias alimentarias plantean la urgente necesidad de mejorar los entornos alimentarios en los que los niños y niñas desarrollan su vida cotidiana, contribuyendo desde ese lugar a la construcción de hábitos saludables. La etapa preescolar (desde los 2 a los 5 años de edad) se considera fundamental para fortalecer hábitos saludables, entre ellos la alimentación, que se relacionan con el bienestar y la prevención de malnutrición

en los niños. Es probable que una alimentación poco saludable a esta edad no provoque problemas de salud en el corto plazo, sin embargo, en el futuro puede ocasionar déficit de micronutrientes, con trastornos alimentarios o malnutrición. Algunas acciones que contribuyen de forma positiva son estimular a los niños a elegir entre opciones de colaciones escolares saludables y hacerlos participar, de acuerdo a su madurez, en las preparaciones culinarias (7,8). En nuestro país contamos con una valiosa herramienta para realizar intervenciones en nutrición dentro de las instituciones educativas y contribuir a las preferencias de colaciones saludables de los alumnos: *la gráfica de la alimentación diaria*. En la misma se divide a los alimentos en 6 grupos de acuerdo a su composición nutricional. Los alimentos incluidos en los grupos del 1 al 5 aportan nutrientes esenciales, los cuales deben consumirse diariamente en las distintas comidas. En cambio, en el grupo 6, denominado: “Alimentos de consumo opcional”, se incluyen alimentos que deben consumirse esporádicamente. En este último grupo se encuentran los alimentos ultraprocesados. *“Ejemplos de estos productos: galletitas dulces, saladas, amasados de pastelerías (pastelitos fritos, churros, medialunas, bizcochos de grasa, facturas, otros), golosinas, bebidas azucaradas como gaseosas, aguas saborizadas, jugos industrializados y jugos en polvo (para diluir), productos de copetín (maní salado, palitos salados, papas, mandioca y/o batatas fritas, chizitos, otros), embutidos y chacinados (salchichas, chorizo, morcilla, otros), fiambres, achuras, carnes procesadas (preformados de carne o pollo, hamburguesas, bastones de pescados, otros), helados, manteca, margarina, dulce de leche, mermeladas (industrializadas), aderezos tales como mayonesa, ketchup, mostaza, salsa golf, salsa de soja, otros”* (9).

Dentro de los alimentos elegidos por los padres para que sus hijos llevar al jardín de colación se destacan los alimentos ultraprocesados. Los alimentos y bebidas ultraprocesados son formulaciones industriales principalmente a base de sustancias extraídas o derivadas de alimentos, suelen estar compuestos por 5 o más ingredientes. Además de sal, azúcar, aceites y grasas, entre sus ingredientes se incluyen proteínas hidrolizadas, almidones modificados, aceites hidrogenados, y aditivos utilizados para imitar o potenciar cualidades sensoriales. Los alimentos ultraprocesados tienden a ser alimentos relativamente bajos en fibra alimentaria, proteínas, micronutrientes y otros compuestos bioactivos. Normalmente, presentan cargas glucémicas elevadas y un bajo índice de saciedad. Las características comunes de estos alimentos son la intensificación del sabor, un envasado agradable y atractivo, un marketing multimedia y agresivo dirigido a niños y adolescentes, declaraciones de propiedades saludables, elevada rentabilidad, una imagen de marca y propiedad de empresas transnacionales. Entre los ingredientes incluidos en los alimentos ultraprocesados se destacan los azúcares libres o adicionados, que son aquellos azúcares y jarabes que se agregan a los alimentos durante su procesamiento o preparación. “Este tipo de azúcares son el azúcar blanco, el azúcar moreno, el jarabe de maíz, los sólidos de jarabe de maíz, el jarabe de maíz de alta fructosa (JMAF), el jarabe de malta, el jarabe de arce, el jarabe de panqueque, el edulcorante de fructosa, la fructosa líquida, la miel, la melaza, la dextrosa anhidra y la dextrosa cristalina”. En la actualidad, la fructosa es un componente importante de la dieta a través de la mayor ingesta de sacarosa y del JMAF que se agrega a productos industrializados por presentar un bajo costo y un alto poder edulcorante. La fructosa (en forma de azúcares libres) puede afectar a la salud produciendo efectos metabólico desfavorables, tales como, un aumento del contenido de grasa intrahepática, menor sensibilidad a la insulina, dislipemia y cambios en la adiposidad (10,11,12).

“Mejores elecciones más salud”

La OMS desde el año 2003 recomienda reducir el consumo de azúcares libres a lo largo del ciclo de la vida. “Tanto para adultos como para niños, el consumo de azúcares libres se debería reducir a menos del 10% de la ingesta calórica total, sin embargo, una reducción por debajo del 5% de la ingesta calórica total produciría beneficios adicionales para la salud”. Cabe destacar que el Código Alimentario Argentino no obliga a diferenciar en el rótulo los azúcares agregados de los intrínsecos del alimento (los que tienen naturalmente) (2).

Lo expuesto pone de relieve la importancia de mejorar la calidad nutricional de las colaciones que los niños llevan al jardín de infantes del instituto Juana Micono de Giardino. Es fundamental llevar adelante una intervención que haga énfasis en la composición nutricional de las colaciones. Por lo tanto, poner en marcha el proyecto *“Mejores elecciones más salud”* es una herramienta oportuna para contribuir, desde el ámbito preescolar, a formar hábitos saludables y lograr un adecuado estado nutricional (prevenir el sobrepeso, la obesidad y la desnutrición oculta).

Objetivos⁵

Objetivo general

Mejorar la calidad nutricional de las colaciones escolares de los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba en el año 2022.

Objetivos específicos

1. Promover la selección de las colaciones escolares de los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, en el plazo de 10 meses.
2. Fortalecer los conocimientos sobre nutrición y alimentación de los docentes, las familias y los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, en el plazo de 10 meses.

Metas

1. Lograr que, en el plazo de 10 meses, en el 80-90 % de los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, se promueva la selección de las colaciones que llevan al jardín.
2. Lograr que, en el plazo de 10 meses, el 80 - 90 % de los docentes, las familias y los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, fortalezcan los conocimientos sobre nutrición y alimentación.

Localización física

Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino. Localidad de Villa Giardino, Córdoba.

Beneficiarios

Beneficiarios directos: Alumnos del Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad Villa Giardino, Córdoba.

Beneficiarios indirectos: Comunidad educativa y familias de los alumnos del jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad Villa Giardino, Córdoba.

⁵ Para la definición de los objetivos y las estrategias se tuvo en cuenta el diagrama de causalidad del problema priorizado (Anexo 2: Diagrama de causalidad)

Estrategias

Las estrategias a implementar para el logro de los objetivos planteados son de carácter preventivo. Para valorar la factibilidad de llevar adelante las estrategias planteadas y determinar su viabilidad para alcanzar los objetivos planteados se realizó un análisis de correlación de fuerzas de cada una de las estrategias⁶.

Objetivo

1. Promover la selección de las colaciones escolares de los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, en el plazo de 10 meses.

Estrategia

Implementación cronogramas de colaciones pautadas, ofreciendo opciones alternativas para que sea más flexible.

Objetivo

2. Fortalecer los conocimientos sobre nutrición y alimentación de los docentes, las familias y los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, en el plazo de 10 meses.

Estrategia

Implementación de talleres participativos de EAN y de cocina para los docentes y las familias de los alumnos.

⁶ Anexo 3. Análisis de correlación de fuerzas.

Plan de acción

Objetivo general: *Mejorar la calidad nutricional de las colaciones escolares de los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba en el año 2022.*

Objetivos específicos	Metas	Estrategias	Actividades ⁷	Tareas
Promover la selección de las colaciones escolares de los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, en el plazo de 10 meses.	Lograr que, en el plazo de 10 meses, en el 80-90 % de los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, se promueva la selección de las colaciones que llevan al jardín.	Implementación cronogramas de colaciones pautadas, ofreciendo opciones alternativas para que sea más flexible.	Planificar cronograma de colaciones.	Realizar una lista de posibles opciones de colaciones. Seleccionar las colaciones a incluir en cada día de la semana y sus posibles variantes.
			Reunión con docentes y padres para explicar la implementación de la nueva modalidad de colaciones.	Establecer junto con los docentes día, horario y modalidad (presencial o virtual) de la reunión. Informar/invitar a padres mediante comunicación virtual, día, horario, modalidad (presencial o virtual) y motivo de la reunión.
Fortalecer los conocimientos sobre nutrición y alimentación de los docentes, las familias y los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino,	Lograr que, en el plazo de 10 meses, el 80 - 90 % de los docentes, las familias y los niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba, fortalezcan los	Implementación de talleres participativos de EAN y cocina para los docentes y las familias de los alumnos.	Planificar la temática de cada taller previo diagnóstico sobre conocimientos de padres y docentes.	Realizar un diagnóstico para valorar los conocimientos sobre alimentación y nutrición que tienen docentes y padres. Seleccionar alternativas temáticas para abordar en cada taller.
			Talleres teórico-prácticos con docentes.	Coordinar con los docentes días, horarios y modalidad de cada taller (virtual o presencial). En caso de que los talleres se decidan realizar de manera presencial, se

⁷ Anexo 5. Manual de normas y procedimientos: se detalla qué se hará en cada actividad, cómo se hará, quién lo hará, cuándo.

“Mejores elecciones más salud”

Córdoba, en el plazo de 10 meses.	conocimientos sobre nutrición y alimentación.			<p>coordinará con los docentes el espacio físico para los encuentros.</p> <p>Organizar herramientas necesarias para llevar a cabo cada taller, de acuerdo a la modalidad posible o elegida, de acuerdo al contexto de pandemia. Herramientas: computadora, proyector, mesas y sillas, etc.; y material audiovisual, fotocopias.</p>
				<p>Talleres teórico-prácticos con padres.</p> <p>Seleccionar el espacio físico para los talleres presenciales, teniendo en cuenta el contexto de pandemia y los respectivos protocolos vigentes.</p> <p>Coordinar con directivos y docentes días y horarios. Elegir la temática a abordar en cada encuentro.</p> <p>Organizar herramientas necesarias para llevar a cabo cada taller, de acuerdo a la modalidad posible o elegida, de acuerdo al contexto de pandemia. Herramientas: computadora, proyector, mesas y sillas, etc.; y material audiovisual, fotocopias.</p> <p>Enviar invitaciones en formato virtual. Adjuntar material audiovisual o de lectura previo al encuentro sobre el tema a trabajar en el taller.</p>
				<p>Talleres de cocina con padres, docentes y alumnos.</p> <p>Coordinar con directivos y docentes días y horarios.</p> <p>Seleccionar recetas y variantes a realizar en cada taller.</p>

“Mejores elecciones más salud”

				Enviar a los padres las invitaciones en formato virtual, y lo que se necesita para el desarrollo de cada taller.
			Dramatización de cuento y feria de exposición como cierre del proyecto, destinado a la comunidad educativa y alumnos de todos los niveles del Instituto Juana Micono de Giardino.	Escribir cuento, seleccionar vestuario y personajes. Seleccionar fecha, espacio y horario. Organizar feria de exposición de docentes, padres y alumnos. Seleccionar material ilustrativo de la implementación del proyecto. Seleccionar recetas a presentar. Preparar la forma de presentación de cada receta que estará a cargo de papás y alumnos.

Cronograma de actividades

Actividades/ Meses - semanas	Mes 1				Mes 2				Mes 3				Mes 4				Mes 5				Mes 6				Mes 7				Mes 8				Mes 9				Mes 10				Mes 11				Mes 12			
	Diagnóstico de situación	x	x																																													
Elaboración del proyecto			x	x	x	x																																										
Planificar cronograma de colaciones								x				x				x				x				x				x				x				x				x								
Reunión con docentes y padres para explicar la implementación de la nueva modalidad de colaciones												x																																				
Planificar la temática de cada taller												x				x																																
Talleres teórico-prácticos con docentes																x				x				x				x																				
Talleres teórico-prácticos con padres																				x				x				x																				
Talleres de cocina con padres,																								x				x				x				x				x								

Recursos

Estrategias

- Implementación de un cronograma de colaciones pautadas, ofreciendo opciones alternativas para que sea más flexible.
- Implementación de talleres participativos de EAN y cocina para los docentes y las familias de los alumnos.

Recursos materiales, espacio físico y equipos

Recursos existentes	Recursos no existentes
Aulas del colegio Mesas y sillas Salón de usos múltiples Proyector	Cocina, horno, utensilios de cocina Ingredientes para las preparaciones de los talleres Hojas Tóner para impresora

Recursos humanos

Recursos existentes	Recursos no existentes
Lic. en nutrición Docentes de salas de 4 y 5 años Directora y vicedirectora del jardín de infantes	_____

Presupuesto

Cálculo de costos

Recursos Materiales				Recursos Humanos			
Cantidad	Detalle	Costo unitario	Costo total	Cantidad	Detalle Categorías de personal	Aportes institucionales	Costo total
	Equipamientos, instrumentos, mobiliario, etc.			1	Lic. en nutrición (\$1200/h) ⁴	38.400	38.400
	Utensilios de cocina ¹						
	Insumos²						
1	Tóner alternativo impresora laser	1.500	1.500				
2	Resma de hojas A4 75 gr	600	1.200				
20	Ingredientes³	250	5.000				

¹Al realizarse los talleres de cocina en forma virtual, los utensilios y demás elementos necesarios (cocina, horno, ingredientes) serán aportados por cada familia que participe en el taller, ya que lo realizará desde su hogar.

²El costo está calculado en base al precio de los insumos al mes de agosto de 2021, serán actualizados de acuerdo a los precios vigentes al momento de implementar el proyecto.

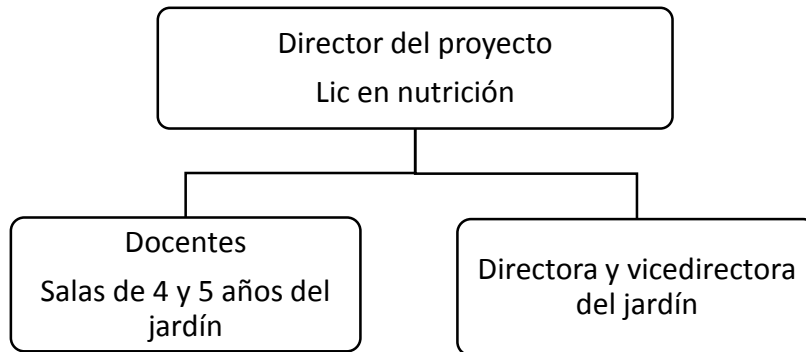
³Para la preparación de cada taller de la Lic. en nutrición. Para las preparaciones que se realicen para la feria. Los costos estimados son en base a los precios vigentes al mes de agosto de 2021, serán actualizados de acuerdo a los precios vigentes al momento de la implementación del proyecto.

⁴Calculado en base a honorarios junio de 2021 del Colegio de nutricionistas de la provincia de Córdoba. Actividad educativa dirigida a colegios: 5 ALENCOR por hora. (1 ALENCOR = \$240). Se calcularon un total de 32 horas.

Recursos Humanos	\$ 38.400
Recursos Materiales	\$7.700
-Librería	\$ 2.700
-Ingredientes	\$ 5.000
Total	\$ 46.100
% Imprevistos (7%)	\$ 3.227
Costo total del proyecto	\$ 49.327

$$\text{Indicador costo/beneficio} = \frac{\text{Costo total calculado}}{\text{total de niños}} = \frac{\$ 49.327}{63} \Rightarrow \$ 783$$

Organigrama ⁸



⁸ Anexo 4. Manual de jerarquías y funciones.

Supervisión

La supervisión estará a cargo del Lic. en nutrición, los aspectos a supervisar serán:

- Confección, entrega mensual pautada e implementación del cronograma de colaciones.
- Los talleres teórico-prácticos para docentes y padres se cumplen de acuerdo a lo planificado, hay interés por parte de los participantes.
- La modalidad de talleres virtuales tiene aceptación y adhesión.
- La conexión a internet durante los talleres, es buena, de forma que permite el desarrollo adecuado de los mismos.
- Los talleres de cocina en modalidad virtual son llevados adelante de la manera en que se planificaron.
- Todos los participantes tienen el vestuario que necesitan para llevar adelante la dramatización.
- Controlar que el presupuesto calculado alcance para el desarrollo del proyecto, que alcancen las hojas y el tóner para finalizar el mismo.
- Observar si las norma y procedimientos de cada actividad se están cumplimentando de acuerdo a lo establecido.
- Cumplimiento del cronograma de acuerdo a lo pautado.
- Realizar los ajustes necesarios en cada una de las actividades.

Monitoreo⁹

Las actividades a monitorear incluyen:

- La asistencia a la reunión explicativa.
- Registro diario de colaciones.
- La asistencia a los talleres teórico-prácticos.
- La asistencia a los talleres de cocina.
- La asistencia a la dramatización y feria de exposiciones.

⁹ El monitoreo se realizará con formularios o planillas de monitoreo adjuntas en anexo 6.

Evaluación del proyecto

Indicadores de proceso

$\frac{\text{Cantidad de opciones de colaciones realizadas}}{\text{Total de opciones planificadas}} \times 100 =$

$\frac{\text{Nro. de personas que participaron de la reunión explicativa de la nueva modalidad de las colaciones}}{\text{Total de personas invitadas de la reunión explicativa de la nueva modalidad de las colaciones}} \times 100 =$

$\frac{\text{Cantidad de temáticas para los talleres teórico-práctico realizadas}}{\text{Total de temáticas para los talleres teórico-práctico planificados}} \times 100 =$

$\frac{\text{Nro. de talleres teórico prácticos realizados con docentes}}{\text{Total de talleres teórico prácticos planificados para docentes}} \times 100 =$

$\frac{\text{Nro. de talleres teórico prácticos realizados con padres}}{\text{Total de talleres teórico prácticos planificados para padres}} \times 100 =$

$\frac{\text{Nro. de talleres de cocina realizados}}{\text{Total de talleres de cocina planificados}} \times 100 =$

$\frac{\text{Nro. de personas que asistieron a la dramatización de cuento y la feria de exposición}}{\text{Total de personas invitadas a la dramatización de cuento y la feria de exposición}} \times 100 =$

Indicadores de resultados

- Nro. de colaciones escolares con adecuada calidad nutricional.
- % de niños que llevan colaciones escolares de acuerdo a lo planificado en cada cronograma.
- % de familias que participaron en los talleres teórico-práctico.
- % de familias que participaron en los talleres de cocina.
- Nro. de docentes que participaron en los talleres teórico-prácticos.
- Nro. de personas que participaron en los talleres de cocina.

Indicador de impacto

Nro. de niños con colaciones escolares con adecuada calidad nutricional que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba en el año 2022.

$\frac{\text{Nro. de niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba en el año 2022.}}{\text{Total de niños que asisten al Jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino de la localidad de Villa Giardino, Córdoba en el año 2022.}} \times 100 =$

Referencias bibliográficas

- (1) Ministerio del Interior, Obras Públicas y Vivienda. Presidencia de la nación. Secretaria de Planificación Territorial de la Inversión Pública. Plan estratégico territorial Villa Giardino, provincia Córdoba. [consultado en abril de 2021] Disponible en: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/plan_estragico_territorial_villa_giardino.pdf
- (2) Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina, Buenos Aires 2020. [consultado en Junio de 2021] Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina.pdf>
- (3) Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Estado mundial de la infancia 2019 niños, alimentos y nutrición crecer bien en un mundo en transformación. Resumen ejecutivo. Octubre de 2019. [consultado en Junio de 2021] Disponible en: <https://www.unicef.org/media/61091/file/Estado-mundial-infancia-2019-resumen-ejecutivo.pdf>
- (4) Ministerio de Salud de la Nación. 2da Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS2), 2019. [consultado en Julio de 2021] Disponible en: <https://fagran.org.ar/wp-content/uploads/2020/01/Encuesta-nacional-de-nutricion-y-salud.pdf>
- (5) Lamarque M, Orden AB. Prevención de la obesidad infantil: aportes desde las ciencias sociales para la intervención. *Arch Argent Pediatr* 2017;115(2):169-174.
- (6) Promover la salud en la escuela. ¿Cómo construir una escuela promotora de salud? Número de documento: OPS/ARG/18-031. Organización Panamericana de la Salud, 2018. [consultado en Julio de 2021] Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49146/OPSARG18031-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- (7) Piaggio L, Solans A. Dimensión sociocultural de la alimentación. En: Setton D, Fernández A. Nutrición en Pediatría: bases para la práctica clínica en niños sanos y enfermos – 2ª ed. – Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana, 2021. p. 63-72.
- (8) De Grandis ES. Alimentación del niño preescolar. En: Setton D, Fernández A. Nutrición en Pediatría: bases para la práctica clínica en niños sanos y enfermos – 2ª ed. – Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana, 2021. p. 151-156.
- (9) Carvallo P, Carvallo E, Barbosa-da-Silva S, Mandarim-de-Lacerda CA, Hernández A y Del Sol M. Efectos metabólicos del consumo excesivo de fructosa añadida. *Int. J. Morphol.* 2019;37(3):1058-1066. Doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022019000301058>.
- (10) Organización Panamericana de la Salud. *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones*. Washington, D.C.: OPS; 2019. [consultado en Julio de 2021] Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51523>
- (11) Cabezas-Zabala CC, Hernández-Torres BC, Vargas-Zárate M. Azúcares adicionados a los alimentos: efectos en la salud y regulación mundial. Revisión de la literatura. *Rev. Fac. Med.* 2016;64(2):319-29. Spanish. Doi: <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v64n2.52143>.
- (12) Ministerio de Salud de la Nación. Manual para la aplicación de las guías alimentarias para la población argentina. ¿Cómo, por qué y para qué comer saludable? Propuestas y estrategias educativas para lograrlo. [consultado en Julio de 2021] Disponible en: https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina_manual-de-aplicacion_0.pdf

ANEXOS

Anexo 1

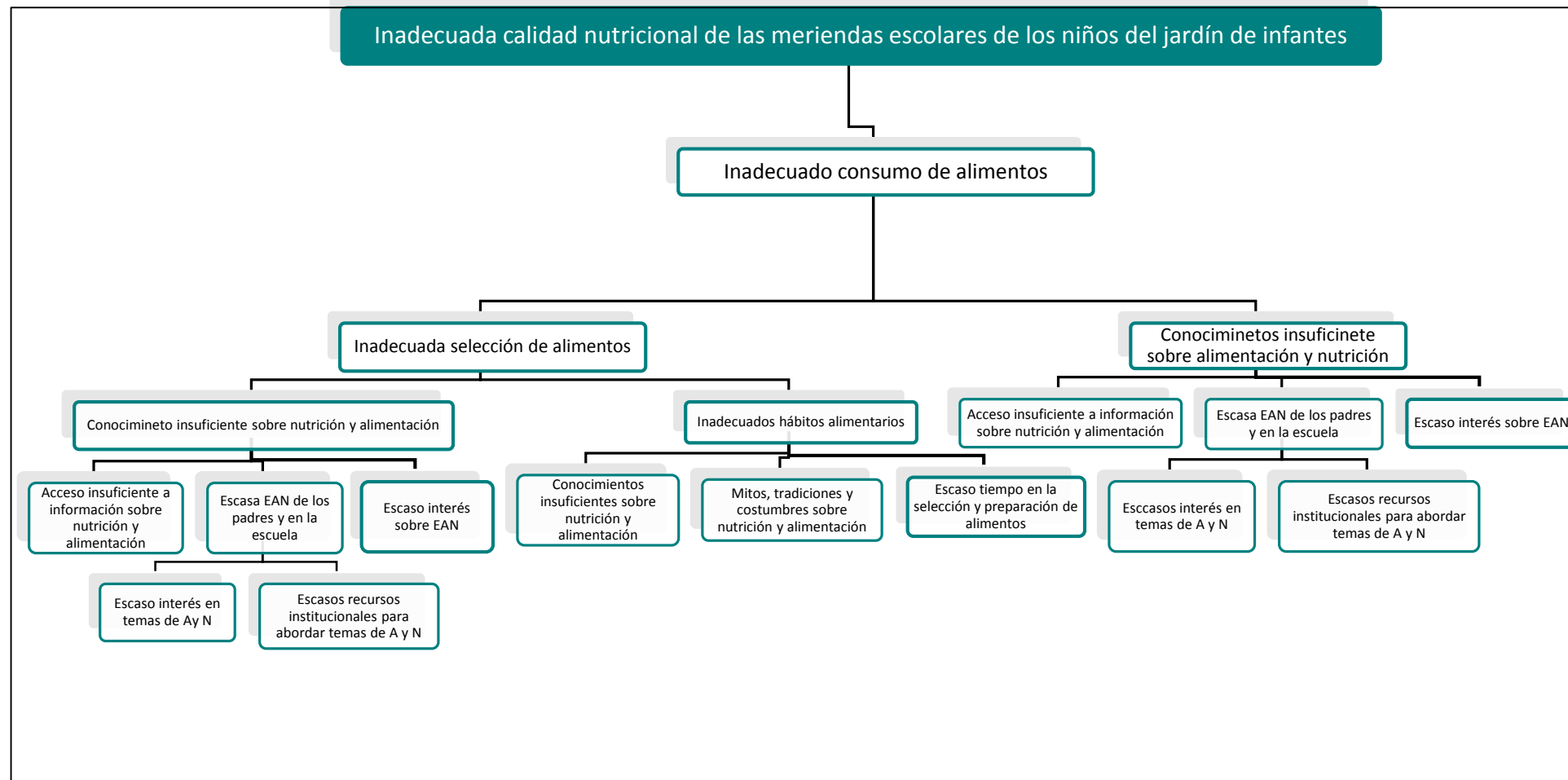
Priorización de problemas

	MAGNITUD ¿Cuántos miembros son afectados por el problema?	GRAVEDAD ¿Cuánto daño ocasiona?	CAPACIDAD ¿Qué posibilidades de solución tenemos?	BENEFICIO ¿Cuánto nos beneficia su solución?	
CRITERIOS	Tiene que ver con la cantidad de personas afectadas por el problema	Registra la intensidad del daño que ocasiona el problema	Capacidad de intervención. Indica la posibilidad de dar solución al problema	Indica el nivel de provecho o utilidad que aporta la solución del problema	SUMA
Inadecuada calidad nutricional de las colaciones en el nivel inicial	5	5	4	5	19
Kiosco escolar tradicional	3	4	0	5	12

Referencia: en una escala del 0 al 5, 0 corresponde al menor puntaje y 5 al mayor.

Anexo 2

Diagrama de causalidad



Anexo 3

Análisis de correlación de fuerzas

A continuación, se analizan la correlación de fuerzas de cada una de las estrategias para valorar la factibilidad de llevarlas adelante y así determinar su viabilidad para alcanzar los objetivos planteados.

<i>Estrategia: Implementación de un cronograma de colaciones pautadas, ofreciendo opciones alternativas para que sea más flexible.</i>	
Fuerzas favorables	Fuerzas desfavorables
<ul style="list-style-type: none">- Apoyo de la institución educativa.- Cada niño lleva la colación desde su casa.- La bebida/infusión es aportada por la institución educativa.	<ul style="list-style-type: none">- Resistencia de los padres a tener colaciones pautadas.- La infusión/bebida aportada por la institución es jugo o té con azúcar.

Al analizar la correlación de fuerzas para la estrategia “*Implementación de un cronograma de colaciones pautadas, ofreciendo opciones alternativas para que sea más flexible*” se pueden neutralizar las fuerzas desfavorables mediante la reunión informativa con padres y docentes para explicar el proyecto y la implementación de las colaciones pautadas.

<i>Estrategia: Implementación de talleres participativos de EAN y de cocina para los docentes y las familias de los alumnos.</i>	
Fuerzas favorables	Fuerzas desfavorables
<ul style="list-style-type: none">- Espacio físico.- Interés y compromiso de la institución educativa en temas de salud.	<ul style="list-style-type: none">- Desinterés de los padres por participar en los talleres.- Falta de cocina, horno y utensilios de cocina para el desarrollo de los talleres.- Falta de ingredientes para cada preparación.

Al analizar la correlación de fuerzas para la estrategia “*Implementación de talleres participativos de EAN y de cocina para los docentes y las familias de los alumnos*” se pueden neutralizar las fuerzas desfavorables a medida que avance la implementación del proyecto a través de los talleres teórico-prácticos de EAN y de cocina para que se vaya entendiendo el porqué de la importancia de la implementación de la modalidad de las colaciones pautadas. Si el contexto de pandemia lo permite los talleres teórico-prácticos o alguno/s de los mismos se desarrollarán de manera presencial. Todos los talleres de cocina se harán de manera virtual con lo cual se neutralizará la falta de elementos (cocina, horno, utensilios e ingredientes) que obstaculizarían el desarrollo de los mismos.

Se concluye que las estrategias son viables de implementar ya que se pueden neutralizar las fuerzas desfavorables que podrían obstaculizar la implementación y/o desarrollo del proyecto.

Anexo 4

Manual de jerarquías y funciones

JERARQUÍA	FUNCIÓN
Director del proyecto Lic. en nutrición	<ul style="list-style-type: none">- Diseño, ejecución y evaluación del proyecto.- Supervisión y monitoreo del proyecto.- Coordinación con otros proyectos y programas presentes en la institución.- Organización y distribución de los recursos materiales y humanos.- Toma de decisiones.- Organización de feria de exposiciones.- Armado del cronograma de colaciones.- Selección de temas para abordar en cada taller.- Planificación y ejecución de los talleres.
Docentes Salas de 4 y 5 años del jardín	<ul style="list-style-type: none">- Escribir cuento para dramatización.- Distribución de personajes.- Ensayos.- Planificación de vestuario y escenografía.- Organización y desarrollo de la feria de exposiciones.
Directora y vicedirectora del jardín	<ul style="list-style-type: none">- Organización y desarrollo de la feria de exposiciones y de la dramatización.

Anexo 5

Manual de normas y procedimientos

ACTIVIDAD	NORMA	PROCEDIMIENTO
Planificar cronograma de colaciones	Se deberá realizar un cronograma mensual de colaciones	El cronograma de colaciones se realizará al final de cada mes para el mes siguiente, evaluando el cronograma anterior, teniendo en cuenta la estación del año, las dificultades comunicadas por las docentes y las familias, además de ir sumando lo que surja en los talleres teórico-prácticos y de cocina. El/la Lic. en Nutrición, será el encargado/a de confeccionarlo.
Reunión con docentes y padres para explicar la implementación de la nueva modalidad de colaciones	Se deberá realizar una reunión informativa	Se convocará a una reunión informativa a través de un medio virtual (WhatsApp o email), la misma se hará de forma virtual o presencial, dependiendo del contexto de pandemia. Se llevará a cabo a comienzos del año lectivo, con una duración estimada de 1 hora. En la misma se definirá el primer cronograma de colaciones. El encargado/a de convocarla y realizarla será el/la Lic. en Nutrición.
Monitoreo y supervisión	Se deberá monitorear y supervisar cada actividad	Se realizará un registro diario del tipo de colaciones que lleva cada niño. Del mismo estará encargada la docente de cada sala, el registro se hará mediante planilla confeccionadas por el Lic. en nutrición. El monitoreo de la reunión la el Lic. en nutrición durante el transcurso de la misma, mediante una planilla de asistencia. El Lic. en nutrición será el encargado de supervisar cada una de las actividades.
Planificar la temática de cada taller	Se deberá seleccionar el tema a tratar en cada taller y la forma en que se abordarán los mismos	Mediante un diagnóstico sobre los conocimientos previos en nutrición y alimentación de docentes y padres; y de sus intereses en el tema, se seleccionarán los temas a abordar. Lo llevará a cabo el/la Lic. en nutrición en un período de 2 semanas (primeras 2 semanas de implementación del proyecto).
Talleres teórico-prácticos con docentes	Se deberán realizar talleres participativos	Se convocará a los talleres enviando una invitación virtual, y con ella un pequeño material audio-visual o teórico referido al tema a tratar. Los mismos se realizarán de manera presencial o virtual, de acuerdo al contexto de pandemia, y tendrán una duración aproximada de 1 a 1 ½ hora. Se desarrollarán mediante una presentación teórica con material audiovisual de apoyo y actividades participativas (en papel u orales de acuerdo al formato del taller), con la idea de que los docentes puedan trasladar a los alumnos parte de los contenidos trabajados en cada taller. Se planificarán 4 talleres, los mismos serán llevados a cabo por el/la Lic. en nutrición, una vez por mes.
Talleres teórico-prácticos con padres	Se deberán realizar talleres participativos	Se convocará a los talleres enviando una invitación virtual, y con ella un pequeño material audio-visual o teórico referido al tema a tratar. Los mismos se realizarán de manera presencial o virtual, de acuerdo al contexto de pandemia, y tendrán una duración aproximada de 1 a 1 ½ hora. Se

“Mejores elecciones más salud”

		desarrollarán mediante una presentación teórica con material audiovisual de apoyo y actividades participativas (en papel u orales de acuerdo al formato del taller). En los mismos se irá trabajando el cronograma de merienda en simultaneo con los contenidos a desarrollar en cada taller. Contarán con la presencia de un miembro de la institución (directora, vicedirectora o alguna de las docentes). Se planificarán 4 talleres, los mismos serán llevados a cabo por el/la Lic. en nutrición, una vez por mes.
Talleres de cocina con padres, docentes y alumnos	Se deberán realizar talleres de cocina participativos	Se llevarán adelante 7 talleres, los mismos se realizarán cada 15 días y estarán a cargo de la Lic. en nutrición, tendrán una duración de 1 hora cada uno. Se desarrollarán de manera virtual. La convocatoria a los mismos se hará mediante invitación virtual, en la cual se informará lo que se necesita para su desarrollo. En el primer taller se seleccionarán, de manera participativa, las recetas a trabajar en los siguientes talleres.
Dramatización de cuento y feria de exposición como cierre del proyecto, destinado a la comunidad educativa y alumnos de todos los niveles del Instituto Juana Micono de Giardino	Se deberá realizar la dramatización de un cuento y una feria de exposiciones	El cuento será escrito por las docentes, el tema se elegirá de acuerdo a lo trabajado en los distintos talleres de padres y docentes. Los niños de las salas de 4 y 5 años serán los actores. Los ensayos, la distribución de los personajes y del vestuario estará a cargo de las docentes. En la exposición se mostrará lo trabajado en los talleres de cocina, la organización de la misma será compartida entre las docentes y el Lic. en nutrición. La duración de la preparación de esta actividad se llevará adelante el último mes del desarrollo del proyecto. Dramatización y exposición se realizarán el último mes del proyecto, el mismo día.
Monitoreo y supervisión de cada actividad	Se deberá monitorear y supervisar que cada actividad se lleve adelante de acuerdo a lo planificado	El monitoreo se realizará por medio de formularios adecuados a la particularidad de cada actividad. La llevará adelante el director del proyecto con una frecuencia quincenal o mensual de acuerdo a cada actividad. El Lic. en nutrición será el encargado de supervisar cada una de las actividades.

Anexo 6

Formularios o planillas de monitoreo

Actividad: Planificar cronograma de colaciones del jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino

Registro diario de colaciones

LUNES <i>Descripción de las colaciones</i>	MARTES <i>Descripción de las colaciones</i>	MIÉRCOLES <i>Descripción de las colaciones</i>	JUEVES <i>Descripción de las colaciones</i>	VIERNES <i>Descripción de las colaciones</i>

Actividad: Reunión con docentes y padres para explicar la implementación de la nueva modalidad de colaciones del jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino

Planilla de asistencia

Nombre y Apellido del padre/madre	Nro. de documento	Nombre del niño	Sala	Firma

Actividad: Talleres teórico-prácticos con docentes del jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino

Planilla de asistencia de docentes. Tema:

Nombre y apellido del docente	Nro. de documento	Sala	Firma	Comentario/aporte sobre el taller

Actividad: Talleres teórico-prácticos con padres del jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino

Planilla de asistencia de padres. Tema:

Nombre y apellido del padre/madre	Nro. de documento	Nombre del niño	Sala	Firma	Comentario/aporte sobre el taller

“Mejores elecciones más salud”

Actividad: Talleres de cocina con padres, docentes y alumnos del jardín de infantes del Instituto Juana Micono de Giardino

Planilla de asistencia de padres. Tema:

Nombre y apellido del padre/madre	Nro. de documento	Nombre del niño	Sala	Firma	Comentario/aport e sobre el taller

Planilla de asistencia de docentes. Tema:

Nombre y apellido del docente	Nro. de documento	Sala	Firma	Comentario/aporte sobre el taller

Actividad: Dramatización de cuento y feria de exposición como cierre del proyecto, destinado a la comunidad educativa y alumnos de todos los niveles del Instituto Juana Micono de Giardino

Registro de asistencia

Nombre y apellido	Nro. de documento	Alumno	Docente	Personal del colegio no docente	Impresión del 1 al 5*		Comentario /aporte personal
					Exposición	Dramatización	
TOTAL							

*Donde 5 es el máximo y 1 el mínimo

Anexo 7

Posibles temas a desarrollar en los talleres teórico-prácticos, los mismos surgirán de un diagnóstico con docentes y padres¹⁰

- Alimentación saludable – Gráfica de la alimentación diaria (GAPAS).
- La construcción del gusto, el aprendizaje de la alimentación en la infancia, una contribución desde la escuela.
- Importancias de la correcta hidratación en la infancia/ bebidas azucaradas (demostración gráfica de la cantidad de azúcar que aportan, sin brindar nutrientes, sólo calorías vacías).
- Alimentos ultraprocesados/ aprendemos a leer etiquetas.
- ¿Cómo podemos mejorar la alimentación en la escuela?
- Calidad nutricional de las colaciones.
- Salud vs. Alimentación.
- La importancia de incluir frutas y verduras en las colaciones.
- Hablemos de posibilidades de cocinar/adaptación de recetas.

¹⁰ Ver manual de normas y procedimientos.

Anexo 8

Glosario ¹¹

Alimentación: proceso mediante el cual los seres vivos consumen diferentes tipos de alimentos con el objetivo de recibir los nutrientes necesarios para sobrevivir.

Alimento: sustancia o mezcla de sustancias, sólidas o líquidas, naturales o elaboradas, que ingeridas por el hombre aportan al organismo los materiales y energía necesaria para los procesos biológicos.

Alimento de alta densidad energética: es aquel alimento cuya densidad calórica es entre 4 - 9 Kcal/g.

Alimento de alta densidad nutricional: es aquel que provee una cantidad significativa de vitaminas y minerales con pocas calorías por porción.

Alimento de baja densidad nutricional: es aquel que aporta muchas calorías y baja cantidad de micronutrientes.

Alimento fuente de calorías dispensables: azúcares, bebidas azucaradas, dulces, caramelos, panificados entre los que se encuentran facturas, galletitas dulces y saladas, alfajores, pastas rellenas, lácteos enteros y cortes de carne con un elevado contenido graso (incluyendo fiambres), entre otros.

Alimento procesado: es todo alimento que como consecuencia de la manipulación casera o industrial cambia sus características físicas, composición química y caracteres fisicoquímicos y se convierte en un producto apto para el almacenamiento, procedimientos culinarios o el consumo inmediato.

Azúcares libres: incluyen los monosacáridos y los disacáridos, así como los azúcares presentes de forma natural en la miel, los jarabes, los jugos de fruta y los concentrados de jugo de fruta. Los azúcares libres se diferencian de los azúcares intrínsecos que son aquellos que se encuentran en las frutas y las verduras enteras frescas. Como no hay pruebas de que el consumo de azúcares intrínsecos tenga efectos adversos para la salud, las recomendaciones de la directriz no se aplican al consumo de los azúcares intrínsecos presentes en las frutas y las verduras enteras frescas.

Azúcar refinado: son hidratos de carbono simples que suministran calorías, pero carecen de vitaminas, minerales y fibra. A menudo llamado “caloría vacía”. Pueden encontrarse agregados a los alimentos o sola (sacarosa).

Bebida azucarada: es aquella que está endulzada por agregado de sacarosa, glucosa o jarabe de maíz alto en fructosa.

¹¹ Extraído de las Guías alimentarias para la población argentina.

Densidad calórica: es la cantidad de calorías que aporta un alimento o preparación dependiendo de su volumen. Resulta de dividir las calorías del mismo por su peso en gramos.

Dieta: es la cantidad de alimento que se le proporciona a un organismo en un período de 24 horas, es decir, el conjunto de nutrientes que se absorben luego del consumo habitual de alimentos.

Estado nutricional: es el estado de un individuo que refleja el grado en que se cubren sus necesidades de nutrientes.

Hábitos alimentarios: se denomina a las conductas adquiridas, a lo largo de la vida, ejecutados de manera automática, que influyen en nuestra alimentación. Recordemos que la repetición de acciones constituye un hábito.

Inadecuación nutricional: alimentación de calidad pobre, marcadamente monótona y de baja densidad de nutrientes.

Malnutrición: estado patológico producido por la deficiencia, el exceso o la mala asimilación de los alimentos. Puede ser causada por una ingestión alimentaria inadecuada, desequilibrada o excesiva de macronutrientes y/o micronutrientes, por lo tanto incluye a la desnutrición, la sobrealimentación y las deficiencias de micronutrientes.

Nutrición: proceso por el cual se ingieren alimentos en relación a las necesidades dietéticas del organismo. Es el aprovechamiento de los nutrientes que ayudan a mantener el equilibrio de nuestro cuerpo y funciones vitales.

Nutrientes: sustancias integrantes normales de nuestro organismo y de los alimentos, cuya ausencia o disminución por debajo del límite mínimo producen, al cabo de un tiempo, una enfermedad por carencia.

Sal: denominación que se le da al cloruro de sodio o sódico cuya fórmula química es ClNa , conocida popularmente como sal de mesa.

Sedentarismo: es la carencia o bajo nivel de actividad física. El mismo es perjudicial para la salud del individuo y factor de riesgo para la aparición de enfermedades crónicas.

Snacks-Productos de Copetín: alimento no esencial, que no integra ninguna de las comidas principales del día (desayuno, almuerzo, merienda, o cena). Pequeña cantidad de comida que se consume entre una comida principal y otra.

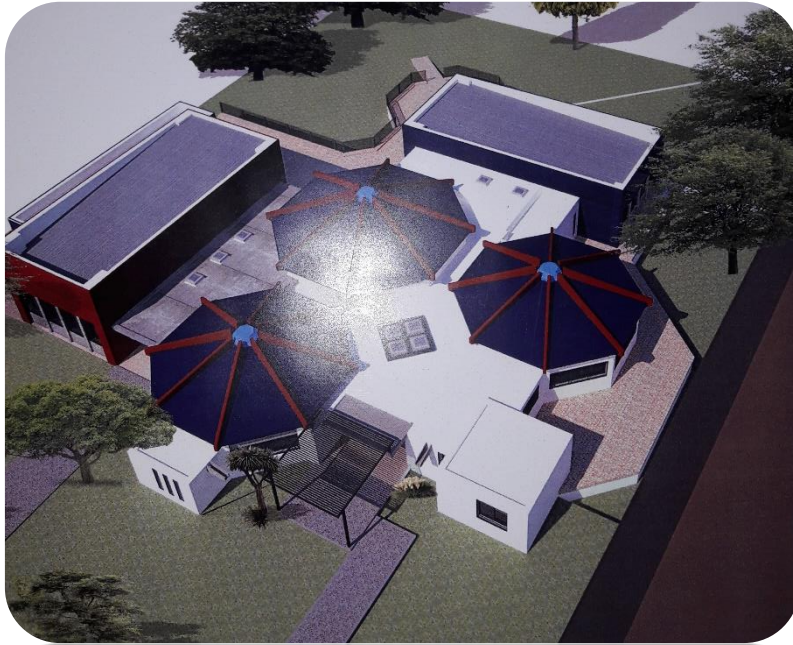
Sodio: mineral que participa en el equilibrio de líquidos en el cuerpo, regula la presión arterial, interviene en la actividad del sistema nervioso, la contracción y relajación muscular (incluido el corazón), y la asimilación de los hidratos de carbono y las proteínas.

Anexo 9

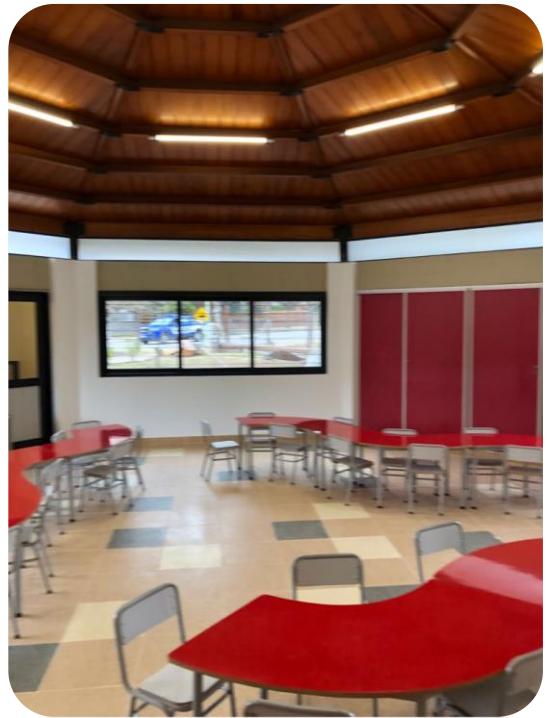
Imágenes

Jardín de infantes del “Instituto Juana Micono de Giardino” de la localidad de Villa Giardino, Córdoba

Exterior



Interior



“Mejores elecciones más salud”

