

Carrera: Especialización en Nutrición Pediátrica

TRABAJO INTEGRADOR FINAL

TÍTULO:

DES-AYUN-ARTE

Des-AYUN-arte 

Alumna: Lic. Luz Estefania Dominguez

Tutora: Dra. María Dolores Román

ÍNDICE

DIAGNÓSTICO DE SITUACIÓN	2
Aspectos sociodemográficos e institucionales	2
Aspectos Históricos	2
Aspectos Socioeconómicos	3
Aspectos Alimentarios y Nutricionales	4
NOMBRE DEL PROYECTO	5
DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO	6
FUNDAMENTACIÓN	7
OBJETIVO GENERAL	9
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	9
METAS	9
LOCALIZACIÓN Y COBERTURA	10
BENEFICIARIOS DIRECTOS E INDIRECTOS	10
ESTRATEGIAS	10
PLAN DE ACCIÓN	11
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	18
RECURSOS	19
PRESUPUESTO: RECURSOS NECESARIOS Y CÁLCULO DE COSTOS	20
ORGANIGRAMA	21
MONITOREO Y SUPERVISIÓN	22
INDICADORES DE EVALUACIÓN	23
PROCESO	23
RESULTADO	23
IMPACTO	23
RESULTADOS ESPERADOS	24
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25
ANEXOS	27

DIAGNÓSTICO DE SITUACIÓN

Aspectos sociodemográficos e institucionales

El Barrio Villa Allende Parque es un barrio situado en el extremo noroeste de la ciudad de Córdoba, limitando con la Ciudad de Villa Allende. Los servicios con los que cuenta el barrio son: red eléctrica, alumbrado público, red de agua domiciliaria, recolección de residuos, servicios de cloacas y gas natural.

En cuanto a los lugares de esparcimiento, se encuentra una plaza central llamada Eva Perón.

En cuanto a las instituciones formales del barrio, se encuentran la Escuela Municipal de nivel primario Dr. Raúl Fernandez, el Jardín de Infantes Municipal Travesuras, el Centro de Salud N° 82 “Dr. Humberto Neder”, la Biblioteca Popular Alfonsina Storni y el Centro Vecinal (**VER UBICACIÓN Y FOTOS EN ANEXO 1**).

Según información recabada mediante una entrevista a una referente del lugar, la directora del Jardín Sra. Maria Amelia Riera, las instituciones informales, como comedores y merenderos, se han disuelto debido al contexto de pandemia.

La escuela primaria arriba mencionada, se encuentra ubicada al lado del Jardín, estando ambas comunicadas por el mismo edificio. Existe trabajo articulado entre ambos establecimientos.

El Jardín Municipal Travesuras es la institución elegida para llevar a cabo el Proyecto de Intervención. El mismo, se encuentra ubicado en la calle Muluches s/n entre Cruz Alta y Boro.

El mismo cuenta con personal directivo, la Sra. Directora Maria Amelia Riera, cuerpo docente, auxiliares docentes, trabajadora social, y personal de tareas pasivas y de limpieza. Además, cuenta con salas para niños y niñas de 2, 3 y 4 años, divididos en turno mañana y tarde y subdivididos en 2 burbujas. La sala de 5 años está a cargo de la Escuela Dr. Raúl Fernandez.

En cuanto al espacio físico, cuentan con salas y baños adaptados a la edad de los/as niños/as; patio de juegos; cocina; salas para el uso del cuerpo docente. Hasta el año 2019, los/as niños/as recibían el desayuno, almuerzo y merienda (según turno de asistencia).

Aspectos Históricos

Desde 1964, la Municipalidad de Córdoba implementó políticas especiales dedicadas a la niñez. Ese año se creó la Dirección de Asistencia Social de la Niñez cuya función estaba destinada a la “protección y orientación de la salud física y moral de la población infantil de los sectores o zonas más necesitadas de la ciudad”. Así surgieron las Guarderías Municipales. La primera en crearse fue “Portal de Belén”.

Los objetivos y denominaciones se fueron modificando en consonancia con los cambios de gestión. En los años 70 se creó la “Dirección Integral a la Niñez y a la Familia”, y los efectores pasaron a denominarse “Centros Infantiles”. Con el advenimiento de la Democracia se creó la “Dirección de Desarrollo Humano” que absorbió la anterior Dirección. Surgió con el objetivo de brindar asistencia social a los sectores más desprotegidos de la ciudad. La crisis de los '80 provocó un importante aumento de los sectores excluidos, para lo que se crearon seis Centros Infantiles más. En el año 1998, se implementó el Programa Materno Infantil y Nutrición (PROMIN), por medio del cual se crearon nuevos centros y se refuncionalizaron otros. En el año 2001 se sancionó la Ordenanza 10.324 que regula actualmente el funcionamiento de los Jardines Maternales Municipales (J.M.M.). En el año 2005 se creó la Dirección de Educación de Nivel Inicial, a la cual pertenecen los J.M.M. Los J.M.M. son instituciones educativas que se encuentran bajo la órbita de la administración pública municipal destinadas a la atención de las necesidades bio-psico-sociales fundamentalmente de niños/as en situación de riesgo a partir de los cuarenta y cinco días hasta los 4 años de edad, y que tienden al desarrollo integral de la personalidad. Su objetivo general es *“contribuir al proceso de desarrollo infantil en todas sus dimensiones junto a la familia y a la comunidad en situación de pobreza y/o vulnerabilidad social”*. Se definen tres funciones principales:

Educativas: función educativa no formal, no obligatoria y el aprendizaje sistemático en las áreas del lenguaje, psicomotricidad, conocimiento, afectividad, socialización y expresión creativa. Brindar apoyo integral contribuyendo a redefinir perfiles psicopedagógicos.

Promoción social: Favorecer los procesos de educación permanente orientados a la participación comunitaria, integración de la familia, conformación e integración de la red de servicios, orientación familiar y sensibilización comunitaria, detección y prevención de violencia, pautas de crianza, roles y vínculos parentales y filiales.

Asistenciales: asistencia directa para atender necesidades puntuales y/o eventuales.

Para sintetizar, teniendo en cuenta la importancia de conocer la historia y los objetivos propuestos a través de la construcción de los Jardines, se definen como un espacio institucionalizado que constituye una oportunidad y un derecho para la infancia (1).

Aspectos Socioeconómicos

Con respecto al tipo de familias que residen en el barrio, la Directora Riera comenta que existen variedad en su conformación, siendo la gran mayoría familias del tipo nuclear, ensambladas, y extendidas. Muchas de ellas encabezadas por mujeres solteras.

En cuanto al nivel educacional, la mayoría de las familias cumplimentan el ciclo de primaria. Existe mayor cantidad de personas con el nivel secundario incompleto, siendo en su mayoría varones.

En cuanto al tipo de actividad económica de las familias, la Directora refiere que la mayoría tiene un trabajo informal o formal. Cabe destacar que en la mayoría de los casos, las mujeres madres de las familias, no sólo trabajan fuera de casa sino también, dedican tiempo al trabajo doméstico y de cuidados.

Estas familias acceden a programas sociales tales como Asignación Universal por Hijo, Asignación por Embarazo, Pensión por Discapacidad, Pensión por 7 hijos y Tarjeta Alimentar.

Además, cada familia recibe un módulo alimentario en reemplazo de la copa de leche y almuerzo que recibían antes de la pandemia. Este módulo se compone de azúcar, aceite, yerba, puré de tomate, arroz, fideos, harina 000, leche entera en polvo, picadillo de carne, lata de caballa o merluza en aceite, harina de maiz, paquete de polvo para preparar gelatina, paquete de polvo para preparar flan, arvejas en lata, choclo en lata, jardinera en lata, lentejas, durazno al natural.

Aspectos Alimentarios y Nutricionales

El acceso a los alimentos por parte de la población se realiza a través de comercios como despensas, kioscos, verdulerías, carnicerías, panadería, pollerías y vendedores ambulantes, todos insertos dentro del barrio.

La Directora refiere que las familias son muy responsables con el cuidado de sus hijos e hijas, que asisten a los controles pero que han disminuido por las restricciones ocasionadas por la situación sanitaria de la pandemia por COVID 19. Ella vislumbra problemáticas aisladas de niños y niñas con sobrepeso y obesidad y otros/as con bajo peso.

Además, refiere que las problemáticas que ve con mayor frecuencia son el aumento del número de niños y niñas con disminución del manejo de la oralidad, y la ausencia de desayuno y/o baja calidad del mismo.

De acuerdo a los datos relevados y las preocupaciones manifiestas por la Directora se seleccionaron estos problemas para su análisis, y posterior selección mediante la matriz de selección de problemas **(VER SELECCIÓN DEL PROBLEMA PRIORIZADO EN ANEXO 2 Y 3)** .

PROBLEMA PRIORIZADO

Ausencia y/o baja calidad de desayuno en niños y niñas del turno mañana del Jardín Municipal Travesuras del Barrio Villa Allende Parque.

Las causas que son factibles de abordar en este proyecto son falta de conocimiento por parte de los tutores en relación a la importancia de hacer el desayuno y también el poco conocimiento sobre recetas para aprovechar los alimentos del módulo alimentario.

NOMBRE DEL PROYECTO

Des-AYUN-arte 

DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

El proyecto “Des-AYUN-arte” tiene como finalidad brindar algunas herramientas para que las familias puedan implementar diversas estrategias que contribuyan a mejorar la frecuencia, la realización y la calidad del desayuno de los/as niños/as que asisten al Jardín Municipal Travesuras. Esto se realizará a través de diferentes actividades durante el año 2022.

La importancia de este proyecto radica, principalmente, en las repercusiones que tiene el ayuno por largos periodos de tiempo durante la infancia. Se ha demostrado que desayunar de forma habitual está relacionado con elecciones de alimentos más saludables, ingesta energética adecuada, por lo tanto, hábitos más acordes para un adecuado desarrollo y crecimiento.

FUNDAMENTACIÓN

La realización de este Proyecto se basa en la necesidad de brindar herramientas estratégicas para mejorar la calidad y frecuencia del desayuno de los/as niños/as que asisten al Jardín Municipal Travesuras.

El desayuno es una de las comidas más importantes del día, con repercusiones sobre el estado de salud, y sobre el rendimiento escolar; es necesaria para el desarrollo físico e intelectual del/a niño/a, pero es la ingesta que más se omite y tiene más importancia cuando empiezan a ir al jardín o la escuela (2, 3).

Las Guías Alimentarias para la Población Argentina recomiendan una alimentación completa que incluya todos los alimentos en las cuatro comidas principales (4). El desayuno debería proveer el 25% de la recomendación de nutrientes para un día (5), un 30% el almuerzo, un 15-20% la merienda y un 25-30% a la cena, evitando las ingestas entre horas (6).

Sin restarle importancia al resto de comidas y que contribuyen a configurar la calidad de la dieta global, el desayuno ofrece la energía y los nutrientes necesarios para comenzar el día, luego de no haber recibido alimentos durante varias horas (8 o más). A esta primera ingesta de la mañana se la denomina “des-ayuno”, porque rompe con el ayuno de toda la noche. Por lo tanto, supone una reorientación de los procesos metabólicos: se pasa de utilizar las grasas como fuente de energía a emplearse con preferencia la glucosa (7, 8).

De modo que, el desayuno podría definirse como la comida sólida consumida antes de iniciar la jornada escolar o la realizada antes de las 11:00 hs durante los fines de semana o, simplemente, como la primera comida del día. Su inclusión de manera diaria y regular se ha asociado con mayor rendimiento físico e intelectual. Su aporte calórico nutricional tiene, además, una estrecha relación con la prevalencia de la obesidad. (3).

En un desayuno deberían incluirse alimentos de al menos tres de los grupos básicos: lácteos, cereales y frutas; procurando que la diversificación de alimentos, además de su importancia nutricional, permitan que se convierta en una comida apetecible y deseada. Además, en nuestro medio existe una costumbre muy arraigada de tomar, antes de salir de casa por las mañanas, un primer desayuno; y luego, a media mañana tomar un segundo desayuno que, complementaría la ingesta matutina (9).

Cabe destacar que, el desayuno aporta nutrientes que cumplen un rol importante en el proceso cognitivo y desempeño escolar como hierro, zinc y vitaminas B1, B6, A y C. La ingesta deficiente de cada uno de ellos y/o del conjunto afecta el proceso de aprendizaje (8).

Metabólicamente, no desayunar implica:

- Un periodo de ayuno de más de doce horas durante las cuales el organismo no tiene una fuente exógena de energía.
- No contar en ese tiempo con el aporte dietético de aminoácidos necesarios para la síntesis de neurotransmisores; lo mismo ocurriría con la deficiencia de vitaminas y minerales.
- Disminución de la glucemia, lo que provoca fatiga, apatía y sueño.
- Disminución en la velocidad de procesamiento cerebral (5).
- Un desayuno de calidad deficiente promueve un desequilibrio y un deseo de compensar la falta de una ingesta adecuada por parte del organismo que lo lleva a diferentes mecanismos compensatorios, como el “picoteo”, que se caracteriza por la elección de los alimentos más próximos y por ende la mayoría de las veces poco saludables, ya que se escogen aquellos que aportan poca calidad nutricional, pero alta densidad calórica, ya sea por contener azúcares refinados, grasas, etc (10).
- Estudios consultados arrojan resultados contundentes en cuanto a la prevalencia de sobrepeso u obesidad en niños, niñas y adolescentes que omiten el desayuno o lo hacen pero con una calidad deficiente (11).

En el último medio siglo, ha tenido lugar un aumento exponencial de la prevalencia de obesidad infantil. La obesidad incrementa el riesgo de diversas enfermedades crónicas. Por lo cual, es necesario intervenir en la población infanto-juvenil, ya que en las primeras etapas de la vida se es más susceptible a la modificación de los patrones alimentarios para establecer hábitos alimentarios y pautas de actividad física saludables, con objeto de disminuir la incidencia de estas enfermedades en el futuro (11, 12).

Además, la comida familiar constituye un modelo de alimentación y es un punto de encuentro, con repercusiones que van más allá del ámbito de la salud (2). Vivir en familia y desayunar juntos, son factores que se asocian a un mejor hábito de desayuno en los adolescentes (13).

Asimismo, la participación en el sistema escolar, requiere de un soporte alimentario y nutricional adecuado, así como de un acompañamiento permanente que garantice la transición entre la alimentación asistida en el ambiente familiar a la alimentación individual en el sistema escolar.

Incorporar el desayuno como práctica saludable es una de las intervenciones con mejores resultados, en el desempeño académico de los escolares y en la salud pública general a largo plazo (14). Además, se ha demostrado que desayunar de forma habitual conlleva hábitos alimentarios más regulares, elecciones de alimentos más saludables e ingesta energética adecuada (12).

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la calidad del desayuno aumentando la frecuencia de su consumo en niños y niñas de 3 a 4 años que asisten al Jardín Municipal Travesuras en el año 2022.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Conocer la importancia de un desayuno completo y equilibrado.
2. Construir un recetario de desayunos saludables con las familias.
3. Implementar las nuevas recetas aprovechando los alimentos que proporciona el módulo alimentario.

METAS

1. Lograr que el 80% de las familias asistan al taller para conocer la importancia de un desayuno completo y equilibrado.
2. Lograr que el 80% de las familias participen en construir un recetario de desayunos saludables en el plazo de 2 meses.
3. Lograr que el 70% de las familias implementen nuevas recetas aprovechando los alimentos que proporciona el módulo alimentario en un plazo de 6 meses.

LOCALIZACIÓN Y COBERTURA

Este proyecto se llevará a cabo en el Jardín Municipal Travesuras, del Barrio Villa Allende Parque de la Ciudad de Córdoba.

El proyecto estará destinado a todos los y las niñas del Jardín Municipal Travesuras, y a sus familias.

BENEFICIARIOS DIRECTOS E INDIRECTOS

Los beneficiarios directos de este proyecto serán los niños y niñas de 2 a 4 años que asisten al Jardín Municipal Travesuras. Asimismo, sus familias también serán beneficiarias ya que, con ellos se realizarán las actividades; de esta manera podrán, en la medida de sus posibilidades, extender lo aprendido a los demás miembros de las familias y disfrutar de un desayuno de mejor calidad.

Los beneficiarios indirectos serán todo el personal docente, no docente y directivo del Jardín, ya que, por más que no esté dirigido especialmente a ellos, si podrán participar y nutrirse de las actividades planteadas.

ESTRATEGIAS

Objetivo: Conocer la importancia de un desayuno completo y equilibrado.

Estrategia: Realizar un ciclo de talleres con mamás, papás y/o cuidadores de los y las niñas que asisten al Jardín, junto con el personal docente.

Objetivo: Construir un recetario de desayunos saludables con las familias.

Estrategia: Acompañar la realización de un recetario con desayunos saludables con las familias utilizando uno o más alimentos que trae el módulo alimentario.

Objetivo: Implementar las nuevas recetas aprovechando los alimentos que proporciona el módulo alimentario.

Estrategia: Implementar recetas del Librito Viajero de Recetas a través de un concurso en Instagram.

VER ANÁLISIS DE CORRELACIÓN DE FUERZAS EN ANEXO 4

PLAN DE ACCIÓN

OBJETIVO ESPECÍFICO

CONOCER LA IMPORTANCIA DE UN DESAYUNO COMPLETO Y EQUILIBRADO.

META	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	TAREAS
Lograr que el 80% de las familias asistan al taller para conocer la importancia de un desayuno completo y equilibrado	Realizar un ciclo de talleres con mamás, papás y/o cuidadores de los y las niñas que asisten al Jardín, junto con el personal docente	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se realizará un ciclo de talleres presencial en las instalaciones del Jardín. Se realizará junto con las familias y docentes por cada sala. Teniendo en cuenta que son 6 salas, el taller será reiterado en 6 oportunidades. En el caso de que alguna familia no pueda asistir, podrá participar del siguiente. 2. Se armará un grupo de WhatsApp para enviar información pertinente. 3. El taller contará con 3 partes: <ul style="list-style-type: none"> ○ Inicio: Rescatar conocimientos previos sobre un desayuno saludable, completo y equilibrado a través de una lluvia de ideas que se escribirán en el pizarrón. También, aquellas ideas que se correspondan con mitos y creencias en relación al desayuno para, después ir resolviendo entre todos 	<ul style="list-style-type: none"> ● Combinar con la institución educativa el horario y día para el encuentro presencial. ● El ciclo de talleres se dictará el segundo, tercer y cuarto sábado del mes de abril, para las familias de 2, 3 y 4 años respectivamente. ● Cada sábado, se repetirá en 2 oportunidades: a las 10 horas de la mañana para el turno mañana y a las 16 horas para el grupo del turno tarde. ● Por cada taller, se esperan entre 15 y 20 representantes de las familias de los/as niñas/as del jardín aproximadamente. ● Gestionar con personal directivo el proyector para los días del encuentro.

		<p>los participantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Desarrollo: Plenario acompañado de una guía que muestre la importancia de desayunar, consecuencias de no hacerlo, grupos de alimentos del que se compone un desayuno saludable. La guía se realizará en formato powerpoint y se mostrará a través del proyector de la Institución. Luego, se procederá a realizar un juego: <ul style="list-style-type: none"> ● Se dividirán a las familias, no docentes y docentes en grupos de 5-6 personas, dependiendo la cantidad total: se repartirá una tarjeta a cada persona. Cada tarjeta pertenece a un grupo diferente de alimentos (frutas, verduras, cereales, carnes, grasas y aceites, lácteos, etc). Se armarán los equipos según grupos de alimentos. ● Luego de conformar los grupos, se les entregará una serie de tarjetas con diferentes alimentos y productos para que armen un desayuno saludable, completo y equilibrado. La consigna será que tenga, al menos 3 	<ul style="list-style-type: none"> ● Difundir la actividad a través de un cuaderno de comunicaciones y de manera presencial a través de las docentes. ● La Coordinadora armará un grupo de WhatsApp con un representante de cada grupo familiar. Se reforzará la invitación al ciclo de talleres. ● Planificar y armar los contenidos para el ciclo de talleres. ● Armar la presentación para el Plenario con la aplicación Power Point. ● Imprimir imágenes a color de alimentos con su nombre correspondiente (semillas, legumbres, cereales, frutas, verduras, lácteos, carnes, dulces, azúcar, etc. Pegarlos en cartulina para que queden más firmes. ● Armar la guía en Canva (formato PDF) para hacer entrega luego del taller a través del grupo de WhatsApp.
--	--	--	--

		<p>alimentos o productos.</p> <ul style="list-style-type: none">● Por último, se hará una puesta en común donde cada equipo mostrará sus desayunos argumentando por qué es saludable la elección que hicieron. Los otros equipos podrán hacer aportes.○ Final: se entregará una guía realizada por la Coordinadora del Proyecto, con la importancia de un desayuno saludable en la infancia y los grupos de alimentos que pueden conformarlo (formato PDF).	
--	--	---	--

OBJETIVO ESPECÍFICO

CONSTRUIR UN RECETARIO DE DESAYUNOS SALUDABLES CON LAS FAMILIAS

META	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	TAREAS
Lograr que el 80% de las familias participen en construir un recetario de desayunos saludables en el plazo de 2 meses	Acompañar la realización de un recetario con desayunos saludables con las familias utilizando uno o más alimentos que trae el módulo alimentario	<ol style="list-style-type: none"> 1. Proponer a las familias en conjunto con las y los docentes, el armado de un recetario de desayunos con al menos un alimento que contenga el módulo alimentario. Por ejemplo: legumbres. 2. Se armará un libro de recetas. 3. Cada familia podrá escribir alguna receta que conforme un desayuno saludable. 4. Al finalizar, se digitalizarán las recetas para que quede un recetario en formato PDF para todas las familias. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Coordinar con la institución educativa la actividad. ● Se enviará la invitación para realizar la actividad a través del grupo de WhatsApp. ● Armar el “Librito viajero de Recetas” por cada salita. ● El librito tendrá hojas A4 en una carpeta. ● Enviar el librito empezando con la familia del niño o niña según orden de lista, por cada salita. ● Las familias podrán dibujar, pintar o lo que gusten para decorar el librito. ● Cuando todas las familias hayan escrito sus recetas, se recopilará la información en fotos.

- | | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <ul style="list-style-type: none">• Se armará un archivo PDF, ordenado por salita, para ser enviado por el grupo de WhatsApp a todas las familias del Jardín.• Los libritos quedarán en el Jardín, en su sala correspondiente y a disposición de las familias. |
|--|--|--|---|

OBJETIVO ESPECÍFICO

IMPLEMENTAR LAS NUEVAS RECETAS APROVECHANDO LOS ALIMENTOS QUE PROPORCIONA EL MÓDULO ALIMENTARIO

META	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	TAREAS
Implementar las nuevas recetas aprovechando los alimentos que proporciona el módulo alimentario	Implementar recetas del Librito Viajero de Recetas a través de un concurso en Instagram	<ol style="list-style-type: none"> 1. Proponer a la Institución el armado de un Instagram Institucional, si no lo tuviera. 2. Organizar un concurso para que las familias implementen recetas del Librito Viajero de Recetas. 3. Proponer un desayuno saludable del Librito compartiéndola por Instagram. 4. Al finalizar la primera semana se compartirán de a 2 o 3 fotos (según la cantidad) para que las personas voten cuál le parece que es el mejor desayuno o receta. Así quedará una familia finalista por cada grupo de salitas. Se podrá utilizar el hashtag #MiDesayunoSaludableTRAVESURAS junto al nombre del Instagram Institucional para dar a conocer el concurso. 	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinar con la institución educativa la actividad. • Armar el Instagram Institucional si no lo hubiera. • Enviar por WhatsApp las pautas para participar del concurso. • El personal docente reforzará enviando las pautas en el cuaderno de comunicaciones (fotocopias que serán entregadas por la Coordinadora). • Organizar qué salita comienza, estipulando una semana para compartir la foto: Primera semana: salitas de 2 años. Segunda semana: salitas de 3 años. Tercera semana: salitas de 4 años.

		<p>5. Se seleccionará una familia ganadora por grupo de salas según votación del público.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Coordinar el uso del Instagram para recibir las fotos por semana y comenzar a publicarlas en historias el sábado hasta el domingo inclusive. ● Contestar dudas por Instagram o WhatsApp, si fuera necesario.
		<p>1. Elaboración del informe final</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Revisión, a cargo de la Lic. en Nutrición, de participación de las familias en el ciclo de talleres; de la redacción de recetas en el “Librito Viajero de recetas” y del concurso en el Instagram Institucional. ● Confección de planilla Excel con los datos recabados ● Elaboración, a cargo de la Lic. en Nutrición de tablas y gráficas con los resultados. ● Presentación de los resultados del proyecto al personal directivo a cargo de la Institución.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Estrategia 1 Objetivo específico 1	Actividad 1, 2 y 3	x	x	x	x																				
Estrategia 2 Objetivo específico 2	Actividad 1						x																		
	Actividad 2							x																	
	Actividad 3 y 4								x	x	x	x	x												
Estrategia 3 Objetivo específico 3	Actividad 1 y 2													x	x										
	Actividad 3 y 4															x	x	x	x	x					
	Actividad 1																				x	x	x	x	
	Monitoreo y supervisión	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
	Evaluación		x		x	x		x		x		x	x		x		x		x	x	x	x	x	x	x

RECURSOS

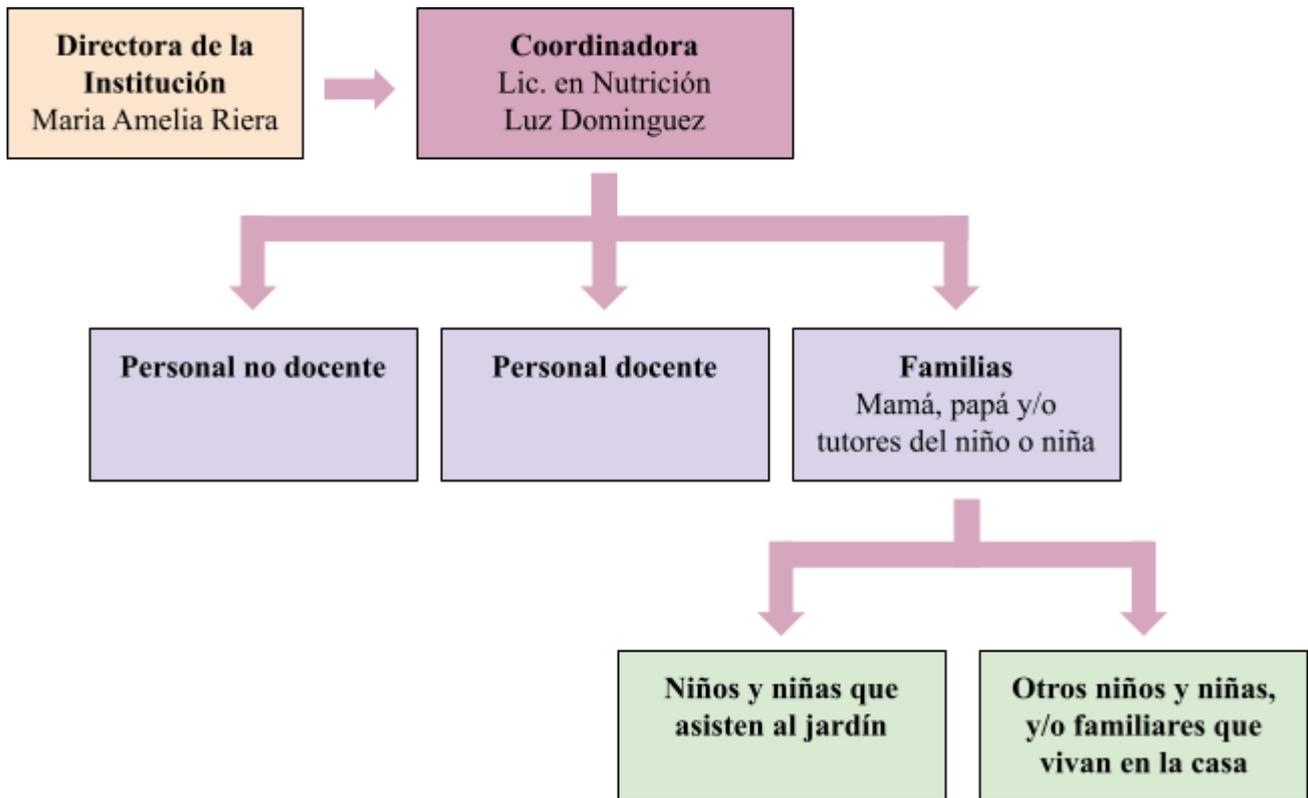
RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIALES	VIÁTICOS	OTROS GASTOS
<ul style="list-style-type: none"> ● Organizadora: Lic. En Nutrición Luz Dominguez ● Personal Directivo: Supervisa y acompaña la realización del Proyecto. ● Personal docente: Se encargan de dar avisos a las familias, enviar el “Librito Viajero”, proporcionar datos de contacto para armar grupos de WhatsApp. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Computadora ● Proyector ● Resmas de hojas A4 ● Acceso a una fotocopiadora a color ● Cartulinas ● Carpetas A4 ● Celular con cámara de fotos ● Internet ● Cuenta en Canva para armar la guía a enviar ● Acceso a Power Point para armar la presentación ● Instalaciones del Jardín ● Sillas para mamás y papás y personal docente 	<ul style="list-style-type: none"> ● Desplazamiento de la organizadora para dar los talleres 	<ul style="list-style-type: none"> ● Internet mensual en la PC y gigas extras para el celular

PRESUPUESTO: RECURSOS NECESARIOS Y CÁLCULO DE COSTOS

RECURSOS MATERIALES			
Cantidad	Detalle	Costo unitario	Costo total
Materiales para la realización del ciclo de talleres			
20	Cartulinas	\$50	\$1000
1	Caja con tizas de colores x 12	\$120	\$120
1	Resma hojas A4	\$500	\$500
2	Lapiceras x 6 tinte azul	\$250	\$500
50	Impresión alimentos en hoja A4	\$5	\$250
Total			\$2370
Materiales para la realización del Librito Viajero de Recetas			
6	Carpetas A4	\$100	\$600
1	Resma hojas A4	\$500	\$500
40	Fotocopias en hoja A4	\$5	\$160
Total			\$1260

DETALLE	GASTO TOTAL	% SOBRE MONTO TOTAL
Materiales para la realización del ciclo de talleres	\$2370	61%
Materiales para la realización del Librito Viajero de Recetas	\$1260	32%
Imprevistos 7%	\$254	7%
TOTAL	\$3884	100%

ORGANIGRAMA



VER MANUAL DE JERARQUÍAS Y FUNCIONES (ANEXO 5) Y MANUAL DE NORMAS Y PROCEDIMIENTOS (ANEXO 6)

MONITOREO Y SUPERVISIÓN

La Lic. en Nutrición, Coordinadora del Proyecto, será la encargada de supervisar el desarrollo del mismo, considerando los aspectos detallados a continuación:

- Los contenidos a desarrollar en el ciclo de talleres como así también el desarrollo de cada uno de ellos.
- El control de la asistencia al ciclo de talleres.
- El armado del grupo de WhatsApp para comunicación con las familias
- El armado, si no lo hubiera, del Instagram institucional.
- La utilización de los recursos materiales según lo estipulado, ya sea para los talleres como así también para el desarrollo del “Librito Viajero”.
- El cumplimiento del trabajo coordinado y ordenado de todo el personal que participa del proyecto.
- La realización de las recetas por parte de las familias.
- El envío de fotos de recetas para el concurso en Instagram.
- El cumplimiento de los objetivos y metas planteados.
- La elaboración del Informe Final.

INDICADORES DE EVALUACIÓN

PROCESO

- N° de talleres realizados x 100

N° de talleres planificados
- N° de familias que participaron de los talleres x 100

Total de familias de niños y niñas del Jardín Travesuras
- N° de recetas elaboradas por las familias de la salita de 2 años x 100

N° total de familias de niños y niñas de la salita de 2 años
- N° de recetas elaboradas por las familias de la salita de 3 años x 100

N° total de familias de niños y niñas de la salita de 3 años
- N° de recetas elaboradas por las familias de la salita de 4 años x 100

N° total de familias de niños y niñas de la salita de 4 años
- N° total de recetas elaboradas por las familias x 100

N° total de familias de niños y niñas
- N° de familias que participaron de la competencia x 100

N° total de familias de niños y niñas

RESULTADO

- N° de talleres realizados.
- N° de familias que participaron de los talleres.
- N° de recetas elaboradas por las familias de la salita de 2 años.
- N° de recetas elaboradas por las familias de la salita de 3 años.
- N° de recetas elaboradas por las familias de la salita de 4 años.
- N° total de recetas elaboradas por las familias.
- N° de familias que participaron de la competencia.

IMPACTO

N° de familias que utilizaron recetas del Librito Viajero (incluyendo alimentos del módulo) en los desayunos de niños y niñas del Jardín Travesuras en el año 2022 x 100

N° total de familias del Jardín Travesuras en el año 2022

RESULTADOS ESPERADOS

Con este proyecto se espera acercarse a las familias a la Institución y que la participación en los talleres, contribuya a la construcción de opciones alimentarias acorde a sus posibilidades y sentires.

Esto tiene como objetivo final, la mejora de la calidad y frecuencia del desayuno, beneficiando no sólo a los niños y niñas que asisten al Jardín Travesuras sino a toda la familia.

Cabe destacar que, el abordaje alimentario nutricional en las primeras etapas de la vida requiere de una adecuada intervención ya que, estamos frente a requerimientos que deben ser cubiertos, no sólo para mantener funciones vitales sino para favorecer el desarrollo psico físico y social de los niños y niñas.

Es por ello que, la participación e injerencia de un/a Profesional Especialista en Nutrición Pediátrica es sumamente importante para llevar a cabo esta tarea. Esto puede darse a través de estrategias preventivas y terapéuticas que respondan a problemáticas alimentarias y nutricionales como la ausencia y/o calidad inadecuada del desayuno en esta etapa de la vida.

Cabe destacar la importancia de la incorporación de un/a Profesional Especialista en Nutrición Pediátrica en los Sistemas de Salud con el objetivo de fomentar acciones de promoción de salud, así como de prevención y tratamiento de enfermedades y sus consecuencias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Secretaría de Educación. Diseño Curricular para los Jardines Maternales Municipales de la Ciudad de Córdoba. Municipalidad de Córdoba. 2007. Disponible en:

- <https://educativaglobal.ar/wp-content/uploads/2020/11/disenio-curricular-MUNICIPALIDA-D-DE-CORDOBA.pdf>
2. Herrera Genes A. El desayuno y su importancia ¿Es realmente el desayuno una necesidad fisiológica o un hábito saludable?. Revista Gastrohnutp. 2013; 15 (2): 20-27. Disponible en: <https://revgastrohnutp.univalle.edu.co/a13v15n2/a13v15n2art4.pdf>
 3. Galiano Segovia MJ, Moreno Villares JM. El desayuno en la infancia: más que una buena costumbre. Acta Pediatr Esp. 2010; 68: 403-408. Disponible en <https://static.ecestaticos.com/file/288/613/853/28861385342ea2e02c14a3f50f25c5cf.pdf>
 4. Risso Patrón V, et al. Manual para la Aplicación de las Guías alimentarias. Ministerio de Salud de la Nación. 2020. Disponible en: https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina_manual-de-aplicacion_0.pdf
 5. Jofre J M, et al. Importancia del desayuno en el estado nutricional y el procesamiento de la información en escolares. Univ. Psychol. 2007; 6 (2). Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672007000200015
 6. Peña Quintana L, et al. Alimentación del preescolar y escolar. Disponible en: https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion_escolar.pdf
 7. Lopez Sobaler, Ana M. et al. Importancia del desayuno en la mejora nutricional y sanitaria de la población. Nutr. Hosp. 2018; 35: 3-6. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018001200002
 8. Indart Rougier P, Tuñón I. Derecho a una alimentación adecuada en la infancia: niños, niñas y adolescentes entre 2 y 17 años en la Argentina urbana. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Ed. Educa. 2015. Disponible en: <http://wadmin.uca.edu.ar/public/ckeditor/2015-Observatorio-Boletin-1-BDSI.pdf>
 9. Durá Travé T. Análisis nutricional del desayuno y almuerzo en una población universitaria. Nutr. Hosp. 2013; 28 (4): 1291-1299. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112013000400045
 10. Rodoni L, Sepúlveda F. Influencia de una intervención educativa alimentaria sobre el hábito y calidad del desayuno en adolescentes de la Escuela de Educación Secundaria N° 7 de la ciudad de 9 de Julio, provincia de Buenos Aires. Instituto Universitario Fundación H. A. Barceló. 2017. Disponible en:

http://repositorio.barcelo.edu.ar/greenstone/collect/tesis/index/assoc/HASH0144/d3f79a2e.dir/BRC_TFI_DISTANCIA_Rodoni_Sepulveda.pdf

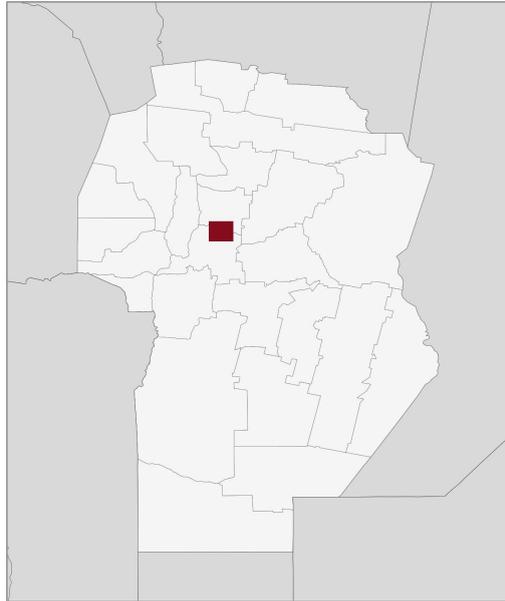
11. Berta E. E, Fugas V. A, Walz F, Martinelli M. I. Estado nutricional de escolares y su relación con el hábito y calidad del desayuno. *Revista Chilena de Nutrición*. 2015; 42 (1): 45-52. Disponible en: <http://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v42n1/art06.pdf>.
12. Hernández Camacho J. et al. Hábitos alimentarios, sobrecarga ponderal y autopercepción del peso en el ámbito escolar. *Nutr Hosp*. 2015; 32 (3): 1334-1343. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112015000900051
13. Gotthelfa S, Tempesttia C. Desayuno, estado nutricional y variables socioeconómicas en alumnos de escuelas primarias de la Ciudad de Salta. *Arch Argent Pediatr* 2017; 115 (5): 424-431. Disponible en: https://www.sap.org.ar/uploads/archivos/files_ao_gotthelf_9-8-17pdf_1502314554.pdf
14. Herrera A, Criales J. Relevancia del desayuno en la niñez. *Sociedad Colombiana de Pediatría* 2013; 46 (2): 71-76. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0120491215300896>

ANEXOS

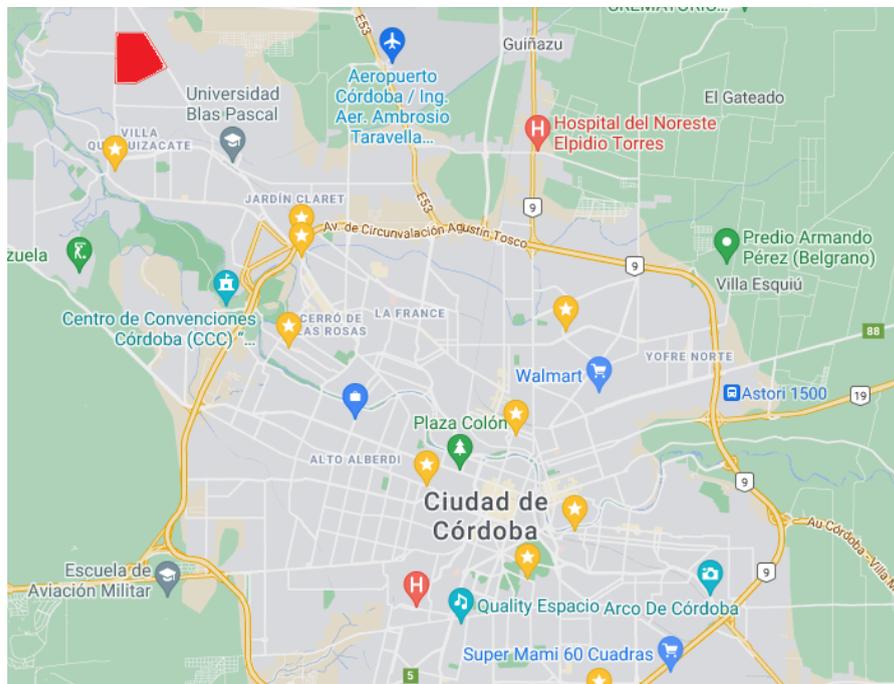
ANEXO 1

Ubicación:

- Provincia de Córdoba - Ciudad de Córdoba



- Barrio Villa Allende Parque (marcado en rojo)



- Barrio Villa Allende Parque



Referencias:

	J. M. Travesuras
	Escuela Municipal Dr. Raúl Fernández
	Centro de Salud N° 82
	Biblioteca Popular Alfonsina Storni
	Centro Vecinal

- J. M. Travesuras



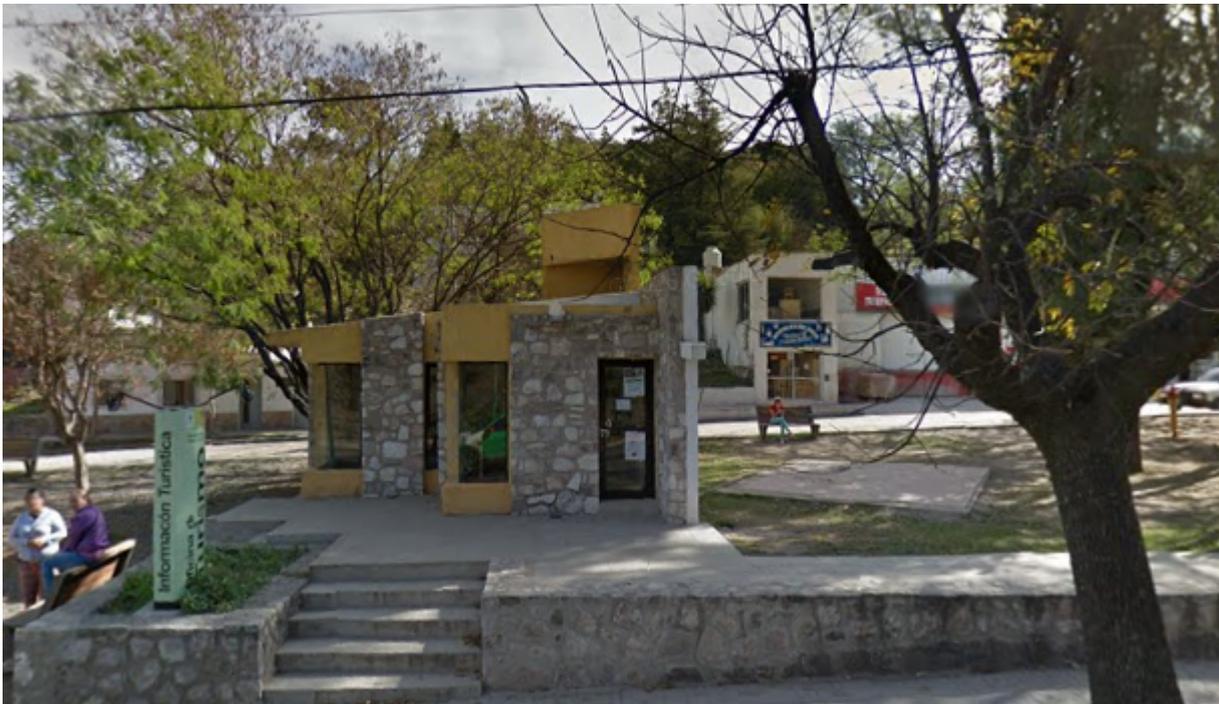
- Escuela Dr. Raúl Fernández



- Centro de Salud N° 82



- Biblioteca Popular Alfonsina Storni



- Centro vecinal



ANEXO 2

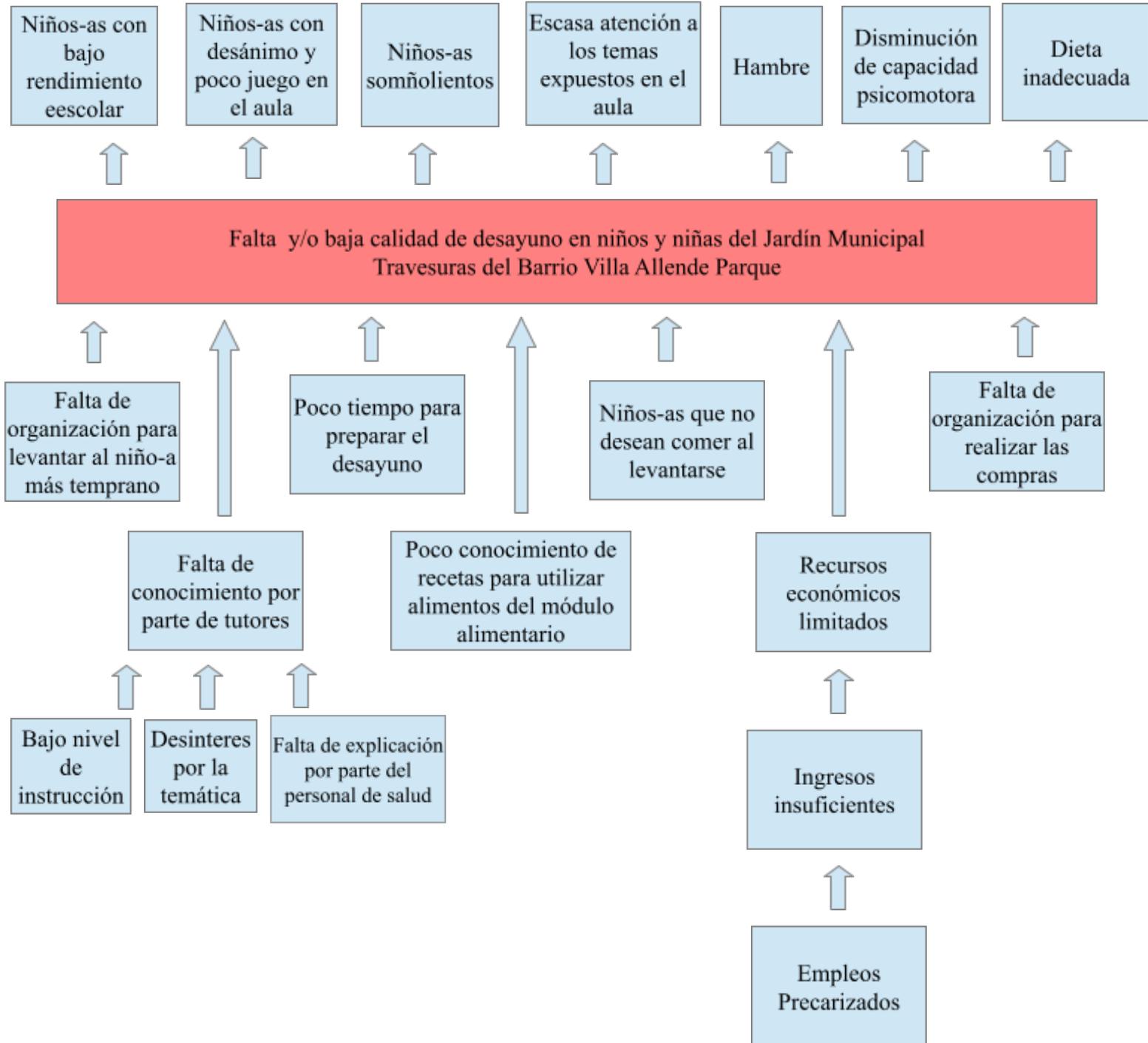
SELECCIÓN DEL PROBLEMA PRIORIZADO

	Magnitud	Gravedad	Capacidad	Beneficio
Alto número de niños y niñas con disminución del manejo de la oralidad	Alta	Media	Baja	Media
Falta de desayuno y/o baja calidad del mismo en niños y niñas	Alta	Alta	Media	Alta

ANEXO 3

PROBLEMA PRIORIZADO

Falta y/o baja calidad de desayuno en niños y niñas del turno mañana del Jardín Municipal Travesuras del Barrio Villa Allende Parque.



Las causas que son factibles de abordar en este proyecto son la falta de conocimiento por parte de los tutores en relación a la importancia de hacer el desayuno y también el poco conocimiento sobre recetas para aprovechar los alimentos del módulo alimentario.

ANEXO 4

ANÁLISIS DE CORRELACIÓN DE FUERZAS

Estrategia 1: Realizar un ciclo de talleres con mamás, papás y/o cuidadores de los y las niñas que asisten al Jardín, junto con el personal docente.

FUERZAS FAVORABLES	FUERZAS DESFAVORABLES
<ul style="list-style-type: none"> ● Espacio físico disponible ● Recursos humanos disponibles ● Adecuado manejo de la aplicación CANVA 	<ul style="list-style-type: none"> ● Diferencias en el nivel educativo de las familias de niños y niñas del Jardín

Análisis de Correlación de Fuerzas:

Esta estrategia es viable de realizar, aún existiendo un punto desfavorable.

En la realización del ciclo de talleres, se tendrá en cuenta adaptar los contenidos para el entendimiento y manejo de todos los y las participantes. Además, se utilizará material didáctico acompañando los talleres para mejor entendimiento de los contenidos.

Estrategia 2: Acompañar la realización de un recetario con desayunos saludables con las familias utilizando uno o más alimentos que trae el módulo alimentario.

FUERZAS FAVORABLES	FUERZAS DESFAVORABLES
<ul style="list-style-type: none"> ● Recursos materiales disponibles ● Recursos humanos disponibles 	<ul style="list-style-type: none"> ● Contar con la participación y voluntad de las familias de participar en la formulación de las recetas

Análisis de Correlación de Fuerzas:

Esta estrategia es viable de realizar, aún existiendo un punto desfavorable.

En la realización del ciclo de talleres, junto al apoyo docente en el aula (enviando notas a las familias), se pondrá de manifiesto la importancia que tiene la participación activa de las familias en la realización del Proyecto. Ya que tiene como prioridad, aportar a la salud de niños y niñas del Jardín.

Estrategia 3: Implementar recetas del Librito Viajero de Recetas a través de un concurso en Instagram.

FUERZAS FAVORABLES	FUERZAS DESFAVORABLES
<ul style="list-style-type: none"> ● Recurso humano disponible 	<ul style="list-style-type: none"> ● Falta de acceso a conexión a internet ● Falta de conocimiento para crear cuenta en Instagram

Análisis de Correlación de Fuerzas:

Esta estrategia es viable de realizar, aún existiendo un punto desfavorable.

Se podrá compartir las fotos por WhatsApp a otras familias que sí tengan acceso a internet y que cuenten con usuario en Instagram para poder participar. Además, se podrá enviar las fotos a la coordinadora en caso de que no sepan manejar dicha red social.

ANEXO 5

MANUAL DE JERARQUÍAS Y FUNCIONES

JERARQUÍA	FUNCIÓN
Lic. en Nutrición Coordinadora del Proyecto	<ul style="list-style-type: none"> ● Diseño, ejecución y evaluación del proyecto ● Supervisión y monitoreo del proyecto ● Toma de decisiones respecto a resolución de problemáticas que pudieran surgir ● Presentación del Proyecto Des-AYUN-arte al cuerpo directivo y docente de la Institución para la aprobación del mismo ● Obtención de recursos materiales, financieros y humanos ● Organización y distribución de los recursos ● Organización y ejecución del ciclo de talleres ● Coordinación con el personal docente ● Digitalización del “Librito Viajero de Recetas” ● Elaboración del informe final del proyecto
Directora del Jardín Co-coordinadora del Proyecto	<ul style="list-style-type: none"> ● Aprobación del Proyecto para su ejecución ● Coordinación del ciclo de talleres junto al equipo docente ● Supervisión de las actividades
Personal Docente	<ul style="list-style-type: none"> ● Colaboración para comunicar a las familias sobre las actividades ● Coordinación de envío del “Librito Viajero” según lo acordado ● Acompañamiento a las familias en el diseño del “Librito Viajero”. ● Recepción del “Librito Viajero” una vez esté finalizado. ● Difusión del concurso a través del cuaderno de comunicaciones
Personal no Docente	<ul style="list-style-type: none"> ● Participación del ciclo de talleres
Familias	<ul style="list-style-type: none"> ● Participación activa del ciclo de talleres ● Participación activa en la realización de las recetas en el “Librito Viajero” ● Participación activa en la realización de una receta de desayuno saludable para el concurso en Instagram

ANEXO 6
MANUAL DE NORMAS Y PROCEDIMIENTOS

ACTIVIDADES	NORMAS	PROCEDIMIENTOS
1. Realización de ciclo de talleres presencial en las instalaciones del Jardín.	Se realizará un ciclo de talleres a cargo de la Lic. en Nutrición.	<p>La organización, creación de contenidos didácticos y visuales, ejecución y coordinación estará a cargo de la Lic. en Nutrición.</p> <p>El personal docente se encargará de la invitación al ciclo de talleres a través del cuaderno de comunicaciones un mes antes de realizarse la actividad.</p>
2. Armado de un grupo de WhatsApp.	Se armará un grupo de WhatsApp.	<p>La coordinadora formará y organizará un grupo de WhatsApp con un representante de cada familia para envío de información pertinente.</p> <p>La Lic. encargada reforzará la invitación al ciclo de talleres, a través del grupo de WhatsApp, un mes antes y una semana antes del inicio.</p>

<p>3. El taller contará con 3 partes ya descritas en el plan de acción: una actividad de inicio, desarrollo y cierre que contará con la participación de docentes, no docentes y familias de forma activa.</p>	<p>La coordinación estará a cargo de la Lic. en Nutrición en la planificación del ciclo de talleres.</p>	<p>El ciclo de talleres se realizará una vez por cada sala, con ambas burbujas. Por lo tanto, el taller será reiterado en 6 oportunidades. En el caso de que alguna familia no pueda asistir, podrá participar del siguiente. La duración será de 2 horas aproximadamente, teniendo un recreo de 20 minutos en el medio.</p> <p>Se prevé utilizar la sala principal del Jardín, la misma cuenta con mesas, sillas para adultos/as y niños/as, tomacorrientes, pizarrón, ventanas y puerta ventana para circulación del aire.</p>
<p>1. Proponer a las familias en conjunto con las y los docentes, el armado de un recetario de desayunos con al menos un alimento que contenga el módulo alimentario, más un alimento de consumo esporádico. Por ejemplo: legumbres.</p>	<p>Se deberá organizar el armado del recetario en conjunto con las familias y docentes.</p>	<p>La Coordinadora propondrá a las familias y docentes el armado de un recetario con al menos un alimento que contenga el módulo, más un alimento de consumo esporádico.</p> <p>La Lic. a cargo avisará en el grupo de WhasApp las consignas 2 semanas antes de iniciar.</p>

<p>2. Se armará un libro de recetas.</p>	<p>La Lic. armará 6 carpetas de recetarios para cada salita.</p>	<p>Las y los docentes enviarán las carpetas llamadas “Librito Viajero de recetas” a cada familia empezando con la familia del niño o niña según orden de lista, por cada salita.</p>
<p>3. Cada familia podrá escribir alguna receta que conforme un desayuno saludable.</p>	<p>Cada familia deberá realizar una receta con al menos un alimento que contenga el módulo, más un alimento de consumo esporádico.</p>	<p>Cada familia recibirá el “Librito Viajero de recetas” según orden alfabético, y podrá plasmar alguna receta que considere saludable, de acuerdo a sus aprendizajes previos y lo trabajado en el Taller. Podrán decorar el librito con dibujos, crayones, témperas, recortes, etc.</p>
<p>4. Al finalizar, se digitalizarán las recetas para que quede un recetario en formato PDF para todas las familias.</p>	<p>Se deberá digitalizar las recetas a través de fotos.</p>	<p>El personal docente receptorá los Libritos y la Coordinadora se encargará de digitalizarlos en archivo PDF, ordenados por salita. Una vez estén listos, será enviado el archivo por el grupo de WhatsApp para su distribución a las familias.</p> <p>El Librito de cada sala quedará en su sala correspondiente a disposición del equipo docente y de las familias.</p>

<p>1. Proponer a la Institución el armado de un Instagram Institucional, si no lo tuviera.</p>	<p>Se propondrá el armado de un Instagram Institucional. Si ya existiera, se pedirá permiso para hacer uso del mismo.</p>	<p>La Coordinadora armará un Instagram Institucional, si no lo tuviera.</p>
<p>2. Organizar un concurso para que las familias implementen recetas del Librito Viajero de Recetas.</p>	<p>Se propondrá el armado de un concurso para implementar las recetas escritas en los Libritos Viajeros.</p>	<p>La Coordinadora propondrá el concurso a través del Grupo de WhatsApp 2 semanas antes. Y las y los docentes enviarán una nota con las pautas en el cuaderno de comunicaciones reforzando la información.</p>
<p>3. Proponer un desayuno saludable del Librito compartiéndola por Instagram.</p>	<p>Se deberá armar un desayuno saludable con alguna de las recetas del Librito y compartirlo a través de foto al Instagram Institucional.</p>	<p>Cada familia estará encargada de armar un desayuno saludable y compartir la foto al Instagram Institucional. Cada grupo de Salitas, según edad, tendrá una semana para compartir la foto. Empezará la Salita más pequeña hasta terminar con los/as niños/as más grandes.</p>

<p>4. Al finalizar la primera semana se compartirán de a 2 o 3 fotos (según la cantidad) para que las personas voten y dar inicio a la primera etapa del concurso.</p>	<p>Se deberá compartir, al finalizar la primera semana, de a 2 o 3 fotos (según cantidad) para que las personas voten cuál le parece que es el mejor desayuno o receta. Así quedará una familia finalista por cada grupo de salitas. Se podrá utilizar el hashtag #MiDesayunoSaludableTRAVESURAS junto al nombre del Instagram Institucional para dar a conocer el concurso.</p> <p>Se deberán publicar las fotos en historias al finalizar cada semana: el sábado hasta el domingo inclusive.</p>	<p>La Lic. encargada será quién recopile las fotos y publique en las historias de Instagram para su votación.</p>
<p>5. Seleccionar una familia ganadora por grupo de salas según votación del público.</p>	<p>Se publicará el desayuno o receta ganadora por cada grupo de salas.</p>	<p>La Lic. será quién publique las recetas o desayunos de las familias que resulten más votadas, al finalizar las 3 semanas.</p>

ANEXO 7
FORMULARIOS DE MONITOREO

1. FORMULARIO N°...

Realización del ciclo de talleres en la Institución Educativa

NÚMERO	SALITA	FECHA	Nº DE ASISTENTES

2. FORMULARIO N°...

Asistencia al ciclo de talleres, por salita.

NÚMERO	SALITA	FECHA	NOMBRE Y APELLIDO

3. FORMULARIO N°...

Realización de recetas en el Librito Viajero de Recetas, por familias, por cada salita (Sala de 2 años, 3 años y 4 años) de la Institución.

NÚMERO	SALITA	REALIZÓ RECETA (SI-NO)

4. FORMULARIO N°...

Realización de recetas por familias para competir en Instagram, por salita.

NÚMERO	SALITA	REALIZÓ RECETA (SI-NO)