

Educación nutricional y participación; claves del éxito en la nutrición comunitaria.

Lic. Elijú Patiño S¹

Resumen: La acción educativa influye en la formación de conductas individuales y colectivas, en la formación y organización de la comunidad, en la generación de un estado de opinión favorable al cambio y en la posibilidad de modificar ciertos hábitos alimentarios negativos. La Fundación Bengoa ejecuta el PROGRAMA NUTRICIÓN COMUNITARIA, cuyo propósito es desarrollar y fortalecer capacidades y actitudes en los diferentes actores, que les permitan mejorar la alimentación y nutrición tanto individual como de la comunidad. Este programa se desarrolla a través de proyectos sociales orientados a fomentar una alimentación saludable, disminuir la malnutrición y proteger el recurso humano. La población objetivo son los niños y adolescentes, los representantes y docente de las escuelas. Los componentes del programa son educación alimentaria y nutricional, formación para la participación, capacitación en oficios generadores de ingresos vinculados a la alimentación y evaluación nutricional. Se ha trabajado en 30 comunidades y centros educativos. La cobertura hasta la fecha es de 6563 niños, 603 representantes y 275 docentes. Entre sus logros se encuentra el fortalecimiento de escuelas y docentes para la enseñanza de la alimentación y nutrición y la modificación o eliminación de hábitos alimentarios familiares negativos. La ejecución de este programa de ha sido posible mediante alianzas con organismos públicos y empresas privadas. De esta forma, se ha trabajado en un modelo que permite poner en práctica los principios de corresponsabilidad social, mediante la unión de distintos actores en el desarrollo de acciones que puedan ser transferibles y sostenibles por las comunidades. *An Venez Nutr 2005; 18(1): 145-148.*

Palabras clave: nutrición comunitaria, educación nutricional, participación comunitaria.

Nutritional education and participation: Keys to success in community nutrition

Abstract: Education influences both individual and collective conducts in the formation and organization of the community in the generation of a favorable approach towards change and the possibility of modifying negative feeding habits. Foundation Bengoa executes community nutrition programs, whose purposes are the development and strengthening of the capacities and attitudes of the different actors involved that could improve feeding and nutrition at individual and collective levels. The development of this program is performed through social projects whose goal is to diminish malnutrition and to promote healthy feeding habits and protect human resources. The target population consists of children and adolescents, their parents and teachers. The components of the program are: nutrition education, community participation, training in jobs related to food and nutrition and nutritional evaluation. We have worked in 30 communities and schools. The sample consists of 6563 children and adolescents, 603 parents and 275 teachers. Results include the strengthening of schools and professionals in the teaching of food and nutrition and the modification of inadequate feeding habits. The execution of this program counts with the alliance of both public and private organizations. A model that allows the principle of social co-responsibility is presented with the participation of different actors in the development of transferable and sustainable strategies in the community. *An Venez Nutr 2005; 18(1): 145-148.*

Keywords: community malnutrition, nutritional education, community participation.

Introducción

El tema de esta conferencia, se refiere el uso de las estrategias educativas en nutrición en comunidades sensibilizadas participando, como parte del éxito de los programas de educación en nutrición.

Muchos han definido la educación alimentaria nutricional, también llamada educación nutricional.

La OPS/INCAP la define como aquella que promueve mejoras en los conocimientos, las actitudes y las prácticas de las personas, para lograr una vida más san y productiva (1). Más recientemente, Beghin en el 2001, dice que es un “conjunto de actividades de comunicación que buscan una modificación voluntaria de prácticas que influyan en el estado nutricional, con el objetivo de mejorarlo” (2). De esta definición se destacan cuatro aspectos:

1. La educación en nutrición se distingue de otras intervenciones por su carácter de actividad de

¹Fundación Bengoa.

comunicación, donde su intervención reside en la transmisión de mensajes

2. La educación en nutrición busca la modificación de prácticas juzgadas no deseables, aunque modificables, así como de reforzar las prácticas juzgadas positivas.
3. Están en juego no sólo los hábitos alimentarios, sino además otras prácticas que determinan el estado nutricional
4. Esta modificación de prácticas relacionadas con la nutrición, debería ser el resultado de un acto voluntario. Este cambio debe ser consciente y no con sentido de culpa.

La educación alimentaria nutricional promueve la participación activa de toda la población para que cuiden de su propia salud y nutrición (1). De allí la importancia de la participación de la población en éstos programas. Se entiende por participación comunitaria “la implicación voluntaria y activa de los grupos y de las comunidades locales hacia todos los estados de un programa de promoción de la salud” (3). Es decir, hay que contar con la participación consciente y responsable de las personas residentes en las comunidades hacia el problema nutricional y de salud. Que está ligado a otros factores ambientales, económicos, sociales, educativos y culturales, que exacerban aún más el problema nutricional.

En nuestras visitas a las comunidades nos encontramos con esta realidad, en donde es muy fácil pensar que se está vulnerando la seguridad alimentaria de estos hogares. La inseguridad alimentaria de estas familias, limita la capacidad de obtener, produciendo o comprando, los alimentos suficientes para satisfacer las necesidades nutricionales de sus miembros (4). Pero además, la seguridad alimentaria familiar se vincula directamente al uso que le dan estas familias a los alimentos, lo cual tiene estrecha relación con los conocimientos y con el nivel educativo del jefe de familia y del ama de casa; y con la cultura alimentaria de la población (5).

Con esta perspectiva, la Fundación Bengoa ejecuta como área estratégica de acción el Programa de Nutrición Comunitaria, con el propósito de desarrollar y fortalecer capacidades y actitudes en los diferentes actores, que les permitan mejorar la alimentación y nutrición tanto individual como en la comunidad (6).

Este programa se desarrolla en los proyectos sociales orientados a fomentar la alimentación saludable, disminuir la malnutrición y proteger el recurso humano, para lo cual utiliza diversas estrategias, entre ellas

la lúdica y el aprender haciendo. Se sustenta en el desarrollo local, que no trata solamente de resolver problemas, sino también, de reforzar capacidades presentes en la población. La ejecución de estos proyectos se hace mediante alianzas estratégicas con organismos públicos y empresas privadas. Se trabaja con un modelo que permite poner en práctica los principios de corresponsabilidad social, con la incorporación de distintos actores (Figura 1).

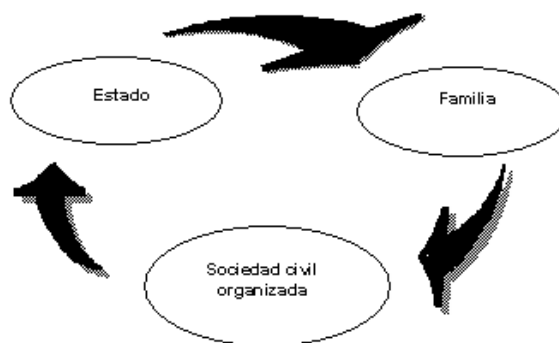


Figura 1. Actores de la corresponsabilidad.

Estos programas tienen como objetivo central a los niños y adolescentes, por ser el principal recurso del país, incorpora a los padres y representantes, por su papel fundamental en la formación y socialización de los hijos y por su condición de principales responsables de la protección de los niños y adolescentes establecidos en la Ley Orgánica de Protección del Niño y Adolescente (7). Igualmente la escuela, con su personal directivo y docente, por sus potencialidades para actuar como elementos líder en funciones de articulación, participación y comunicación con la comunidad (Figura 2).



Figura 2. Actores de los Proyectos.

Los componentes del programa son:

- Educación alimentaria y nutricional
- Formación para la participación
- Capacitación en oficios vinculados a la alimentación
- Vigilancia nutricional
- Seguimiento y evaluación

Educación alimentaria y nutricional

Se forman y capacitan en talleres, en actividades donde participan los padres y los docentes en técnicas y herramientas que les permitan mejorar la alimentación y nutrición en la familia y la comunidad, con los recursos disponibles. Se utilizan los mensajes de las Guías de Alimentación, que se adaptan en actividades que toman en cuenta y respeta la cultura alimentaria de cada región (8). El docente recibe un reforzamiento de sus conocimientos para de esta manera mejorar la transferencia de los contenidos a los niños: La capacitación incorpora estrategias educativas novedosas, entre ellas la lúdica, actividades recreativas y de actividad física, que facilitan el aprendizaje con actividades divertidas (8).

Formación para la participación

Se busca desarrollar capacidades en la comunidad para que asuman su papel para asegurar la sostenibilidad y permanencia de los proyectos una vez finalizada la intervención. La sostenibilidad puede definirse como la capacidad para mantener el impacto positivo de un programa, o conseguir mejoras adicionales ulteriores, una vez que éste haya logrado sus objetivos (9). Entre estas estrategias se encuentra, que la comunidad aprenda a identificar su realidad social vinculada a la salud y la alimentación, el diseño de proyectos comunitarios viables y factibles de a ser desarrollados por ellos mismos, que busquen aliviar algunos problemas sentidos de alimentación y nutrición en la comunidad. Además, este componente promueve la participación social y organización de grupos voluntarios, para que colaboren multiplicando los contenidos, así como también en el papel de emprendedores activos en la comunidad (6).

Capacitación en oficios vinculados a la alimentación

La capacitación en oficios generadores de ingresos vinculados a la alimentación, forma a las madres y representantes en técnicas y herramientas para elaborar preparaciones de alimentos que puedan ser utilizados

para incrementar el ingreso de la familia, así como también para mejorar su consumo y de esta manera incrementar la diversidad de la dieta familiar. Entre ellas se encuentran talleres de panadería, repostería y dulcería, entre otros (10).

Vigilancia nutricional

Se capacitan a padres, docentes y jóvenes en técnicas antropométricas, para que en las escuelas se instrumente un programa permanente de vigilancia nutricional, para así detectar y atender a los niños en riesgo de malnutrición, tanto por déficit, como por exceso. Se utiliza la metodología y tablas de referencias de la OMS para implementar este componente (11, 12). En las escuelas se articula con actividades de vigilancia del consumo de alimentos, con especial énfasis donde existen los programas de suplementación alimentaria, tales como comedores escolares y merienda escolar.

Seguimiento y evaluación

El último componente, pero no menos importante, es el de seguimiento y evaluación, en donde se analiza el desarrollo del proyecto, se verifica la calidad de la información que se está transfiriendo y se ajusta en la ejecución las acciones en desarrollo por ejemplo, se verifica como se hace la transferencia de los conocimientos a los niños por el docentes. De esta manera, se puede ejercer un control del cómo y el para que se hace, para de este modo poder tomar medidas correctivas, siempre que sean necesarias. Esto se realiza mediante variadas estrategias, tales como aplicación de pre y postest de conocimientos (antes y después de los talleres), actividades lúdicas y actividades culturales que permiten evaluar de una manera indirecta el impacto del proyecto.

La Fundación Bengoa ha trabajado hasta estos momentos, en 19 comunidades rurales del Municipio Arismendi del estado Sucre y 2 de los estados Carabobo y Miranda. Los proyectos en las zonas urbanas se han localizado en los estados Carabobo, Miranda, Vargas y área Metropolitana de Caracas. Se ha trabajado con 275 docentes, 603 madres y representantes y 6563 niños de 30 escuelas y centros educativos. Dichos proyectos han contado con el financiamiento del sector público y privado.

Entre los principales logros se encuentran el fortalecimiento para la enseñanza de la alimentación y nutrición de las escuelas y docentes. Se ha conseguido la creación y fortalecimiento de vínculos entre los

miembros de las comunidades educativas y las escuelas. Se ha evidenciado la mejora de algunos hábitos alimentarios familiares negativos, como por ejemplo, la disminución del consumo de café negro en la población infantil. Durante los concursos de recetas realizados en las comunidades participaron y ganaron recetas con alimentos pocos utilizados y catalogados como de menor prestigio, entre ellos las sardinas y las leguminosas.

Las madres expresan el cambio en la percepción del concepto de la alimentación como elemento fundamental para una vida saludable. En la Escuela Pedro Camejo los representantes y jóvenes se organizan para actuar como comité de vigilancia de los comedores escolares, durante y después de concluido el programa en esa institución.

En la escuela María Escamillo el programa fue un agente motivador para que los padres se organizaran en cooperativas para la compra y venta de alimentos. A pesar del poco tiempo desarrollando este programa, consideramos que se han tenido logros importantes, gracias al apoyo, receptividad y participación de las comunidades (6).

¿Hacia dónde queremos ir en la Fundación Bengoa con este programa?

La Fundación Bengoa continúa en la transferencia de conocimientos en las comunidades y en la medida que éstas, se sientan protagonista en la búsqueda de soluciones a los problemas de alimentación, nutrición y salud, la nutrición comunitaria será realmente exitosa.

Referencias

1. OPS, INCAP. ¿Qué es Educación alimentaria nutricional?. En: Guías para Educación Alimentaria Nutricional. Guatemala. INCAP; 1997.
2. Michel A, Beghin I. Marco conceptual. En: Nutrición y Comunicación. De la educación en nutrición convencional a la comunicación social en nutrición. 1ª Edición. México; 2001. p. 65 – 67.
3. Apoyo a la participación comunitaria (Citada 2005 feb). www.ccisid.org/esp/index2d.htm
4. FAO/WHO. International Conference on Nutrition World. Declaration and Plan of Action for Nutrition. FAO. Rome; 1992.
5. Mercado C, Lorenzana P. Conceptualización de la seguridad alimentaria. Acceso y disponibilidad alimentaria familiar. Validación de instrumentos para su medición. Caracas. Fundación Polar; p. 47- 48. 2000.
6. Fundación Bengoa. Informe de Resultados 2003. Asamblea Anual 2004. Caracas; 2004.
7. Ley Orgánica: Para la Protección del Niño y del Adolescente. Venezuela. Gaceta Oficial N° 5.266. Octubre, 1998.
8. Fundación Bengoa. Programa de educación comunitario rural “Juntos por una buena alimentación”. Fundación Bengoa, PDVSA. Caracas; 2000. (Mimeo).
9. Morón C, Mazar I. Factores de éxito de los programas de seguridad alimentaria y nutrición. Arch Latinoam Nutr 2004; 54 (Suppl 1): 20-23.
10. Fundación Bengoa. Proyecto nutrición para una buena vida II. Fundación Bengoa, Krafth. Caracas; 2003. (Mimeo).
11. OMS. Guía para la medición del estado nutricional (FAP/79.1) 1979.
12. WHO: Working group. Use and interpretation of anthropometric indicators of nutritional status. Bull World Health Organization 1986; 64 (6): 929-941.