



INFORME FINAL

Bitácora 7



Proyecto Enjambre -FOCIEP Norte de Santander

Agosto de 2016



INCORPORAR UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LA I.E. FRAY JOSÉ MARÍA ARÉVALO DEL MUNICIPIO DE LA PLAYA EN LAS HORAS DEL DESCANSO.

TIENDA SANA

Investigadores:

Angie Tatiana Claro Carrascal
Karen Dayana Martinez Ortiz
José Ignacio Ortiz Garcia
Diego Perez Almeida
Carlos Eduardo Yaruro Becerra
Haider Garcia Bayona
Wilfreider Ascanio Vacca
Camilo Peñaranda Alvarez
Santiago Arevalo Velazquez
Carlos Manuel Claro Claro
Andrea Juliana Claro Carrascal
Valentina Duran Bermudez
Lina Marcela Quintero Ortiz
Valeria Claro Quintero
Milany Claro Tarazona
Juan Sebastian Bayona Peñaranda
Thomas santiago Manzano Claro
Sebastina Camilo Bayona Ortiz
Octavio Tarazona Velasquez

Co Investigadores:

Luis Alfredo Moreno Bonilla



Resumen:

Teniendo en cuenta lo importante que es inculcar en los niños y niñas rutinas de alimentación saludable, se genera la iniciativa de tienda sana como la solución a esta necesidad. El grupo recolecta información sobre los gustos en cuanto a alimentación por parte de los compañeros con el fin de ofrecer el mejor menú. Así mismo se plantearon mecanismos de divulgación para hacer conciencia sobre la importancia de una alimentación saludable en el colegio. Finalmente se implementa la tienda sana.

Introducción:

Este grupo de niños y jóvenes muestra un claro interés por aplicar las TIC en el desarrollo del proyecto escolar TIENDA SANA COLFRAYJOMA, con una visión diferente de lo que representa una tienda escolar donde no impere el ánimo de lucro comercial sino el servicio a toda la comunidad en especial a la estudiantil, con productos comestibles frescos con cero galguerías, cero bolsas plásticas y otros elementos desechables, procurando aportar en el desarrollo de una cultura eco sostenible, colaborando con nuestro entorno en procesos no contaminantes y por ende saludables.

Dentro de la Institución educativa Fray José María Arévalo, no se cuenta con alternativas de alimentación saludables para sus estudiantes en las horas de descanso, ya que solo consumen productos comerciales, los cuales no tienen un contenido nutritivo y por el contrario pueden llegar a considerarse nocivos para la salud, ya que sus altos niveles de azúcares, saborizantes y grasas, no aportan al desarrollo físico y mental de los estudiantes, por lo cual este proyecto pretende plantear una alternativa sana y nutritiva para los niños en cuanto a su alimentación se refiere en las horas del descanso.

Comprende aspectos tanto académicos como sociales y de valores en general. Contextualizando lo anterior, la institución fray José María Arévalo debe contar con iniciativas propias, las cuales fomenten en los estudiantes hábitos alimenticios saludables, los cuales contribuyan a su desarrollo y creen una cultura saludable en la comunidad educativa, lo cual se refleja en un crecimiento óptimo no solo físicamente sino también intelectualmente, y por sobre todo la prevención a la que conlleva un estilo de alimentación saludable de muchas enfermedades. Es por tal que la realización del presente proyecto constituye más que un proceso investigativo, la solución de una necesidad tangible de todos los estudiantes, e incluso de la comunidad educativa en su conjunto, proporcionándole una gran pertinencia y utilidad dentro de la cotidianidad del colegio.



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

La salud y el bienestar de los niños dependen de la alimentación. Los padres y educadores deben transmitir al niño la idea de que con la alimentación no se juega porque la salud depende de ello y se debe dar a la comida la importancia que se merece. Esto significa hacer una pausa al día para sentarse a la mesa y tomar protagonismo como comensales frente a los alimentos que se van a consumir.

Actualmente, en la sociedad los hábitos de alimentación han cambiado. Mientras antes existía un gran respeto hacia algo vital como son los alimentos y el momento de la comida, hoy en día se come cualquier cosa improvisada sobre la marcha, de pie y sin horarios. Cambiar la manera en la que se toman los alimentos en cuanto a modales es tan importante como otorgar a los alimentos la importancia que tienen y se merecen. Ambas son buenas normas y costumbres con las que deben familiarizarse los niños en casa.

El estado nutricional de los escolares está determinado por el contexto en el cual este se desarrolla y con la disponibilidad, el acceso, el consumo y el aprovechamiento biológico de los alimentos.

Otro aspecto a considerar en el contexto escolar y que juega un papel de trascendental importancia es el estado nutricional, son los hábitos y las costumbres alimentarias, los cuales se ven influenciados por el ambiente en el cual el niño se desarrolla. En esta edad se imitan algunas preferencias alimentarias de familiares, amigos y de personas que ellos consideren modelo para la alimentación lo que produce efectos positivos y negativos en el patrón de alimentación que pueden contribuir a riesgos nutricionales y comprometer el estado de salud.

En el medio se desarrollan diferentes programas y proyectos que buscan contribuir a mejorar la situación alimentaria y nutricional de este grupo de población, desde la escuela, unos de estos programas es el de restaurantes escolares que en las últimas décadas han demandado la movilización de importantes recursos humanos y la destinación de muy elevados presupuestos, sin que al parecer el costo – efectividad de estos esfuerzos haya sido satisfactorio, pues no se ha reflejado en una significativa reducción de los problemas nutricionales, lo que puede deberse a que estos programas no han sido articulados a propuestas educativas contextualizadas que contribuyan al fomento de adecuados hábitos de alimentación, o a que las condiciones carenciales de las familias, no contribuyen al adecuado crecimiento y desarrollo de la población escolar.

La cumbre mundial a favor de la infancia estableció entre sus metas la institucionalización de la vigilancia y la promoción del desarrollo infantil del escolar, difusión de conocimientos básicos para capacitar a las familias en seguridad alimentaria, expansión de la enseñanza primaria y facilitar a las familias conocimientos básicos para mejorar el nivel de vida. A su vez el Plan Nacional de alimentación y Nutrición Colombiano, se fundamenta en los



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

derechos constitucionales al inclinarse por la adecuada alimentación y nutrición, ya sea a nivel individual o grupal, asumiendo diferentes estrategias que permitan dar cumplimiento a los objetivos del plan.

Se puede afirmar que la cultura escolar, es una forma de producción y reproducción que tiene la organización racional de la vida social cotidiana. En la escuela se desarrollan un conjunto de prácticas, saberes y representaciones que cobran vida en el clima y en el ambiente escolar, en ella los niños continúan su proceso de socialización transformando desde la escuela su cotidianidad, aprenden nuevos elementos ajenos al espacio familiar, que genera demandas desde la disciplina, el control de prácticas, saberes y representaciones en las cuales se encuentran las relacionadas con la alimentación y la nutrición.

La edad escolar es un periodo determinante, ya que el niño debe desenvolverse en un escenario totalmente diferente al medio familiar protector, el nuevo medio le demanda no solo aspectos académicos, sino que es necesario adaptaciones desde lo social que le permiten coexistir con sus iguales y aprender a respetar otras líneas de autoridad diferentes a las de sus padres.

Entre estos comportamientos cobran importancia los relacionados con la alimentación y nutrición del escolar, la escuela es un espacio donde el mundo del niño se amplía y en lo relacionado con la selección de alimentos el escolar gana autonomía en lo relacionado con el consumo fuera del hogar. El consumo de alimentos en la escuela está determinado por el refrigerio, la lonchera o alimentos que se lleven de la casa para la escuela, la tienda escolar y las ventas ambulantes en las cuales los niños compran alimentos al iniciar o al terminar su jornada escolar.

La promoción de la salud mediante la escuela, es una de las estrategias más oportunas y efectivas que favorecen el desarrollo humano de los escolares. Además mejora y favorece la creación de ambientes saludables, que permitan la promoción del bienestar integral, fomento de habilidades y control de los factores de riesgo de los escolares. Por esta razón la escuela se convierte en un medio eficaz para la educación nutricional donde se trate de combinar conocimientos, aptitudes y actitudes que posibilitan prácticas saludables en la población infantil. Para lograr lo anterior se requiere que el currículo escolar se construya y se ejecute teniendo en cuenta estrategias y actividades que contribuyan a la formación de nueva cultura alimentaria.

Los programas de alimentación escolar fueron concebidos inicialmente como programas de compensación social, como una forma de aliviar las condiciones de pobreza, inseguridad alimentaria y hambre de niños y niñas. Sin embargo la alimentación escolar no puede ser solo un programa de compensación o de justicia social para calmar el hambre, debe posibilitar mejorar la calidad de los sistemas educativos, ampliar las jornadas escolares,



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

mejorar el rendimiento de los niños, posibilitar el desarrollo educativo, el de la salud y el social.

Otro de los lugares donde los escolares obtienen alimentos en la escuela es en la tienda escolar y en las ventas callejeras, especialmente las que se ubican a la entrada de las escuelas. En estos espacios los niños pueden seleccionar libremente determinados alimentos. Los alimentos que se brindan en la tienda escolar son especialmente productos empacados, una amplia variedad de confitería, gaseosas, bolis y productos de panadería.

La poca capacitación de los padres de familia y de los profesores en temas de alimentación y nutrición no permite una interacción entre la familia y la escuela que contribuyan al fomento y practica de hábitos de alimentación saludable que redunden en el bienestar físico y mental del escolar.

Por lo anterior es importante incluir en el proyecto educativo institucional estrategias para sensibilizar, informar y capacitar a los padres de familia profesores y los profesores en temas de alimentación y nutrición.

El restaurante escolar no debe ser solo un espacio para la alimentación, este debe ser utilizado como un espacio pedagógico en el cual el niño complementa y practique conocimientos adquiridos en la familia y en el currículo escolar como variedad, calidad, presentación de los alimentos, valor nutricional, higiene en el momento del consumo, modales en la mesa etc.

Justificación:

Una Institución Educativa es el espacio en el cual la formación de los estudiantes es el objetivo misional, este objetivo comprende aspectos tanto académicos como sociales y de valores en general. Contextualizando lo anterior, la institución Fray José María Arévalo, debe contar con iniciativas propias, las cuáles fomentan en los estudiantes hábitos alimenticios saludables, contribuyendo a su desarrollo y creando una cultura saludable en la comunidad educativa, esto se refleja en un crecimiento óptimo, no solo físicamente, sino también intelectualmente, y por sobre todo la prevención a la que conlleva un estilo de alimentación saludable de muchas enfermedades. Es por tal razón que la realización del presente proyecto, constituye más que un proceso investigativo, la solución de una necesidad tangible de todos los estudiantes, e incluso de la comunidad educativa en su conjunto, proporcionándole una gran pertinencia y utilidad dentro de la cotidianidad del colegio.



Objetivos:

Objetivo General

Incorporar una alimentación saludable en la I.E. Fray José María Arévalo del municipio de la playa en las horas del descanso mediante la implementación de la tienda sana promoviendo conductas alimenticias saludables en los estudiantes.

Objetivos Específicos

- Establecer las preferencias alimenticias de los estudiantes del IE Fray José María Arévalo y su receptividad a los productos saludables
- Revisión bibliográfica de requerimientos alimenticios saludables y su factibilidad de implementación en los descansos del IE Fray José María Arévalo.
- Definición de una estrategia de socialización y puesta en marcha de la tienda sana del IE Fray José María Arévalo

Conformación del grupo de investigación:

Integrantes del grupo:

- Angie Tatiana Claro Carrascal tiene 11 años y cursa sexto grado
- Karen Dayana Martinez Ortiz tiene 12 años y cursa sexto grado
- Jose Ignacio Ortiz Garcia tiene 12 años y cursa sexto grado
- Diego Perez Almeida tiene 11 años y cursa sexto grado
- Carlos Eduardo Yaruro Becerra 11 años y cursa sexto grado
- Haider Garcia Bayona tiene 11 años y cursa sexto grado
- Wilfreider Ascanio Vacca tiene 13 años y cursa sexto grado
- Camilo Peñaranda Alvarez tiene 10 años y cursa quinto grado
- Santiago Arevalo Velazquez tiene 10 años y cursa quinto grado
- Carlos Manuel Claro Claro tiene 10 años y cursa quinto grado
- Andrea Juliana Claro Carrascal tiene 10 años y cursa cuarto grado
- Valentina Duran Bermudez tiene 10 años y cursa cuarto grado
- Lina Marcela Quintero Ortiz tiene 12 años y cursa cuarto grado
- Valeria Claro Quintero tiene 9 años y cursa cuarto grado
- Milany Claro Tarazona tiene 8 años y cursa tersero grado
- Juan Sebastian Bayona Peñaranda tiene 8 años y cursa tercero grado
- Thomas santiago Manzano Claro tiene 6 años y cursa primero grado
- Sebastina Camilo Bayona Ortiz tiene 10 años y cursa tercero grado
- Octavio Tarazona Velasquez tiene 17 años y cursa undesimo grado



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Fotografía del grupo de investigación:

Figura 1: Fotografía del Grupo de Investigación Tienda Sana



Fuente: Fotografías grupo de investigación

Logo del grupo de investigación:

Figura 2: Logo del Grupo de investigación Tienda Sana



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL



Fuente: Diseño del Grupo de investigación Tienda Sana

Eslogan del Grupo de investigación Tienda Sana

Generando rutinas de alimentación saludable.

La pregunta como punto de partida:

Se reunió el grupo de investigación, y se les dieron las respectivas instrucciones para que ellos formularan las preguntas.

Inicialmente se pretendió que las preguntas fuesen abiertas y sin restringir la temática, lo cual conllevó a una gran falta de consistencia, profundidad y pertinencia, por tal razón luego de la primera lluvia de ideas se indujo a los jóvenes a reflexionar en primera instancia cuales serían en realizada sus cuestionamientos con relaciona los temas que tienen que ver con la alimentación, y específicamente dentro de la Institución educativa Fray José María Arévalo; Cuando los niños notaron que no era necesario rebuscar temáticas o cuestionamientos, y que por el contrario todos los insumos para el taller los podrían encontrar en la observación, el análisis y la documentación de los aspectos cotidianos, fue sencillo encausar el taller de la pregunta, ya que aunque no pareciera, lo jóvenes son conscientes de la



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

importancia que tiene el equilibrio alimenticio, y los perjuicios que es la comida chatarra y con exceso de azúcar. Una vez se realizó el taller, se entregaron las preguntas para su lectura. Se notó que había preguntas muy similares y que algunas complementaban a las otras, ante lo cual fue necesario de manera colectiva establecer mecanismos que permitieran fusionar preguntas similares o complementarias, para ello la estrategia fue hacer un mapa conceptual con cada una de las preguntas, donde se ramifican las preguntas que fuesen similares o complementarias. Esta dinámica permitió que los niños establezcan un mapa mental mucho más completo de la actividad y de la investigación misma. De esta manera se terminó el taller y se pasó a registrar todas las preguntas.

Los integrantes del grupo de investigación estuvieron muy atentos e interesados durante el desarrollo del taller.

Nuestra pregunta de investigación es ¿De qué manera se puede incorporar una alimentación saludable, en la i.e. Fray José María Arévalo del municipio de La Playa?

El problema de investigación:

Dentro de la Institución Educativa Fray José María Arévalo, no se cuenta con alternativas de alimentación saludables para los estudiantes en las horas de descanso, ya que solo consumen productos comerciales, los cuales no tienen un contenido nutritivo y por el contrario pueden llegar a considerarse nocivos para la salud, ya que sus altos niveles de azúcar, saborizantes y grasas, no aportan al desarrollo físico y mental de los estudiantes, por lo cual este proyecto pretende plantear una alternativa sana y nutritiva para los niños, en cuanto a alimentación se refiere, sobre todo en las horas del descanso.

Figura 3: Trayectoria de la Indagación.



Fuente: Diseño metodológico Grupo de investigación Tienda Sana

Tipo de investigación:

Concluyente: este tipo de investigación suministra información que ayuda a evaluar y a seleccionar un curso de acción. El diseño de la investigación se caracteriza por procedimientos formales de investigación y necesidades de información claramente definidos, que busca determinar perfiles a través de cuantificación de hechos, preferencias y en general hábitos y costumbres.

Descriptiva: “El estudio descriptivo identifica características del universo investigado, establece comportamientos concretos, descubre y comprueba la sociedad entre variables de investigación”. Porque es formal, estructurada, el análisis de datos es cuantitativo y los descubrimientos se usan para la toma de decisiones, con una muestra representativa, las encuestas se harán de manera individual a los niños.

Metodología de investigación:



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

El método de investigación que se tendrá en cuenta es el Inductivo. Este método permite conocer las necesidades de los clientes potenciales de un producto que llene sus expectativas. “Este método es uno de los más empleados en la investigación de marketing”.

Contexto:

El municipio de La Playa, está ubicado en la región Nor - occidental del departamento Norte de Santander al pie de impresionantes formaciones geológicas o estoraques.

El municipio presenta una densidad de población rural superior a los 25 hab. / Km. cuya incidencia es debido a factores determinados por actividades agrícolas, con 10.000 habitantes aproximadamente de los cuales el 22% corresponde a la cabecera municipal y el 78% al sector rural. La región presenta amplios frentes de colonización, economía incipiente y baja infraestructura vial.

Población:

La institución educativa Fray José María Arévalo del municipio de La Playa de Belén, posee 462 estudiantes, de los cuales es necesario realizar una delimitación para establecer a cuanto se les realizara la encuesta, para lo cual realizamos el siguiente cálculo de muestra:

n=

$$\frac{(Z)^2 \times N \times p \times q}{(N-1) \times e^2 + (Z)^2 \times p \times q}$$

$$Z = 1,96$$

$$N = \text{Tamaño de la población} = 462$$

$$p = \text{Probabilidad de éxito} = 50\% = 0,5$$

$$q = \text{Probabilidad de fracaso} = 50\% = 0,5$$

$$e = \text{Error de estimación} = 5\% = 0,05$$

$$n = \text{Tamaño de la muestra}$$

$$n = \frac{(3,8416) (462) (0,5) (0,5)}{(462-1) \times (0,0025) + (3,8416) (0,5) (0,5)} = \frac{443,7048}{(1,1525) + (0,9604)} = \frac{443,7048}{2,1129}$$

$$n = 209,9980122107057$$

Diseño de las trayectorias:



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

La principal dificultad que se presentó fue la de la hora de reunión. Ya que los estudiantes pertenecen a diferentes grados, y buscar el horario que se adaptara a todos fue un poco difícil. Sin embargo fue posible.

Por lo demás no se presentaron dificultades en cuanto al diseño, ya que se proponían los pasos, se argumentaban, y se aprobaban.

El grupo de estudiantes es muy activo. La principal fortaleza es la disposición para aprender y colaborar con la investigación; de igual manera de escuchar los diferentes puntos de vista y ponerse de acuerdo.

Luego de este proceso se llegó a la decantación de las etapas que nos permitieron estructurar las fases y los procesos a lo largo de la investigación, el siguiente gráfico las ilustra:

Recorrido de las trayectorias de indagación:

Figura 4: Recolección de información.



Fuente: Proceso investigativo Grupo de investigación Tienda Sana

Dentro de las dificultades que se presentaron para diseñar la trayectoria de indagación están:

La falta de conectividad en la sede, ya que en ocasiones tenemos el servicio de internet y otras veces no, para lo cual debimos aplazar en una ocasión la actividad programada.

Debido a que los estudiantes del grupo de investigación son de diversos grados, en ocasiones había dificultad en la asistencia de algunos de ellos.



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Primer segmento: CAMPAÑA DE ALIMENTACIÓN SANA EN LAS SEDES

Los estudiantes investigaron sobre el tema en internet, luego nos reunimos y distribuimos los diferentes temas para las carteleras y posteriormente las exposiciones y demostraciones de la alimentación sana.

Segundo segmento: RECOLECCIÓN Y ANÁLISIS DE INFORMACIÓN (salidas de campo)

Para saber la opinión de los estudiantes de la sede, realizamos una salida de campo. En ella entrevistamos a estudiantes de diferentes edades y grados.

Algunas de las preguntas de la encuesta fueron las siguientes:

¿Estás de acuerdo que en el colegio se implementen la tienda sana o saludable?

¿Crees que a los estudiantes Josemaristas les gusta más la comida saludable que la de paquetes? (papas, chitos, etc)

¿Cuáles jugos naturales te gustan más? menciona dos.

¿Qué alimentos preparados te gustaría que vendieran en la tienda sana? menciona dos

Aparte de los jugos naturales, ¿qué otras bebidas frías te gustan? menciona dos.

¿Cuál es tu bebida caliente favorita y que te gustaría comprar en la tienda sana?

¿Qué frutas te gustaría comprar en la tienda sana? menciona dos.

Las respuestas fueron consignadas en la libreta de apuntes para luego analizarlas y tabularlas.

El esquema general que usamos para la recolección de información comprende tanto las técnicas, instrumentos y las actividades que nos permitieron recolectar la información que nos era tan importante para la ejecución del proyecto. A continuación tenemos una representación grafica de estos instrumentos y técnicas:

Figura 5: Técnicas e instrumentos de recolección de información



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL



Fuente: Diseño metodológico Grupo de investigación Tienda Sana

La fase de recolección de la información mostro las inclinaciones de los estudiantes con respecto a sus gustos, así mismo mediante las entrevistas a padres se dieron otro aporte significativo con relación a lo que ellos pensaban que debía ser la alimentación dentro del colegio.

Podemos concluir entonces los siguientes aspectos de cada instrumento:

Encuesta:

Los estudiantes están interesados en la creación de la tienda sana, no obstante sus gustos no están en la misma dirección, ya que no es sorpresa que los niños prefieren las comidas rápidas o los fritos sobre otro tipo de alimentación. Aun así es importante resaltar que muestran interés por la comida saludable.

Entrevistas:

Los padres de familia se mostraron sumamente interesados en que existiera esta alternativa de alimentación al interior de la IE Fray José María Arévalo, con muy pocas excepciones los padres expresaban lo importante que es completar la alimentación de los hogares con la que se le puede brindar en el colegio de un modo saludable, cosa que indudablemente fortalecerá sus crecimiento y desarrollo en todos los aspectos.



Talleres:

Cuando se habían desarrollado las fases iniciales de recolección de información, fue necesario realizar una resto alimentación en el aula con los estudiantes, y hacer una reflexión sobre lo que ellos piensan, en ese sentido se encontró que estos si querían una alimentación saludable pero no querían abandonar las opciones que no lo son tanto, querían elegir entre ambas cosas.

Reflexión/Análisis de resultados:

Resultados de los instrumentos

La recolección de información en su primera instancia comprendía la aplicación de las encuestas, las cuales fueron dirigidas a los estudiantes y los propios integrantes del GI Tienda Sana fueron los encargados de aplicarlas. Vamos a abordar cada uno de los cuestionamientos realizados en estas:

Figura 6: Análisis de encuesta.



Fuente: recolección de información Grupo de investigación Tienda Sana

Figura 7: Análisis de encuesta.



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL



Fuente: recolección de información Grupo de investigación Tienda Sana

Figura 8: Análisis de encuesta.



Fuente: recolección de información Grupo de investigación Tienda Sana

Figura 9: Análisis de encuesta.

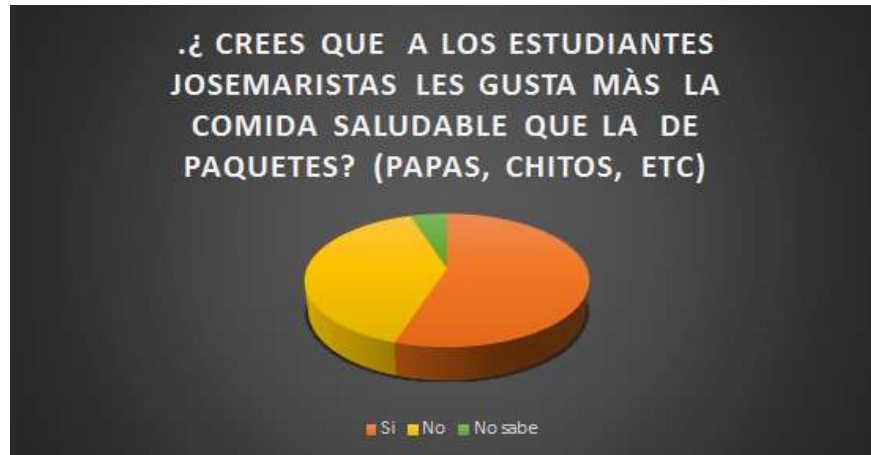




ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Fuente: recolección de información Grupo de investigación Tienda Sana

Figura 10: Análisis de encuesta.



Fuente: recolección de información Grupo de investigación Tienda Sana

Una vez finalizada esta primera fase de recolección de información se estableció que es necesario realizar un nuevo barrido con el fin de consolidar datos, ya que las preguntas planteadas condujeron a nuevos interrogantes dentro de los estudiantes y el grupo mismo de investigación, puesto que ya se conocen los intereses y posición con respecto a la alimentación sana por parte de los estudiantes, pero también es importante establecer las estrategias para insertar este nuevo modelo en el colegio.

Campaña de socialización de la alimentación sana:

Una vez realizadas las diferentes indagaciones en la comunidad educativa con relación a los gustos y costumbres a la hora de la alimentación en las horas del descanso, fue necesario emprender un proceso de campaña educativa dirigida a los estudiantes, docentes y profesores, puesto que existen hábitos muy arraigados sobre las conductas perjudiciales en alimentación que tienen los niños, es por eso que fue importante dar inicio con las jornadas de capacitación y sensibilización de los estudiantes.

Figura 10: Campaña sobre alimentación saludable



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL



Fuente: Proceso investigativo Grupo de investigación Tienda Sana

Como maestro acompañante, ha sido una buena experiencia trabajar con los niños de la sede 2, ya que tienen mucho interés por el saber y la investigación, como también de colaborar en todo lo que tenga que ver con el proyecto, he tenido algunos inconvenientes para reunirlos, ya que pertenecen a diferentes grados. Pese a ello, se pudieron hacer las actividades propuestas. Abordando el tema desde una perspectiva más académica puedo ver con claridad que establecer mecanismos innovadores dentro del proceso formativo, genera en los jóvenes un espíritu de interés y de participación que difícilmente se obtienen con las estrategias tradicionales del proceso de enseñanza, ante lo cual sería interesante buscar un modelo, conjunto de acciones o lineamientos que tengan una adaptabilidad al trabajo actualmente utilizado, y que a su vez proporcionen la base de una academia enfocada desde la perspectiva de la investigación.

La realización del proceso investigativo con los niños, implica una organización y estrategias que los involucren, y más aún que los motiven, ya que es esta la herramienta más importante cuando de niños se trata.

Una vez se tiene la atención, disposición e interés de los niños, resulta sumamente interesante su insaciable curiosidad, la cual a primera vista no se asoma, tal vez por la presión social o el temor al fracaso, pero construyendo un ambiente seguro, sondear el grupo, la coraza protectora, aflora el enorme interés por conocer el mundo y las cosas de todo lo que los rodea.



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Teniendo en cuenta lo anterior, es fácil decir que no dista mucho las mecánicas de raciocinio de un niño o un adulto, pero es fundamental resaltar que las vivencias de su procesos formativos, forjaran de manera definitiva su manera de interactuar una vez sean adultos.

Finalmente, el grupo Tienda Sana permitió la consolidación de un proyecto en lo tangible, pues la alimentación es algo tan cotidiano que muchas veces se descuida, y estos infantes han logrado comprender la enorme relevancia que la alimentación tiene, y más aún, han propuesto la importancia que tendría publicar y dar a conocer sus experiencias y resultados como grupo de investigación.

Conclusiones:

La escuela se constituye no solo en una instancia transmisora de conocimientos básicos en lectoescritura, matemática, ciencias naturales y otras disciplinas, sino también un ámbito donde se adquieren habilidades para la vida, el autocuidado mutuo y la defensa de los derechos. Diversas experiencias en todo el mundo muestran que la escuela constituye un lugar privilegiado para la promoción de hábitos de vida y de alimentación saludable. Se espera que sean los adolescentes quienes a partir de distintos disparadores propuestos por los adultos, se transformen en actores del proceso de enseñanza y de aprendizaje, movilizand o toda su capacidad creativa y promoviendo grados crecientes de participación e involucramiento en la realidad cotidiana. Esperamos que este proyecto contribuya a capacitar



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

al adolescente y sus familias para que puedan transformarse en agentes de cambio para una vida mejor. Si lo logramos, no solo habremos enriquecido sus conocimientos y prácticas sobre alimentación, nutrición y estilos de vida saludables, sino que también habremos contribuido a fortalecer el ejercicio democrático y la construcción de una sociedad más justa y solidaria

Bibliografía:

BACA U., Gabriel. Evaluación de proyectos. Quinta edición. Editorial McGraw Hill.

MIRANDA MIRANDA, Juan José. Gestión de Proyectos. Investigación-formulación y evaluación. Editorial McGraw Hill. Bogotá. 2002.

PETER, J. Paúl. Marketing para no conocedores. Editorial McGraw Hill. México 1.997.

Secretaría de Educación de Nariño, Hacen llamado para promover comida saludable en tiendas escolares, 16 de marzo de 2015

Alfaro E, Bejarano IF, Cabrera G, Dipierri JE, Miñau M, Morales J, Quispe Y y Tanúz A (2002) Prevalencia de alteraciones del estado nutricional en adolescentes jujeños. V Jornadas de Niñez y Adolescencias, San Salvador de Jujuy.

Armatta A. Crecimiento y desarrollo en la pubertad normal, causa de vulnerabilidad nutricional, recomendaciones para una alimentación adecuada. Boletín de la Asociación Argentina de Odontología para niños. Vol. 29 N° 2 junio 2000

Bejarano IF, Dipierri J, Alfaro E, Quispe Y, Cabrera G (2003) Prevalencia de sobrepeso y obesidad en escolares de San Salvador de Jujuy. Primeras Jornadas de Auxología "Crecimiento físico desde la concepción hasta la madurez". Sociedad Argentina de Pediatría. Buenos Aires.

Bejarano IF, Quispe Y, Cabrera G, Miñau M, Dipierri JE, Alfaro EL, Morales JO, Tanúz A (2002) Estado nutricional en adolescentes jujeños. XII Jornadas Regionales de Pediatría del NOA, SAP-Filial Tucumán, San Miguel de Tucumán.

OPS (1997) Temas de actualidad. Componentes educativos de los programas para la promoción de la salud escolar. Pan Am J Public Health 2(3):209-214.



ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Peña M , Bacallao J (2001) La obesidad y sus tendencias en la región. Pan Am J Public Health 10(2):75-77.

Agradecimientos

Queremos dar especiales agradecimientos a los asesores del proyecto enjambre y en particular a nuestro último asesor el ingeniero Leonard David Lobo Parra por su contrastante y oportuna ayuda.

A los padres de familia por su gran disposición

A profesores y administrativos del colegio

Y a Dios por permitirnos culminar satisfactoriamente este gran proceso.