

# I CONGRESO IBEROAMERICANO DE DOCENTES

CONGRESO VIRTUAL DEL 26 NOVIEMBRE AL 08 DICIEMBRE DE 2018

ALGECIRAS (CÁDIZ) DEL 06 AL 08 DICIEMBRE DE 2018

Actas del Congreso Iberoamericano de Docentes

En busca de la alimentación perdida

Solange Sepúlveda Sáez

ISBN: 978-84-948417-0-5

Edita **Asociación Formación IB.**

Coordinación editorial: **Joaquín Asenjo Pérez, Óscar Macías Álvarez, Patricia Ávalo Ortega y Yoel Yucra Beisaga**

Año de edición: **2018**

Presidente del Comité Científico: **César Bernal.**

El I Congreso Iberoamericano de Docentes se ha celebrado organizado conjuntamente por la Universidad de Cádiz y la Asociación Formación IB con el apoyo del Ayuntamiento de Algeciras y la Asociación Diverciencia entre otras instituciones.

<http://congreso.formacionib.org>



red  
iberoamericana  
de docentes



formaciónib))

# En busca de la alimentación perdida

**Autora:** Solange Sepúlveda Sáez  
**Institución:** Colegio Amancay de La Florida

## Introducción

Según datos del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) Chile es un país que se manifiesta al alza respecto a la obesidad y el asunto se pone aún más grave en el caso de los niños y niñas en edad escolar, factor indiscutido es la alimentación que se recibe, rica en grasas saturadas y azúcares. Ante tal realidad el Estado chileno ha reaccionado implementando recientes políticas en la materia.



Desde la escuela, la interrogante es ¿cómo aportar a la comunidad escolar en la mejora de los hábitos alimenticios y por tanto caminar en la vereda contraria de la obesidad?



-Contribuir a transformar las prácticas alimenticias de los estudiantes de la comunidad educativa que sean partícipes del taller.

-Impactar en los hogares de los estudiantes, generando alternativas de alimentación.



## Taller

### Método

Se crea el taller de alimentación saludable "En busca de la alimentación perdida"

-Se trabaja desde lo esencial y vital: alimentarse.

-Se inicia desde sus conocimientos previos, buscando en sus archivos cerebrales y trayéndolos al presente.



-Se cocina usando recetas publicadas en el libro "Cocina saludable, cómo incluir cinco porciones de frutas y verduras al día" del programa Elige vivir sano, el que reúne a siete Ministerios chilenos, entre ellos Salud y Educación.

-Son 12 las recetas que se crean, una por semana. Los estudiantes comparten y descubren nuevos sabores usando alimentos de fácil acceso.



-Se usa el aprendizaje en diversas situaciones, distintas al taller, tales como sus propios hogares y algunas celebraciones escolares.



### Resultados Preliminares

-Excelente acogida de la comunidad: teniendo el 100% de los cupos completos. Padres y apoderados comprometidos en enviar al taller los alimentos pedidos semana a semana.

-Se genera una segunda versión del taller, con nuevos estudiantes.

-El 50% de los apoderados de los niños del taller afirma que su hijo u hija ha cocinado en casa, usando las recetas trabajadas en taller.



## Conclusiones

El taller se presenta como una alternativa de aprendizaje dentro de la comunidad escolar. Los padres y apoderados se interesan en que sus hijos e hijas mejoren sus hábitos alimenticios, apoyando el desarrollo del taller.

La escuela potencia la presencia del taller, dando espacios para usar los aprendizajes que en él se construyen, validando la necesidad de una transformación en las prácticas alimenticias.

Los estudiantes al cierre del taller muestran interés por repetir la experiencia de cocinar en otros ámbitos. El 50% de ellos ya lo empieza a concretar.