

Mendieta-Lagunas, Mariana; López-Botello, Felisa Yaerim
Análisis de la enseñanza de la alimentación en ciencias naturales para una
vida saludable con estudiantes de educación básica desde la práctica docente
Revista RedCA, vol. 5, núm. 15, 2023, Febrero-Mayo, pp. 46-62
Universidad Autónoma del Estado de México
., México

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=748780987003>

Análisis de la enseñanza de la alimentación en ciencias naturales para una vida saludable con estudiantes de educación básica desde la práctica docente

Lic. Mariana Mendieta-Lagunas
 Universidad Pedagógica Nacional 151, Toluca, México
mendietamariana298@gmail.com
 ORCID. <https://orcid.org/0000-0002-3466-5778>

Dra. Felisa Yaerim López-Botello
 Universidad Pedagógica Nacional 151, Toluca, México
felisa.lopez@seiem.edu.mx
 ORCID. <https://orcid.org/0000-0003-1732-4979>

Recepción: 01 de agosto del 2022

Aceptación: 20 de enero del 2023

Publicación: 01 de febrero del 2023

Resumen:

Según la FAO (2019) Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) fundada el 16 de octubre de 1945, Quebec, Canadá; menciona que “la educación alimentaria tiene que ir más allá del aspecto teórico, llevando a los estudiantes a que tengan un aprendizaje basado en experiencias y práctica” (s/p). En los últimos años la educación alimentaria se volvió un tema de controversia, por su forma de ser vista por la sociedad de diversos países, generando el interés de distintas asociaciones tanto nacionales como internacionales, las cuales, se dieron a la tarea de investigar más a fondo lo que es la educación alimentaria y como se lleva a cabo su impartición en escuelas de educación básica. Hablar de educación alimentaria lleva a una participación activa y permanente de docentes, directivos, padres de familia y estudiantes, considerando que el tema está vinculado a las ciencias naturales, que es impartida como materia en todas las escuelas de educación básica. El presente trabajo, tiene por objetivo conocer la importancia de la enseñanza de la educación alimentaria, para una vida saludable con estudiantes de educación básica desde la práctica docente, además de formar un individuo consciente en la toma de sus decisiones de un consumo responsable para lograr una alimentación sana.

Desde un enfoque mixto, la realización de un diagnóstico socioeducativo y haciendo uso del instrumento del cuestionario aplicado a docentes y otro a estudiantes de una primaria pública ubicada en el centro de Santiago Tlaxomulco, Toluca Estado de México, se concluyó que

actualmente existe una mala educación alimentaria por la falta de información, conocimiento y reflexión para una alimentación sana desde el aula.

También destaca la manera en cómo se imparte la educación alimentaria a estudiantes de educación básica, la cual, inadecuada, considerando que no se cumple con el propósito de formar individuos consientes que logren una vida saludable a través de su alimentación.

Palabras clave: Enseñanza de la alimentación y nutrición, Ciencias Naturales, Vida Saludable, Educación Básica, Práctica Docente.

Analysis of the teaching of food in natural sciences for a healthy life with basic education students from the teaching practice

Abstract:

According to FAO (2019) Food and Agriculture Organization of the United Nations) founded on October 16, 1945, Quebec, Canada; mentions that "food education has to go beyond the theoretical aspect, leading to students to have an experience-based and practical learning" (s/p). In recent years food education has become a subject of controversy, due to its way of being seen by the society of various countries, generating the interest of different national and international associations, which, were given the task of further investigating what food education is and how it is delivered in basic education schools.

Talking about food education leads to an active and permanent participation of teachers, managers, parents and students, considering that the subject is linked to the natural sciences, which is taught as a subject in all schools of basic education.

The present work aims to know the importance of teaching food education, for a healthy life with students of basic education from the teaching practice, in addition to forming an individual consents in the making of their decisions of a responsible consumption to achieve a healthy diet.

From a mixed approach, the realization of a socio-educational diagnosis and making use of the questionnaire instrument questionnaire applied to teachers and another to students of a public primary school located in the center of Santiago Tlaxomulco, Toluca State of Mexico, it was concluded that there is currently poor food education due to the lack of information, knowledge and reflection for a healthy diet from the classroom.

It also highlights the way in which food education is provided to students of basic education, which, inadequate, considering that the purpose of forming conscious individuals who achieve a healthy life through their diet is not fulfilled.

Keywords: Teaching of food and nutrition, Natural Sciences, Healthy Living, Basic Education, Teaching Practice.

I. Introducción

De acuerdo con asociaciones nacionales e internacionales, la escuela tiene como objetivo fundamental ser el espacio excelente y adecuado para fomentar una buena educación alimentaria en los estudiantes.

Al tener este referente ideal de escuela, se han planteado muchos retos para lograr una sociedad que debe de trabajar en conjunto con los agentes educativos, los cuales son escuela, docente, padres de familia y estudiantes; dentro de estos retos se encuentra la participación de un gobierno que ayude a moldear los entornos educativos escolares, permitiendo así, el impulso de iniciativas en sectores públicos y privados.

Para hacer frente a la problemática educativa en materia de alimentación, se formó una alianza entre la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura (FAO) y la Organización de las Naciones Unidas para la Educación (UNESCO), cuyo principal propósito fue fortalecer la educación alimentaria, impulsar iniciativas y políticas en el sector educativo, para favorecer la salud de los estudiantes, a través de programas de alimentación escolar.

La UNESCO plantea que los programas educativos tienen que incluir educación para la salud y la FAO (2019) considera que los programas de alimentación escolar son una forma de enfrentar la malnutrición escolar, creando así, una cultura alimentaria.

Lo que propone a los gobiernos moldear los entornos alimentarios escolares, colocando material visual que ayude al conocimiento de la educación alimentaria y, realizar un diagnóstico sobre los comedores escolares así como del entorno escolar, para relacionar la educación alimentaria con educación para la salud, debido a que si se tiene una buena educación alimentaria se podrá lograr una buena salud a lo largo de la vida, además si esta educación se lleva desde los primeros años de vida ayudará a una formación temprana en la materia.

También propone fortalecer y dar mayor importancia a las iniciativas de sectores públicos y privados mediante vínculos entre ellos, sin embargo, este vínculo dentro de las instituciones educativas aún está débil o incluso no se toma en cuenta.

Por lo anterior, la Organización Mundial de la Salud (OMS) propuso en 2019 sugerencias para la promoción de una nutrición saludable en las escuelas, donde destacan:

- Ofrecer educación sanitaria, cuya finalidad es lograr conductas saludables.
- Ofrecer programas alimentarios escolares, tales como desayunos o refrigerios.
- Tener máquinas expendedoras de alimentos saludables.
- Garantizar que los alimentos que sirvan en las escuelas cumplan con requisitos nutricionales mínimos.
- Ofrecer servicios de salud escolar, que ayuden a fomentar la salud y el bienestar.
- Fomentar la participación de los padres.

Otro aspecto fundamental es lo establecido por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en la agenda 2030, en su objetivo 12, el cual, se refiere a garantizar modalidades de consumo y producción sostenible, permitiendo una reflexión de si los impactos ambientales más graves en los alimentos se producen en la fase de producción, los hogares influyen en estos impactos a través de hábitos y elecciones dietéticas. Además, la ONU en el año 2020, mencionó que 2000 millones de personas en todo el mundo tienen sobrepeso o son obesas.

El objetivo referido se articula con el objetivo 4 de la ONU, que es garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad, así como promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos. Respecto a este último objetivo, se presentó en el 2020, debido a la pandemia de la COVID-19 la problemática del cierre temporal de las escuelas por lo que afectó a más del 91 % de los estudiantes en todo el mundo y cerca de 369 millones de niños que dependen o dependían de los comedores escolares, por lo que tuvieron que buscar otras fuentes de nutrición diaria, lo que provocó un mayor descontrol alimenticio, sobrepeso, hambre y una mala alimentación, por lo tanto, el objetivo 4 de la ONU enfrenta el reto en todos los países que es, garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad, así como promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.

En México, la Secretaría de Educación Pública (SEP) 2015 propuso empleo del manual “Recomendaciones para una nutrición saludable”, a fin de combatir el sobre peso y la

obesidad por ser un problema grave para la salud, por lo cual, se incorporaron temas de orientación alimentaria en escuelas de educación básica. Algunas de las actividades propuestas a realizar en el referido manual es:

- Reforzamiento de contenidos relacionados con salud alimentaria
- Capacitación de profesores en temas de alimentación
- Fomento de la participación de familias en Consejos Técnicos Escolares
- Aplicación de medidas en establecimientos de consumo escolar

Existe también una propuesta por parte de la empresa Nestlé llamada “Nutrir Niños Saludables (2006)”, esta propuesta está creada específicamente para el docente, en donde proporciona recursos didácticos para la enseñanza de la educación alimentaria, donde todo el aprendizaje está relacionado con la práctica de los mismos contenidos. La iniciativa permite al docente frente a grupo, hacer uso de los materiales del programa “Nutrir Niños Saludables”, convirtiéndolos en una herramienta de soporte para la materia de Ciencias Naturales de los diferentes grados de primaria.

Dentro del aula de clases, a partir del 2005 inició la propuesta del Plato del Bien Comer durante el periodo del ex gobernador del Estado de México, Arturo Montiel Rojas, inspirado en el Plato para Comer Saludable o Plato Para Comer Sano del Departamento de Agricultura de Estados Unidos de América creada en 1992. El Plato del Bien Comer es un apoyo a las clases de educación primaria, permitiendo mostrar de manera gráfica los grupos de alimentos, convirtiéndolo en un gran apoyo lúdico, para la comprensión de la educación alimentaria, puesto que el aprendizaje de los estudiantes se hace visual e interactivo.

Se tienen muchas propuestas que pueden ser adaptadas al espacio educativo de cada lugar, sin embargo, es notorio que no son tomadas en cuenta dentro de las aulas de educación primaria del país, lo que debilita la educación alimentaria para una vida saludable de los mexicanos.

La presente investigación permite reflexionar la manera en que se lleva a cabo la enseñanza de la alimentación para una vida saludable y la importancia de poseer los conocimientos desde el aula a una edad temprana en la educación primaria, para fortalecer una vida saludable.

II. Desarrollo

Esta investigación se basa en las Teorías del Constructivismo, Aprendizaje Significativo, Educación Alimentaria, Pedagogía social y Educación Liberadora; en relación con lo que es la práctica docente y cómo se desenvuelve el estudiante en el ambiente educativo.

La Teoría del Constructivismo de Vigotsky, menciona que los contextos sociales y culturales son de gran impacto para la apropiación de conocimientos, que son desarrollados naturalmente, a través de descubrimientos. Existe la Zona de Desarrollo Próximo, en donde el estudiante es capaz de comprender algunos conocimientos que se encuentran dentro de su nivel de desarrollo y que termina por asimilarse con ayuda de un adulto.

Para poder complementar esta teoría, se analizó un apartado del libro “Aprendizajes sin límites. Constructivismo” de Mavilo Calero, el cual retoma la importancia de distinguir y atender a los estudiantes de acuerdo con la etapa de desarrollo en la que se encuentren, para tener un mejor resultado en el aprendizaje (Calero, 2009).

La etapa del desarrollo humano en la que se centró esta investigación corresponde a la etapa de operaciones concretas (7 a 11 años), la cual, establece que las características que definen al infante en esta etapa son las de un individuo egocéntrico, cuyo razonamiento concreto es a base de objetos. Además de ser en la que incluir actividades escolares relacionadas con la cultura del estudiante, para que, de esta manera, él pueda realizar en interacción con la sociedad y la naturaleza.

Basado en ello, se recomienda que el trabajo sea en conjunto docente-estudiante, donde el docente tenga que construir actividades lúdicas que complementen el trabajo teórico presentado a sus estudiantes, facilitando en ellos adquirir de manera más concreta la teoría y coadyuvando a su práctica, así como generar una labor en triada, es decir, un trabajo entre instituciones educativas, estudiantes y padres de familia o comunidad, para lograr identificar los aprendizajes más importantes que los estudiantes deben obtener y crear las condiciones que permitan adentrarse a próximos aprendizajes.

En esta perspectiva el constructivismo, deja de lado al docente tradicional, quien solamente plasma lo que él considera que necesitan los estudiantes y la comunidad, e, imparte año con año los mismos conocimientos. El docente debe entonces diseñar actividades para las distintas materias que cursa el estudiante, a modo de que sean interdisciplinarias como lo

pide la Nueva Escuela Mexicana y complementen los conocimientos teóricos, haciendo de esto una práctica que motive y llame la atención del estudiante.

Ausubel (2006) en su Teoría de Aprendizaje Significativo, establece que el aprendizaje es una estructura cognitiva, es decir, un conjunto de conceptos o ideas que el individuo posee. En tanto que el aprendizaje significativo son todos los conocimientos que el estudiante tiene y que de una u otra manera logra recordar y relacionar con otros temas que lo impliquen. A diferencia del aprendizaje significativo, existe el aprendizaje mecánico, donde los conocimientos se mantienen almacenados y no existe una interacción con conocimientos nuevos.

Por lo anterior, la información debe presentarse por el docente de manera que genere impacto en el estudiante, donde exista un proceso de reflexión de la información o el conocimiento, les permita cuestionamientos y generar un pensamiento reflexivo y crítico.

Se concluye que, para poder lograr un aprendizaje significativo, se necesita la disposición del estudiante, considerando que la educación básica es parte fundamental, para su desarrollo. El papel del docente va en línea con estas dos teorías, pues es portador de información, mediador y guía para todos sus estudiantes. (Mendieta, 2020).

En relación con la educación alimentaria se retomó a Hernández, E. (2004), menciona que “una sociedad con individuos más sanos y satisfechos también está en condiciones de realizar un trabajo de mayor calidad” (p.51), se puede asegurar que cumpliendo una necesidad básica como es la alimentación, se forman individuos capaces de realizar mejores cosas.

El tema de la alimentación debe ser incluido en varios temas educativos, donde se le dé seguimiento a lo largo de la escolaridad de los individuos, en la pretensión de ser una cadena de temas que tengan seguimiento por parte de las instituciones educativas. La alimentación, es un tema de gran relevancia, tanto desde el punto de vista educativo como social. Por lo mismo, se necesita más atención por parte de los docentes de los diferentes niveles educativos.

Retomando a Pestalozzi, la Pedagogía Social es un derecho humano y un deber de la sociedad, siendo la familia el primer punto de partida y en segundo lugar la educación promovida por la sociedad.

Un elemento importante de esta Pedagogía, es el método del conocimiento con el cual se construye la conciencia, puesto que es intuitivo, inductivo y experimental, y a partir de dónde

el estudiante intuye sus primeras impresiones, induce a un resultado y lo corrobora con la experiencia vivida. Es decir, el estudiante requiere que el conocimiento adquirido, sea puesto en práctica para saber qué tanto ha aprendido, y si realmente existe un vínculo con la vida cotidiana.

Tomando en cuenta que la educación es uno de los pilares más importantes del desarrollo social, es fundamental lograr el objetivo de la Pedagogía Social, que es potenciar la igualdad de oportunidades y evitar la exclusión, a través de generar en cada uno de los estudiantes la responsabilidad social, poniéndolo en práctica en cada momento de su vida.

Se logra con esta práctica establecer una relación entre el realismo social para un bienestar y la educación alimentaria para la salud, siendo una base para tratar de educar a personas productivas, que logren identificar las cuestiones que los frenan para lograr una vida saludable con temas de educación alimentaria, vistos en el nivel de educación primaria en la materia de Ciencias Naturales.

Esta Pedagogía ayuda a fundamentar la presente investigación, al sustentarse en el realismo social y buscar un bienestar de la sociedad. Si se relaciona la Pedagogía Social con el ámbito educativo, se puede trabajar desde esta parte pedagógica para formar estudiantes conscientes de su realidad, con esto se logrará que el estudiante identifique su realidad social en el ámbito de educación alimentaria, donde él pueda reflexionar acorde a su moral las situaciones que ponen en riesgo su vida en el ámbito de salud, permitiéndole una vida saludable.

Por otra parte, la educación liberadora de Freire, propone una educación a través de cambio de roles, donde se erradiquen las conductas tradicionales de distintos educadores, dejando de lado la superioridad y adentrándose más a los intereses y necesidades de los estudiantes.

Para Freire, enseñar no es transferir contenidos, sino crear las posibilidades para su propia producción; el enseñar está vinculado al aprender, enseñar no existe sin aprender y viceversa, por lo cual, el papel del docente no es solamente mostrar lo que sabe, va más a un ciclo donde la meta es aprender.

El motivo por el cual han sido presentados los teóricos, anteriores es a razón de los aportes que tienen en relación con la manera en cómo debe llevarse a cabo el proceso de enseñanza, el cual, si se proporciona de manera adecuada, cumpliría con lo requerido para generar en el estudiante un aprendizaje significativo.

La educación alimentaria, se vuelve necesaria para que el estudiante logre un desarrollo personal, permitiéndole contar con buen estado de salud a través de una educación alimentaria, por eso la importancia de que el docente imparta los temas de manera adecuada. Al hablar de la enseñanza de la alimentación para una vida saludable en educación primaria, se debe de tomar en cuenta que es un proceso que introduce novedades que modifican elementos existentes, todo esto para mejorar el proceso de enseñanza de la alimentación, cuya finalidad es transmitir los conocimientos necesarios, para hacer conciencia sobre una buena educación alimentaria y los beneficios que implicaría llevarla a cabo.

Al lograr una adecuada enseñanza de la educación alimentaria, se tendría como resultado, estudiantes capaces de tomar decisiones que los guíen a practicar a lo largo de su vida un estilo de vida saludable, la cual es, de acuerdo con la OMS “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (s/p) y no una postura errónea sobre educación alimentaria influenciada por la publicidad y el marketing o mercadotecnia.

II. Metodología

La investigación tiene un enfoque mixto, se aplicaron dos cuestionarios dirigidos a docentes/directivos y estudiantes, con 10 ítems, que ayudaron como instrumento de evaluación, cuyos datos se graficaron estadísticamente de acuerdo con las respuestas obtenidas y con las cuales se logró realizar un análisis sobre la importancia de la enseñanza de la educación alimentaria, para una vida saludable con estudiantes de educación básica desde la práctica docente, además de formar un individuo consiente en la toma de decisiones para el consumo responsable a fin de lograr una alimentación sana.

El análisis de esta investigación corresponde al ciclo escolar 2019-2020 en los meses de octubre-diciembre, por lo tanto, tiene un alcance transversal, dado que dicha investigación está realizada en un tiempo específico, además de ser un estudio descriptivo que ayudó a determinar la condición que existió en una muestra de población definida en un tiempo determinado.

Para el diagnóstico se tomó en cuenta una población de 352 estudiantes, 1 administrativo, 1 director y 1 subdirectora, en una primaria pública ubicada en el centro de Santiago Tlaxomulco, Toluca Estado de México con una muestra al azar intencionado porque se eligió

a criterio del investigador, por lo cual la muestra es de 23 estudiantes de los cuales 10 son niños y 13 niñas en edad aproximada de entre 10 y 11 años correspondientes a 5° grado de educación primaria.

Este diagnóstico fue realizado mediante la observación participante, a través del cuaderno de notas, durante los meses de octubre-diciembre 2019; otro instrumento fue el cuestionario.

Respecto al análisis de los cuestionarios de acuerdo con la escala de Guttman y el cuaderno de notas, se pudo detectar las deficiencias sobre la enseñanza de la educación alimentaria, para una vida saludable, además de no favorecer la enseñanza de la alimentación en ciencias naturales de manera divertida, motivadora e interesante para los estudiantes de educación básica.

III. Resultados

El Estado de México a nivel nacional, ocupa el cuarto lugar en obesidad infantil y sobre peso, por lo mismo se necesita mejorar la práctica docente mediante estrategias de aprendizaje. El análisis de los resultados que arrojaron los cuestionarios dio como detonante dos puntos de partida a cuestionar y a tomar en cuenta, el primero que fue dirigido directivos resalta que existe una falla en la manera en cómo se abordan temas sobre educación alimentaria, para una vida saludable. Dicha falla a consideración de los directivos es por la falta de apoyo de los padres de familia y por la falta actualización de los docentes sobre el tema.

Mientras que el cuestionario dirigido a los docentes arrojó como resultado que la falta de apoyo por parte de padres de familia es lo que les impide realizar las actividades relacionadas con educación alimentaria para una vida saludable, como se muestra en la siguiente gráfica, donde se resalta los datos más sobresalientes.

No. Ítem	Pregunta
1	¿La comunidad que vive en la delegación de Santiago Tlaxomulco le da importancia a temas relacionados con la educación alimentaria?
2	¿Existe participación de los padres de familia de los estudiantes de 5° grado en actividades relacionadas con la vida saludable de sus hijos en temas de alimentación vistos en la materia de Ciencias Naturales?
3	¿Los padres de familia de los estudiantes de 5° grado de la escuela primaria de Santiago Tlaxomulco, se muestran interesados en lo que es la vida saludable respecto a la educación alimentaria?

4	¿Considera que los docentes de la escuela primaria objeto de estudio están preparados para poder dar clases sobre temas del libro de Ciencias Naturales relacionados con la educación alimentaria para una vida saludable?
5	¿Los directivos de la escuela primaria se muestran preocupados por realizar actividades que fomenten una vida saludable tomando como base una educación alimentaria?
6	¿Los docentes de la escuela primaria se muestran preocupados por realizar actividades que fomenten una vida saludable tomando como base una educación alimentaria?
7	¿Utiliza estrategias dentro del aula para enseñar la vida saludable entorno a la educación alimentaria en Ciencias Naturales de 5º grado de primaria?
8	¿Los estudiantes de 5º grado de la escuela primaria de Santiago Tlaxomulco se muestran participativos en temas relacionados con la alimentación?
9	¿Considera que se necesitan estrategias prácticas e innovadoras en la enseñanza de la educación alimentaria en la materia de Ciencias Naturales en 5º de primaria?
10	¿Se abordan temas dentro del aula de 5º grado relacionados con la vida saludable y la educación alimentaria en la materia de Ciencias Naturales en 5º de primaria?

Tabla 1. Cuestionario dirigido a docentes

Fuente: Elaboración propia

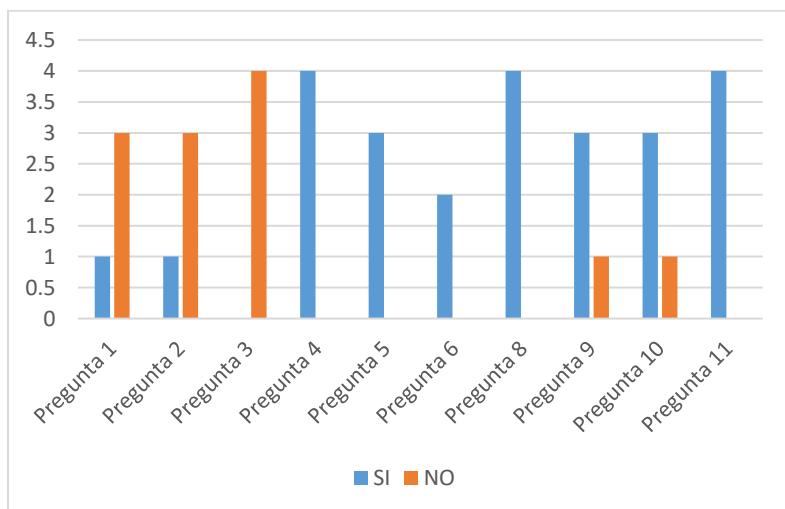


Figura 1. Resultado de cuestionario dirigido a docentes

Fuente: Elaboración propia

El cuestionario de los estudiantes reflejó que la clase de ciencias naturales se les hace tediosa, debido a la manera en que el docente imparte el tema de educación alimentaria siendo teórica,

y en un periodo corto de 25 min, considerando que el docente tiene 50 min para impartir una clase de ciencias naturales, además la manera en que se imparte la clase es teórica y , sin permitir que el estudiante reflexione, participe, cuestione y sobre todo que se sienta motivado en llevar a la práctica lo aprendido en la clase de ciencias naturales para tener una alimentación sana, como se muestra en la siguiente gráfica, donde se resalta los datos más sobresalientes.

No. Ítem	Pregunta
1	¿Tus padres han hablado sobre el cómo debes de llevar una vida saludable en torno a tus hábitos alimenticios?
2	¿En tu comunidad existen programas en donde se les explique la importancia de tener una vida saludable basada en una educación alimentaria?
3	¿Conoces a personas que tengan problemas con su salud por no tener buenos hábitos alimenticios?
4	¿Tus padres asisten a actividades que la escuela primaria de Santiago Tlaxomulco realiza sobre vida saludable y educación alimentaria?
5	¿La Escuela de Santiago Tlaxomulco te invita a que tengas una vida saludable presentándote actividades sobre educación alimentaria?
6	¿Consideras que los maestros de la escuela primaria de Santiago Tlaxomulco tienen dominio sobre temas relacionados con vida saludable y educación alimentaria?
7	¿Te gustan las actividades realizadas por la escuela primaria de Santiago Tlaxomulco en donde se habla de la importancia de tener una vida saludable desde una educación alimentaria?
8	¿Te interesan los temas de vida saludable en torno a la educación alimentaria presentados en tu libro de texto de Ciencias Naturales?
9	¿La manera en cómo el maestro te imparte los temas del libro de Ciencias Naturales sobre la educación alimentaria te motivan a llevar una vida saludable?
10	¿Realmente se imparten clases que tengan que ver con la manera en cómo puedes tener una vida saludable desde la educación alimentaria?

Tabla 2. Cuestionario dirigido a estudiantes

Fuente: Elaboración propia

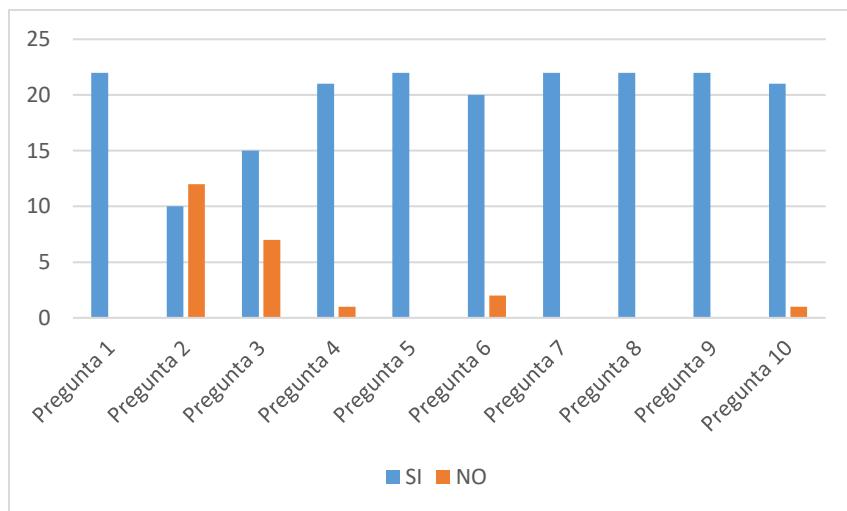


Figura 2. Resultado de cuestionario dirigido a estudiantes
Fuente: Elaboración propia

La observación participante que fue utilizada en esta investigación, amplio el panorama que se tenía sobre como son las clases dentro de un aula, realizar esta observación permitió interactuar con los estudiantes, los cuales se acercaban a querer saber más sobre el tema de educación alimentaria para una vida saludable.

IV. Discusión

Mundialmente la errónea educación alimentaria puede traer problemas graves de salud, como lo son la obesidad y la desnutrición, esto lo convierte en un problema de educación.

De acuerdo con la Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (2020), en nuestro país, más del 70% de la población adulta tiene algún problema de exceso de peso, en la población infantil, según UNICEF, una de cada 20 niñas y niños menores de cinco años y uno de cada tres entre los seis y adolescentes de 19 años padece sobre peso u obesidad, colocando a México entre los primeros lugares en obesidad infantil a nivel mundial.

En el Estado de México, también existen las enfermedades ya mencionadas y en su mayoría con estudiantes de educación básica, por lo cual, se vuelve necesario el análisis de la educación alimentaria desde el contexto escolar.

Por lo anterior, la presente investigación está realizada con estudiantes de educación primaria, al realizar un diagnóstico socioeducativo, se pudo detectar que la forma en el que es enseñada la educación alimentaria no es la adecuada. Los estudiantes tienen una idea sobre

lo que es alimentación, pero no lo que es una educación alimentaria, cuando ellos llegan al aula y presencian clases sobre educación alimentaria en su libro de Ciencias Naturales demuestran que tienen conocimientos insuficientes, para poder tomar decisiones sobre lo que necesita su cuerpo en cuestión a la alimentación, ya que los docentes carecen de formas de enseñanza orientadas a la educación alimentaria.

El docente junto con los directivos, consideran que los estudiantes si cuentan con información sobre educación alimentaria, puesto que, realizan actividades para promover en ellos una buena educación alimentaria, pero lamentablemente la manera en cómo es impartida la clase de educación alimentaria es tediosa para los estudiantes, pues no logra motivarlos tomando en cuenta que las actividades y materiales son insuficientes.

La escuela y la familia son los principales organismos educativos. Ambos, de hecho, tienen como propósito la educación del niño. La educación informal es responsabilidad de la familia, mientras que la educación formal es responsabilidad de la escuela. Las funciones de ambos actores no deben estar separadas, por lo que su relación debe ser de colaboración, diálogo y respeto mutuo. A través de la relación escuela-familia, los estudiantes pueden adquirir, más allá del contenido y las habilidades, los valores necesarios para desarrollar la responsabilidad, la colaboración y la gestión de conflictos.

Bajo el diagnóstico realizado la mayoría de los padres de familia no se inmiscuyen en las actividades correspondientes a la enseñanza de la alimentación en ciencias naturales para una vida saludable.

De acuerdo a los resultados del cuestionario dirigido a directivos y estudiantes se detectó otra problemática, la cual es, que los docentes no planean sus clases de acuerdo al contexto, las necesidades y las situaciones que viven los estudiantes.

La manera en que el docente imparte clases de educación alimentaria, es insuficiente para poder hacer conciencia en una toma de decisiones, considerando que las clases son muy rápidas de una sesión que es adecuada de 40 min las clases de educación alimentaria se abordan en 20 min, es decir, la mitad de tiempo, además no se realizan estrategias que involucren a los padres de familia – institución educativa y estudiantes, lo cual es algo negativo, puesto que existe una alta despreocupación del tema por parte de los padres de familia, el no tener este trabajo en conjunto no permite que el estudiante logre su capacidad máxima de aprender, considerando que, para poder erradicar con erróneas costumbres o

saberes sobre educación alimentaria para una vida saludable se requiere de manera precisa el trabajo en conjunto de las personas que acompañan el aprendizaje del alumnado lo anterior se refleja en que exista poca concientización y motivación en los estudiantes sobre educación alimentaria para una vida saludable en ciencias naturales.

V. Conclusiones

En la presente investigación, se detectó de acuerdo a la información recabada de los docentes Directivos y estudiantes, que la manera en cómo son impartidas las clases en nivel básico, específicamente con el tema de educación alimentaria y ver cuáles son las consecuencias y el actuar del docente en su práctica diaria.

Los docentes, directivos y padres de familia muestran poco interés por la educación los estudiantes en cuestión de alimentación, y después de revisar lo que asociaciones nacionales e internacionales han investigado sobre la importancia de una buena educación alimentaria, además del diagnóstico realizado para esta investigación, se puede concluir que se debe fortalecer en los estudiantes y docentes la concientización de los riesgos que corren al tener una mala información sobre educación alimentaria.

Así mismo, el que la institución no promueva la realización de estudios correspondientes sobre el nivel de salud en cuestión de educación alimentaria de sus estudiantes, es una deficiencia que sin duda alguna coloca a los mismos estudiantes en riesgo de padecer algún problema de salud, derivado al mal manejo de información sobre educación alimentaria.

Desde el ámbito profesional, el docente como formador debe brindar conocimientos sobre la importancia de la educación alimentaria dentro y fuera del aula, así como las consecuencias de tener mala información sobre la alimentación derivada de la publicidad y mercadotecnia. De lo contrario el docente no estaría cumpliendo con su vocación de formar a sus estudiantes para la vida.

Se vuelve necesario que el docente genere estrategias que motiven a sus estudiantes y padres de familia a participar en temas relacionados con la educación alimentaria.

El Estado de México a nivel nacional, ocupa el cuarto lugar en obesidad infantil y sobrepeso. La manera en cómo es impartida la educación alimentaria es carente e incluso errónea, debido a los resultados de los cuestionarios que fueron aplicados y la observación participante que

se tuvo con los alumnos, donde se detectó que existe una deficiencia del docente al momento de impartir clases sobre educación alimentaria para una vida saludable.

Por lo cual se vuelve de suma importancia que se lleven a cabo estrategias como estudios de caso, estudios exploratorios y planeaciones basadas en aprendizaje por proyecto que le permitirá al docente tener mayor dominio de los conocimientos de una educación alimentaria y nutricional en ciencias naturales para una vida saludable en escuelas de educación primaria, así como lograr que el estudiante a través de estas estrategias adquiera de mejor manera los aprendizajes esperados en la materia. Mientras que los directivos podrían gestionar personal capacitado en estos temas que sean apoyo de los docentes, así como pláticas o material visible y manipulable por los estudiantes.

Referencias

- Banet E. (S/F). *Educación para la salud: la alimentación*. Caracas, Venezuela: Laboratorio educativo.
- Calero M. (2009). *Aprendizajes sin límites Constructivismo*. México: Alfaomega.
- Hernández M. (septiembre 2015). *El diagnóstico educativo, una importante herramienta para elevar la calidad de la educación en manos de los docentes*. Atenas revista Científico-Pedagógica. <https://www.redalyc.org/pdf/4780/478047207007.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2021). *Educación alimentaria y nutricional*. <http://www.fao.org/school-food/areas-work/based-food-nutrition-education/es/>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2017). *La FAO y la UNESCO crean una alianza para fortalecer la educación alimentaria*. Santiago de Chile. <https://www.fao.org/family-farming/detail/es/c/1047066/>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2019). *Educación alimentaria y nutricional*. <http://www.fao.org/school-food/areas-work/based-food-nutrition-education/es/>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2019). Entornos alimentarios y alimentación escolar saludables. FAO Recuperado de <http://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/es/>

- Mendieta, Mariana. (2020). *Análisis de la Enseñanza de la Alimentación en Ciencias Naturales para una Vida Saludable con estudiantes de 5º grado grupo “a” desde la Práctica Docente*. Tesis de licenciatura. Universidad Pedagógica Nacional 151.
- Nestlé. (2017). *Programa Nutrir*. Nestlé https://www.nestle.com.mx/cvc_archive/nutrir
- Organización de las Naciones Unidas. (2018). *La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe*. (LC/G.2681-P/Rev.3). Santiago.
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *¿Cómo define la OMS la salud?* <https://www.who.int/es/about/who-we-are/frequently-asked-questions>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_schools/es/
- Ortiz M. (2006). *Fichas instruccionales y aprendizaje significativo desde el constructivismo*. Toluca, México.
- Pestalozzi, j. H. (1987). *Cartas sobre educación infantil*. Madrid: Tecnos.
- Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural. (2020). *Estrategia de Educación Nutricional y su importancia para combatir el sobrepeso y obesidad en México*. <https://www.gob.mx/agricultura/articulos/estrategia-de-educacion-nutricional>
- SEP (2015). *Recomendaciones para una alimentación saludable*. México: SEP.
- UNAM. (01 de mayo de 2015). *Desnutrición y obesidad: doble carga en México*. Revista Digital Universitaria, México. UNAM. <http://www.revista.unam.mx/vol.16/num5/art34/>