



Revista Latinoamericana de Estudios  
Educativos (México)

ISSN: 0185-1284

cee@cee.edu.mx

Centro de Estudios Educativos, A.C.  
México

Niembro, Carlos; Sosa, Norma

Juego y comida dan salud a tu vida. Evaluación de un programa escolar para la formación de hábitos  
alimentarios saludables

Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México), vol. XLIII, núm. 3, 2013, pp. 133-152

Centro de Estudios Educativos, A.C.

Distrito Federal, México

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27028898005>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

## Juego y comida dan salud a tu vida. Evaluación de un programa escolar para la formación de hábitos alimentarios saludables\*

Game and food give health to your life. Evaluation of a  
program for the training of healthy eating habits

*Carlos Niembro  
y Norma Sosa\*\**

### RESUMEN

Trabajo que reporta los resultados de la evaluación efectuada al programa escolar Juego y comida dan salud a tu vida (JyC), y revela los principales aciertos de su operación en las escuelas primarias donde se desempeña, así como las áreas de oportunidad de los aspectos del programa que son mejorables. Propone un modelo de intervención integral, estructura curricular clara, consistente capacitación a los maestros, materiales bien diseñados, singular estilo del docente, efectividad en el uso de recursos y el diseño de materiales, estrecha relación entre los profesores y los promotores. Las estrategias evaluadas se consideran útiles para otro tipo de intervención escolar, en la medida en que constituyen acciones que han sido efectivas en la modificación de hábitos en los escolares de las escuelas primarias públicas donde JyC se puso en marcha como una iniciativa social para revertir, con apoyo de la comunidad escolar, la obesidad y el sobrepeso infantiles, así como la incidencia de enfermedades crónico degenerativas entre los niños de México.

**Palabras clave:** obesidad y sobrepeso infantil, estilos de vida saludables, intervención escolar, estrategia didáctica, evaluación de un programa educativo

### ABSTRACT

Work that reports the results of the assessment carried out on the school program Game and food give health to your life (Juego y comida dan salud a tu vida, JyC), and reveals the principal successes of its operation in the elementary schools where it is performed, as well as the areas of opportunity in the improvable aspects of the program. It proposes a model of comprehensive intervention, curricular structure, consistent teacher training, well-designed materials, a special teaching style, effective material design and use of resources, and close relationship between teachers and promoters. These strategies are considered as useful for other types of school-based intervention, on the basis of their actions, which have been effective in changing public elementary school schoolchildren's habits. This way, JyC has been launched as a social initiative to reverse, with the support of the school community, infant obesity and overweight, as well as the incidence of chronic degenerative diseases among children in Mexico.

**Key words:** infant obesity and overweight, healthy lifestyles, school-based intervention, teaching strategy, assessment, educational programs evaluation

\*Trabajo basado en el documento "Asesoría y Evaluación al Programa Juego y Comida dan Salud a tu Vida", informe general elaborado por el Centro de Estudios Educativos, en 2010.

\*\* Investigadores del CEE.

## INTRODUCCIÓN

La evaluación realizada por el CEE al programa escolar “Juego y comida dan salud a tu vida” (JyC) tuvo el propósito de revelar los principales aciertos encontrados en las acciones de intervención que el programa lleva a cabo en las escuelas primarias públicas, así como identificar las áreas de oportunidad que indicarían los aspectos mejorables en su diseño y operación.

Esta información es de la mayor relevancia para otras estrategias de intervención en el espacio escolar, porque da cuenta de las acciones que han sido efectivas en la modificación de hábitos de los alumnos en las escuelas primarias públicas y contribuye a reconocer qué tipo de intervenciones pueden comprometer la transformación de conductas en el sentido deseado. Del mismo modo, los resultados de la evaluación aportan elementos para que instituciones públicas y privadas, de alcance estatal y federal, identifiquen y lleven a cabo estrategias puntuales, aunque complejas, en el ánimo de impulsar la marcha de programas que aprovechen el espacio escolar en la formación de hábitos alimentarios saludables.

Lo anterior resulta indispensable, toda vez que la población infantil ha sido afectada severamente por los cambios registrados en sus patrones de alimentación. Los datos sobre lo que comen los niños durante la jornada escolar son alarmantes pues, además de que en la vida diaria solo 17% consume la cantidad de frutas y verduras recomendable, durante las horas de escuela están expuestos a alimentos que no favorecen hábitos saludables.

Al respecto, la Encuesta de Salud en Estudiantes de Escuelas Públicas en México 2008 reportaba que en 80.1% de las cooperativas escolares de primaria se encontraban disponibles y a la venta dulces y caramelos, botanas industrializadas, tortas, hamburguesas, sopes, quesadillas, papas fritas, molletes y refrescos en 70% de las primarias; y jugos, pastelitos industrializados, paletas y helados en 50% de las tiendas escolares. En contraste, la disponibilidad de fruta fresca se encontró únicamente en 51.4% de las primarias, mientras que solo en 22.6% de las cooperativas, verduras frescas.

Para atender la problemática asociada a los hábitos alimentarios no saludables, se han impulsado estrategias intersectoriales

como el Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria, firmado en 2010, con la finalidad expresa de prevenir, revertir y detener la prevalencia de obesidad entre la población. Al respecto, es necesario anotar que, a pesar de los esfuerzos, las cifras de obesidad y sobrepeso en niños (36.9%) y niñas (32%) entre cinco y 11 años de edad continúa representando un problema de salud en México.

En el mismo sentido, pero de modo más directo, opera el programa educativo JyC, diseñado y operado por Ogali, Consultoría en Nutrición S. C. y Project Concern International México, A. C., con el objetivo de mejorar los conocimientos, las actitudes, las habilidades y las conductas de los niños en edad escolar, para que incrementen el consumo de verduras, frutas y agua sola, así como la práctica habitual de actividad física, como parte de un estilo de vida saludable.

JyC opera desde 2006 y, actualmente, funciona en 100 primarias públicas en Sinaloa, Coahuila, Durango, Estado de México, Distrito Federal, Jalisco, Tabasco y Veracruz, con dos modalidades de atención: directa, a cargo del personal del programa, y mediada, por parte de las figuras técnicas del Programa Escuelas de Calidad (PEC) y Escuelas de Tiempo Completo (ETC). A la fecha, han participado más de 1 500 maestros y 32 mil niños con sus familias, datos que son significativos en la medida que el incremento de sobrepeso y obesidad infantiles y su asociación con los hábitos alimentarios hace necesaria la intervención de los sectores público, privado y de la sociedad civil, a fin de contribuir con soluciones eficaces e integradoras.

Los aspectos examinados en este trabajo destacan aquellos que la evaluación reporta como estratégicos para formar y modificar hábitos saludables en las escuelas primarias públicas de México, a saber: modelo de intervención integral, estructura curricular clara, consistente capacitación a los maestros, materiales bien diseñados, estilo del docente, uso de los recursos, diseño del catálogo de *Mejores actividades y materiales educativos*, estrecha relación entre los profesores y los promotores.

El presente escrito expone, en primer lugar, las características principales de la evaluación, enseguida se dan a conocer los resultados más importantes, posteriormente se presentan las lecciones que el programa pone de manifiesto y en la parte final del trabajo

aparece un comentario que destaca la importancia de la figura de maestros y maestras en la conformación de hábitos saludables.

## ¿CÓMO SE REALIZÓ LA EVALUACIÓN?

Se efectuó con base en información documental recuperada de diferentes textos de JyC, así como de la visita realizada a 11 escuelas en las que opera el programa.

Con la información documental se revisó el diseño del programa, así como los materiales e instrumentos con los que funciona: guías para los docentes, cuadernos para los alumnos, cartas descriptivas de los talleres de capacitación para maestros, manual para docentes instructores, contenidos de las pláticas para familiares, formatos de control y seguimiento, cuestionarios para el diagnóstico de hábitos de alimentación y actividad física, cronograma anual de actividades, presentaciones del programa y el catálogo *Mejores actividades y materiales educativos*.

La información de campo permitió construir un panorama acerca del funcionamiento del programa y de la apreciación que tienen de él los actores involucrados. Fue recogida en 11 escuelas de seis entidades (Coahuila, Distrito Federal, Estado de México, Jalisco, Sinaloa y Tabasco).

Los instrumentos aplicados para obtener la información fueron:

- Observación en clase (11 clases, una por escuela).
- Entrevista con docentes (de seis de las clases observadas, además de maestros enlace).
- Entrevista con directores (de seis de las escuelas visitadas).
- Entrevista con supervisor de zona (uno en Coahuila).
- Entrevista con coordinador regional (dos en Coahuila y en el Distrito Federal, un grupo focal en Tabasco).
- Entrevista con asesor pedagógico (una en Coahuila).
- Entrevista con personal y autoridades del sistema educativo de la entidad (tres en Jalisco y Sinaloa).
- Entrevista con la coordinadora nacional del programa.

La información obtenida fue sistematizada para contrastarla con el objetivo de JyC, así como con los propósitos específicos de

las áreas del programa, el modelo de intervención y las corrientes pedagógicas que lo sustentan.

## PRINCIPALES RESULTADOS

JyC es un programa educativo orientado a que los niños incrementen su consumo de verduras, frutas y agua sola, así como a fomentar la práctica de actividad física como parte de un estilo de vida saludable. Su propósito incluye a los niños que padecen sobrepeso y obesidad, aunque no dirige sus acciones exclusivamente a ellos, toda vez que la promoción de hábitos para una vida saludable es una necesidad urgente y común, dado el incremento en la prevalencia de las enfermedades crónico-degenerativas en los niños y los jóvenes mexicanos. En este sentido, JyC responde a una problemática de salud pública cada vez más preocupante, tanto para la sociedad mexicana como para los diferentes niveles de gobierno.

Si bien se centra en la modificación de un número determinado de conductas alimentarias, JyC está diseñado para que los niños desarrollen hábitos adecuados a estilos de vida saludables, desde la integración de cuatro dimensiones de la vida de la persona: 1) conocimiento, valoración y cuidado de sí mismo, que lleva el nombre del área “Autocuidado”, 2) alimentación, que como área se llama “El Plato del Bien Comer”, 3) actividad física que da nombre al área y 4) interacción con los demás, titulada “Psicosocial”.

JyC considera, en su diseño, una idea básica que subyace a la formación de hábitos: la reiteración, es decir, la repetición de un mensaje y una conducta. Como es un modelo que integra el trabajo con actividades educativas y comunitarias a lo largo del ciclo escolar y durante los seis grados, los alumnos se ven expuestos constantemente al mensaje de vida saludable que el programa les propone; además, todos los alumnos, al pasar por los seis grados, realizan de manera sostenida las actividades que postula para modificar y mejorar la alimentación y la actividad física. Este aspecto tiene destacada relevancia debido a que la formación de hábitos queda sostenida en la repetición de la conducta, al tiempo que es acompañada de procesos reflexivos que pretenden generar, no solo en los alumnos, sino también en integrantes de la comunidad escolar, la toma de conciencia sobre el beneficio que les

brinda la elección de conductas saludables en lugar de otras que afectan su estado de salud.

A continuación se destacan los principales logros reportados en la evaluación del programa en cuanto al diseño de la estrategia de intervención, los apoyos y los recursos con que opera; en segundo lugar, se presentan los logros más significativos de la acción de los docentes y la valoración que hace el programa de ellos; en tercer lugar, se presentan los avances más importantes en la operación y el funcionamiento de la estrategia de intervención. En la última sección, se aportan elementos que expresan las acciones realizadas por JyC para poner en el centro de la intervención a los maestros, desde la valoración como personas.

### **Diseño de la estrategia de intervención, los apoyos y los recursos con que opera**

La evaluación aporta resultados sobre una multiplicidad de aspectos; sin embargo, para efectos del objetivo de este trabajo serán destacados solo los que siguen:

#### **JyC tiene un modelo de intervención integral que involucra a la comunidad escolar bajo un enfoque positivo de cambio de conducta**

La estrategia de JyC es intervenir en la escuela como el entorno privilegiado del que forman parte los niños y las niñas, especialmente las aulas, mediante sesiones en las que han de construir aprendizajes que promuevan cambios en sus prácticas de alimentación y actividad física. La apuesta es que estos cambios y el involucramiento de sus familiares en las actividades que se realizan en la escuela (como las pláticas impartidas por personal del programa), incentiven que las prácticas en casa también se modifiquen y, de esta manera, los cambios positivos se refuercen.

JyC plantea un modelo que contempla acciones a realizar en el aula, en el medio ambiente escolar, incluyendo los familiares y la comunidad cercana a los alumnos, de tal modo que los cambios positivos ocurridos en un espacio repercutan y fortalezcan los que se dan en otros.

Asimismo, incluye una serie de recursos que concretan su propuesta metodológica, en la que está incluido el juego como dispositivo que torna asequibles y atractivas las actividades del programa. Para el trabajo en el aula se cuenta con guías del maestro, cuadernos para el alumno, materiales didácticos, capacitación para docentes y 32 sesiones a lo largo del año. Para los familiares existe un programa de cinco pláticas y una serie de recomendaciones que se les hacen llegar como recados, los cuales deben firmar en el cuaderno del alumno.

Si bien el modelo integral de cambio de conductas es pertinente, la evaluación reporta que en el diseño de JyC, y más en su operación, las acciones y los recursos para incidir en el medio ambiente escolar, la familia y la comunidad cercana son insuficientes. Entre las áreas de oportunidad más notables en cuanto al ambiente escolar destaca la posibilidad de introducir acciones y recursos para los directores de los planteles, en su papel de autoridad principal y en quienes recae, en gran parte, el funcionamiento de JyC en la escuela. En relación con la familia, se encontró que las acciones para orientarla resultan insuficientes, y a veces no existen.

Por otro lado, la estrategia de introducción del programa en las escuelas está cimentada en convocar las voluntades de quienes integran la comunidad educativa, fundamentalmente de los docentes, de manera que estos participan porque están convencidos de que es algo bueno para ellos y sus alumnos. Constituye un reto permanente, sin embargo, animar la participación de quienes no están convencidos ni aceptan el programa. Se requiere, pues, reflexionar sobre la obligatoriedad impuesta por las autoridades educativas e imaginar otras formas de despertar el interés de los maestros para llegar a grupos más numerosos.

### **La estructura curricular del programa es clara, coherente y bien articulada**

El programa está dividido en cuatro áreas, cuyos propósitos van cambiando de un grado a otro; cada una tiene ocho sesiones por ciclo escolar, que se articulan entre sí, hay elementos de todas las áreas en cada sesión y se lleva una por semana. Las áreas que organizan la intervención del programa son: Autocuidado, el Plato



del Bien Comer, Actividad Física y Psicosocial. Estas tienen un propósito general en cada grado escolar, que se desdobra en propósitos particulares para cada actividad. De las cuatro áreas, la que adquiere mayor énfasis, en la práctica, es el Plato del Bien Comer, y aunque esto es consistente con la importancia que el programa otorga a la alimentación, revela una contradicción en tanto que desequilibra la idea de modificar comportamientos a partir reconocer a las personas de una manera integral.

**La capacitación es uno de los aspectos mejor valorados por los maestros; su éxito no depende de los materiales, se debe a las actividades que se realizan**

La capacitación es una de las principales acciones que el programa dispone para los docentes. Existen dos esquemas: en uno toda la planta docente participa en un taller de dos a tres días, y en el otro, ofrecido a las escuelas PEC y a las ETC, se capacita a dos maestros para que ellos, a su vez, reproduzcan el taller con el resto de los docentes de su escuela.

Entre los aspectos mejorables del diseño de la capacitación se encuentra el perfeccionamiento de las cartas descriptivas; en ellas falta incluir el perfil de los participantes, precisar los objetivos y su correspondencia con las actividades, explicitar el enfoque, así como definir, más precisamente, las rutas o los niveles de capacitación. Asimismo, hace falta elaborar un manual de capacitación, tanto para el capacitador como para el participante. Contar con estos instrumentos mejoraría, sin duda, el desarrollo de los talleres y la operación del programa en las escuelas.

Las actividades, en su conjunto, resultan motivantes, son coherentes con los contenidos a tratar y algunos de sus componentes favorecen el desarrollo de la capacitación. Se brindan elementos para realizar la planeación didáctica en relación con las demás asignaturas, y se incluyen actividades vivenciales de manera que el docente experimente las recomendaciones que se hacen en el programa. También se usan los mapas mentales, y los catálogos de *Mejores actividades y materiales educativos* como instrumentos de trabajo; estos últimos aportan elementos propios de la práctica docente.

El trabajo que realiza el maestro-instructor durante la capacitación es mucho mayor al que se le propone en el manual, pues este no incluye cómo hacer las distintas actividades sugeridas, que es lo central, y las necesidades que surgen en torno a la reproducción de la capacitación no se contemplan ni se cubren en el taller. En este sentido, a pesar de que el Manual dirigido a maestros-instructores tiene como fin reproducir la capacitación, el trabajo que se deja al docente es mayor que el que se especifica en él. El conjunto de actividades que debe desarrollar requiere tiempo y dedicación, lo que puede obstaculizar el desarrollo de su rutina diaria de manera normal. Ese puede ser un punto de quiebre de la propuesta, porque es probable que el docente atienda sus compromisos escolares antes que los que tiene con JyC.

El éxito de la capacitación no depende de los materiales, sino de las actividades que se realizan con ellos y de la forma en que se llevan a cabo. Los materiales son la propuesta metodológica y la herramienta principal para el maestro. Tienen tanto peso en el programa, que puede llegar a pensarse que, sin ellos, no se logran los fines de JyC. Sin embargo, la evidencia reveló que lo importante es el uso y no tanto los materiales ni la cantidad o variedad de estos.

Destaca, también, como oportunidad de mejora, la poca variabilidad de los talleres y su escasa relación con las necesidades de formación e información de los docentes. En otro sentido, se desconocen los resultados y el uso que se da a la evaluación de conocimientos de los maestros y del taller. Adicionalmente, la evaluación puso de manifiesto que el trabajo en el aula es poco abordado en las capacitaciones, pues rara vez que está considerado en el contenido de los talleres.

Para pensar el diseño y la operación de un esquema de capacitación eficiente, se requiere considerar los objetivos del programa y de los talleres de acuerdo con la rotación de docentes, la cobertura de escuelas, las condiciones de capacitación, los recursos disponibles, entre otros aspectos.

Si bien la información se puede hacer llegar por distintos canales, el trato a los maestros y la motivación generalmente impliquen relaciones cara a cara. En un esquema de capacitación con diversas modalidades será necesario mantener este último elemento, pues es uno de los aspectos del programa que los maestros

más valoran. En este sentido, sería deseable concebir alternativas a la capacitación en cascada; se pueden plantear distintas modalidades de acuerdo con los objetivos particulares perseguidos, los destinatarios y las condiciones materiales para llevarlas a cabo.

**Los materiales son el recurso primordial del programa, permiten comprender los aspectos que lo integran y apoyan la realización de las actividades**

El propósito de los materiales de apoyo al programa es facilitar y acompañar el proceso de comprensión e implementación de las diversas acciones. Los docentes los valoran positivamente y consideran que son atractivos, funcionales, bien estructurados y de buen contenido. Sin embargo, se puso de manifiesto que tienen tanta importancia que, si los maestros los desconocen o no hay suficientes para todos, se merma de manera significativa la implementación del programa.

La guía para el docente contribuye al logro del propósito general de la propuesta; se trata de un desglose detallado de todo el programa y, por lo tanto, de un recurso imprescindible, según las consideraciones de los maestros. Sin embargo, también se sabe que en algunos casos el material no ha sido suficiente, o que los docentes lo desconocen.

En términos de mejora, se podrían desarrollar mejor las cuatro áreas, así como explicitar con más detenimiento a qué se refiere cada una y cómo se articulan, tomando en cuenta que se dirige a un público docente. En el mismo sentido, se podrían agregar recursos visuales que animen la reflexión y el cuestionamiento, contribuyendo, de paso, a aligerar la carga de texto en la guía.

Por otro lado, los ficheros de juegos para practicar actividad física son complementos imprescindibles de las actividades del programa; son un recurso apropiado para el apoyo didáctico y para variar las actividades y movimientos físicos que se practican al nivel grupal. No obstante, algunos de ellos pueden contravenir la formación de valores para la convivencia y limitar la participación del alumno en ciertos roles al jugar.

**La Feria de la alimentación, las jornadas de actividad física y las tiendas escolares son actividades que animan y dinamizan la participación de la comunidad escolar**

La evaluación reporta la importancia de las actividades que movilizan la comunidad educativa, como son la Feria de la alimentación y la jornada de actividad física. Se encontró que algunas escuelas las llevan a cabo mejor que otras; sin embargo, lo llamativo al nivel de operación del programa es que parece dominar la idea de que los actores y los promotores de dichas actividades reconocen su importancia, y conocen el objetivo último que debieran perseguir al realizarlas. Sin embargo, en cuanto a las ferias de la alimentación, lo que ocurre en las escuelas es que se promueven reuniones con la participación de los familiares, quienes colaboran preparando platillos que generalmente no son afines a la propuesta de alimentación correcta de JyC.

En cuanto a las jornadas de actividad física, se encontró que se desarrollan de forma poco sistemática, lo cual ocasiona que se desconozca en qué medida se logra el objetivo perseguido. Con todo, uno de los aspectos más relevantes de estas actividades comunitarias es que desencadenan formas de convivencia en las que se comparten los beneficios de los hábitos saludables, y que esto ocurre de manera voluntaria y autónoma, no como respuestas a una exigencia externa.

El impacto del programa en la cooperativa escolar ha sido favorable, pues hay evidencia de variación en los alimentos que ofertan y de inclusión de frutas y verduras; sin embargo, poco es lo que se ha trabajado con ellos y siguen teniendo algunas necesidades como, por ejemplo, que no disminuyan sus ingresos.

En cuanto al trabajo con las tiendas escolares, la evaluación reporta que hay evidencia suficiente para considerar que el impacto del programa en la cooperativa escolar ha sido favorable en la variación de alimentos y en la oferta de frutas y verduras. Así, a pesar de registrarse cambios prósperos en la forma de preparar los alimentos, en los productos que se venden (sustitución de algunos por opciones más nutritivas y saludables) y en lo que adquieren los alumnos, el porcentaje no alcanza a ser significativo en términos globales pues, al parecer, en la mayoría de las escuelas persiste el hábito de consumir opciones “no saludables”

(como refresco y golosinas), adquiridas en la tienda escolar. Sin embargo, los logros obtenidos, aunque sean insuficientes todavía, incorporan el apoyo de los encargados de las cooperativas.

Para fortalecer estos aspectos que movilizan a la comunidad escolar se requiere aportar recomendaciones y pautas de acción más concretas, las cuales guíen el trabajo de los docentes, directores, familiares y expendedores de alimentos, con el reto de que permanezca la convocatoria voluntaria de los actores mencionados.

### **La acción de los docentes y la valoración que hace el programa de ellos**

JyC acierta al colocar a los maestros en un sitio preponderante del cambio posible en la escuela; vincula la modificación de sus propios hábitos, los estimula a desarrollar estilos de vida más saludables y, al hacerlo, animan a los alumnos en el mismo sentido. A pesar de que el programa logra desencadenar en los maestros hábitos más saludables en cuanto a su alimentación, actividad física y consumo de agua, no consigue modificar su práctica en las aulas —cabe aclarar que tampoco lo persigue—; en este caso, el programa queda asimilado a lo que los maestros hacen y pueden hacer al trabajar con los alumnos.

### **Los maestros usan más los materiales del trabajo habitual de la clase, en segundo lugar la guía del docente y con menor frecuencia el cuadernillo de los alumnos**

Los docentes apuestan más por el trabajo con los materiales y los recursos con los que ya cuentan en clase y que son, a su vez, comunes en las demás asignaturas, como es el caso de cartulinas, colores, tijeras, etc. En este sentido, los materiales que más se usan son aquellos que forman parte del trabajo habitual de la clase, en menor medida la guía del docente y el cuadernillo de los alumnos; se observó que utilizan poco los materiales didácticos del programa (tableros, mandil, etc.). Por su parte, emplean la guía del docente para planear la sesión y como apoyo, para leerla a los alumnos o en las explicaciones, mientras que los cuadernillos de los alumnos se usan para completar los ejercicios, leer, o explicar.

**El catálogo *Mejores actividades y materiales educativos* es una recopilación de experiencias exitosas que se socializan con sedes, escuelas y equipos técnicos; funciona como una manera de reconocimiento a la labor de los participantes, particularmente de los maestros**

JyC se da a la tarea de recuperar los resultados de la labor creativa de los docentes quienes, a partir de las indicaciones de la guía, adaptan las actividades, modifican su secuencia, elaboran otros materiales didácticos, es decir, innovan. La participación de los maestros en la elaboración de los catálogos *Mejores actividades y materiales educativos*, se considera como un indicador de que están muy involucrados en el programa porque esta labor implica dedicarle tiempo, interés y creatividad.

Los participantes son variados; destacan los docentes, pero también se pueden apreciar las colaboraciones de directores, personas de la cooperativa, Consejo Técnico Escolar, promotora de Educación para la salud y auxiliares administrativos. De esta manera, se considera que promover el intercambio de experiencias entre actores vinculados al programa es un gran acierto, pues no solo permite socializar estrategias de intervención, sino que les hace sentir la importancia de su trabajo para JyC, y genera una dinámica de reconocimiento a la labor y de enriquecimiento de las prácticas docentes formadoras de hábitos saludables.

Uno de los aspectos que es necesario atender es la elaboración de la convocatoria que se lanza para animar la participación de los maestros, pues es confusa la manera de recuperar prácticas, actividades y materiales de los docentes. Asimismo, y puede ser como resultado de la falta de claridad en la convocatoria, se identificó que algunas actividades son poco significativas y están insuficientemente desarrolladas en cuanto a temas, actividades y materiales didácticos.

**Los docentes consideran que el acompañamiento que reciben es favorable; no obstante, ha sido excesivamente personalizado, lo cual ha generado dependencia entre algunos profesores**

Los maestros perciben que han recibido un acompañamiento intenso y cercano, situación que ha sido favorable para la implementación del programa en las escuelas; sin embargo, solicitan que mejore en tres sentidos: 1) capacitación para los docentes que recién se integraron al programa y para aquellos que no se han convencido aún de sus beneficios, 2) mayor frecuencia de las visitas, y 3) mayor presencia de personal especializado en nutrición. Al respecto, hay indicios de que la atención está excesivamente personalizada y se corre el riesgo de generar una debilidad en la operación del programa al crear dependencia hacia los promotores.

**La forma en que los maestros llevan a cabo las actividades del programa en el aula depende más de su estilo docente que de las indicaciones de la guía**

Es el maestro quien concreta la mayor parte de la oferta educativa del programa, y si su estilo de enseñanza es adecuado en términos de la promoción de aprendizajes en los alumnos, entonces es probable que avancen en el logro de los propósitos de JyC; si no lo es, será más difícil que lo hagan.

La diferencia en los distintos modos de enseñanza no depende del tipo de capacitación que hayan recibido los maestros, si la tuvieron o no, ni está relacionada con que tengan acompañamiento o no, sino más bien de su concepción pedagógica, es decir, de sus ideas sobre su papel vinculado al aprendizaje de los alumnos, que han sido desarrolladas a lo largo de su vida como maestro y como alumno.

Aunque no sea responsabilidad del programa formarlos en su quehacer docente, es necesario identificar las competencias más importantes que requiere la implementación de la propuesta, y realizar acciones para promover que las desarrollen, pues de ello depende que los alumnos reciban la oferta pedagógica que fue concebida para ellos.

## ¿QUÉ LECCIONES PONE DE MANIFIESTO LA EVALUACIÓN DE JyC?

Uno de los aspectos más relevantes de la evaluación de JyC es la destacada intervención de los maestros, ya que fueron identificados como participantes clave en el cambio de hábitos alimentarios de los alumnos.

Como estrategia de intervención escolar, JyC identifica que la modificación del comportamiento alimentario de niños y niñas es una acción que pasa, fundamentalmente, por las actividades que realiza el maestro en el salón de clases. Por esta razón, es la figura central del programa, no solo porque es quien aporta los contenidos formativos, sino por su participación como modelador de la conducta, toda vez que, al modificar sus hábitos alimentarios, se vuelve un ejemplo a seguir para sus alumnos.

Una de las características de las escuelas de educación básica es la constante demanda que tienen por operar la gran diversidad de programas diseñados al nivel federal y estatal, para que sean llevados a cabo por la comunidad educativa. Asociada a esta demanda, se ha documentado que maestros y directores suelen desarrollar mecanismos de resistencia al cambio, pues ello implica, muchas veces, restar tiempo a otras actividades, así como incrementar el esfuerzo de las que ya se realizan. En este sentido, una dificultad previsible para un programa que intenta entrar a escuelas públicas es la resistencia de los maestros a participar y adaptarse a las nuevas propuestas. Por esta razón, en esta sección se busca aportar elementos para comprender por qué JyC logra que los maestros participen, modifiquen su conducta alimentaria y, además, ajusten sus prácticas docente en el aula.

Por sus características, JyC es un programa que opera de manera voluntaria en las escuelas. Por ello conviene determinar con claridad las condiciones que hacen posible su funcionamiento y éxito, pues en el caso de querer replicarlo, o retomar elementos para otras estrategias, un primer reto sería reconocer y generar esas condiciones. Se describen a continuación los argumentos que sustentan por qué los maestros se apropian de JyC, así como algunos aprendizajes en cuanto a la comunidad educativa sobre la operación del programa y la estructura del sistema educativo.



## **Sobre los maestros**

En seguida se mencionan los aspectos más destacados que revelan en qué sentido los maestros logran hacer suyo el programa:

**Comparten de manera personal los objetivos del programa.  
Algunos acentuaron el estilo de vida saludable que ya tenían  
y otros descubrieron la importancia de cuidar su salud**

Qué hizo JyC, para ello:

- Trabajar con las escuelas y con los maestros de forma voluntaria.
- Iniciar el proceso de capacitación de docentes promoviendo experiencias personales de conocimiento y cuidado de la salud propia.
- En su trato con los maestros, dar ejemplos de acciones que ellos pueden realizar de forma cotidiana para vivir saludablemente.
- Adoptar un enfoque positivo que promueve conductas saludables en lugar de prohibir ciertos hábitos.

**Observan cambios en sus alumnos, se nota que  
disfrutan las sesiones del programa por su carácter  
lúdico y que algunos alumnos modifican  
sus hábitos de alimentación**

Qué hizo JyC, para ello:

- Incorporar el juego como elemento central de la didáctica del programa.
- Evitar que los contenidos fueran objeto de calificación, ni en sí mismos ni ligados a alguna asignatura.
- Adoptar un esquema de intervención que se realiza, primordialmente, en el aula, pero que incluye acciones dirigidas a la comunidad escolar y a la familia.

**Se sienten valorados como profesionales de la educación y como personas, pues perciben que su saber y experiencia son tomados en cuenta y consideran que se les respeta**

Qué hizo JyC, para ello:

- Apoyar, recuperar y difundir las iniciativas de los maestros, por ejemplo, agruparlas en las *Mejores actividades y materiales educativos* y distribuirlas entre todos los docentes.
- En el contacto con ellos, tratarlos como a expertos en su trabajo.
- En las capacitaciones, tomarles peso y talla, así como iniciar con un cuestionario de autoexploración.

**Valoran las capacitaciones pues les resultan interesantes y útiles, consideran que están bien diseñadas y aplicadas, las perciben como una experiencia grata, tanto de aprendizaje como de autocuidado**

Qué hizo JyC, para ello:

- Incluir actividades vivenciales, no solo informativas, en las que se emplean los materiales de manera similar a como ellos deberán utilizarlos en clase.
- Emplear capacitadores con buen manejo de grupos y habilidades didácticas adecuadas.
- Dentro de las posibilidades del presupuesto, llevarlas a cabo en lugares propicios (por ejemplo, en hoteles de prestigio) y dar comidas y refrigerios saludables y ricos.
- Poner a los maestros a jugar, igual que como lo harán con sus alumnos.

**Consideran que reciben un acompañamiento adecuado del personal encargado del programa quienes monitorean de forma continua las acciones que realizan, aclaran dudas sobre la aplicación del programa, apoyan en la realización de eventos especiales**

Qué hizo JyC, para ello:

- Seleccionar a personas con el perfil adecuado para integrar sus equipos regionales.
- Invitar a maestros que trabajaron el programa con compromiso e iniciativa de formar parte del equipo de JyC.
- Limitar el número de escuelas (entre diez y 15) para que cuatro personas puedan atenderlas cercanamente.
- Explicitar con claridad y sistematizar las diferentes acciones de acompañamiento que los equipos deben realizar.

**Creer que se trata de un programa de alta calidad con materiales bien diseñados, cuidados e impresos en buen papel; personal profesional y que domina el tema; adecuada planeación de tareas, así como organización anticipada y seguimiento de lo que ocurre después de que se realizan las actividades**

Qué hizo JyC para ello:

- Integrar un equipo con especialistas en diversas áreas para la elaboración de los materiales y los recursos con que cuenta el programa.
- Grupos de enfoque para validar los materiales y un piloteo para probarlos en la práctica.
- Retomar observaciones, sugerencias y críticas de los maestros para cada reedición de los materiales.
- Cuidar los diferentes aspectos de la operación del programa, en especial la relación con las escuelas.

### **Sobre la comunidad educativa**

Uno de los componentes más relevantes que emergen de la evaluación es la necesidad de fortalecer el trabajo con los directores, tanto para involucrarlos en el programa, como para sugerirles decisiones adecuadas al logro del propósito de JyC. Hasta ahora se ha trabajado con el director como si fuera otro maestro; es momento de pensar qué más puede hacer para promover el logro de los propósitos del programa en su escuela y encontrar formas de incentivarlo.

## Sobre la relación de JyC con el sistema educativo local

Como programa educativo que opera en escuelas primarias públicas, JyC establece relaciones con las autoridades educativas en distintos niveles del sistema; al respecto, la evaluación admite acentuar lo siguiente:

Identificar el lugar dentro del cual operará JyC en los sistemas educativos de los estados para reconocer el funcionamiento del programa dentro de la estructura educativa estatal o federal; esto implica aclarar la necesidad a que responde y la instancia que se encarga de operarlo. Para ello también importa hacer alianzas con autoridades educativas de diferentes niveles, de manera que a la larga puedan convertirse en promotores del programa desde sus campos de decisión para ampliar su impacto y reducir costos de operación.

Como programa privado que funciona en escuelas públicas, hacer suyas las preocupaciones del sistema educativo, y comprender tanto sus lógicas de operación como la cultura de los maestros es un acierto de JyC.

Incorporar maestros al equipo de trabajo desde la fase de piloto permitió comunicarse de mejor manera con ellos (ya que los compañeros que se integraron fungieron como una suerte de “traductores”) y recoger sus inquietudes y sugerencias para mejorar el programa sin perder el modo “privado” que lo caracteriza.

Los esquemas de colaboración dependen del compromiso de las autoridades en distintos niveles y de que la dimensión pedagógica siga recayendo sobre los promotores del programa.

En el vínculo entre organizaciones de la sociedad civil y autoridades educativas radica una de las fortalezas del programa. Al operar con distintas modalidades se pueden extraer lecciones para construir esquemas de colaboración de mayor diversidad. En la modalidad directa, la participación de las autoridades educativas es mínima y todo el trabajo logístico y de acompañamiento a las escuelas recae sobre la coordinación regional, la cual se encarga de capacitar a los maestros, hacer el seguimiento y dar acompañamiento pedagógico, participar en la organización de eventos y asesorar la realización de algunas tareas, enviar información sobre la marcha del programa a la coordinación nacional, dar las plá-

152

ticas a los familiares y los talleres a las cooperativas. En la modalidad indirecta, la participación de los promotores del programa es mínima, y el resto de las responsabilidades recaen en autoridades educativas y personal de la escuela. Una de las tareas de los promotores sigue siendo la capacitación de maestros, pero ya no a todos los de una escuela, sino a dos de ellos, quienes tendrán que replicarla con el resto de sus compañeros (se conocen como maestros instructores).

Juego y comida dan salud a tu vida se revela como un referente educativo para quienes estén interesado en realizar intervenciones para modificar los hábitos de niños y niñas en el contexto escolar. Como estrategia para cambiar las conductas de los niños y de los adultos que se encargan de su cuidado y educación, JyC pone de manifiesto que se requieren varias acciones articuladas y bien planificadas tanto al interior de la escuela, como entre el equipo que dinamiza el cambio, así como hacia afuera, con los actores del sistema educativo que están involucrados. Sin embargo, del conjunto de acciones de intervención, la más destacada para que los alumnos incorporen a su vida cotidiana conductas saludables, es el papel de las maestras y maestros como generadores de una sinergia que impulsa condiciones adecuadas con base en la apropiación de una vida más saludable en el contexto escolar y el desarrollo de los componente del programa en las sesiones en las aulas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CEE. "Asesoría y evaluación al programa Juego y Comida dan Salud a tu Vida", México, CEE, 2010.
- SS. *Encuesta nacional de salud y nutrición 2012*, México, SS, 2012.
- INSP. *Encuesta de salud en estudiantes de escuelas públicas en México, 2008*, México, INSP, 2010.