



Universidad
Nacional
de Córdoba



Secretaría
de Extensión
Universitaria



1613 - 2013
400
AÑOS



APORTES DE LA EXTENSIÓN A LA INVESTIGACIÓN
"Ponencia"

RESUMEN: Promoviendo hábitos alimenticios saludables para mejorar el desarrollo infantil.

MARTINS, J.L.; LOZANO, M.B.

Escuela Universitaria de Análisis de Alimentos-Universidad Nacional del Litoral, Gálvez, Santa Fe, Argentina.

Gálvez está ubicada en el centro-sur de la provincia de Santa Fe, Argentina, el presente se enmarca dentro de la Escuela Universitaria de Análisis de Alimentos (EUAA) perteneciente a la UNL. Enseñar a nuestros niños a alimentarse sanamente, es otorgarles las herramientas necesarias que los llevarán a la elección de una vida saludable. Las enfermedades crónicas, están estrechamente relacionadas con la alimentación y el ejercicio físico: citando entre ellas a la obesidad, el sedentarismo, la hipertensión arterial, la hipercolesterolemia. Una alimentación adecuada es importante en todas las etapas de la vida, pero particularmente durante la infancia, ya que garantiza el desarrollo del potencial intelectual y del estado de salud del futuro adulto. Este proyecto está destinado a mejorar la calidad de vida de la población. Se trabajó con 913 alumnos de 1º, 2º y 3º grado de todas las escuelas públicas y privada institucional de nivel primario en la ciudad de Gálvez (6 núcleos). Se realizaron actividades dirigidas especialmente a niños y docentes de las instituciones escolares. Propusimos como punto de partida, la elaboración de un diagnóstico que permitiera caracterizar el estado nutricional de los niños a través de mediciones antropométricas, aproximando el estado nutricional de la mayoría de niños entre 6 y 9 años de nuestra ciudad. Esto permitió la implementación de acciones de prevención y capacitación para alcanzar el objetivo propuesto: mejorar los hábitos de la alimentación en los niños por medio de cambios de actitudes, basados en la correcta diferenciación de los alimentos favorables y desfavorables a la salud y su normal desarrollo. Una vez finalizada esta etapa, se realizaron talleres y charlas educativas, dirigidos tanto a los niños como a los padres, docentes y personal de los establecimientos educativos a efectos de lograr su integración al proyecto. De los 6 núcleos relevados solo en dos encontramos un porcentaje del 53 y 60% de niños con peso normal, donde el porcentaje restante se encuentra distribuido entre niños de bajo peso, sobrepeso y obesidad. En los otros 4 núcleos, el porcentaje de niños con peso normal era igual o inferior al 41 %, con lo que podemos efectuar una primera afirmación de que la mayoría de los niños de nuestra ciudad poseen un estado de malnutrición infantil. Entendiendo por malnutrición a niños con bajo peso, con sobre peso y con obesidad, abarcando déficit en la ingesta total, ingesta desequilibrada o mala absorción de nutrientes.