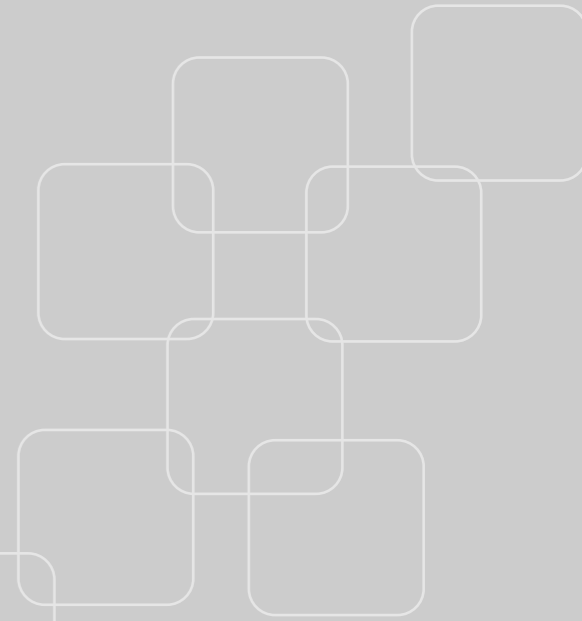




Participar, aprender y transformar

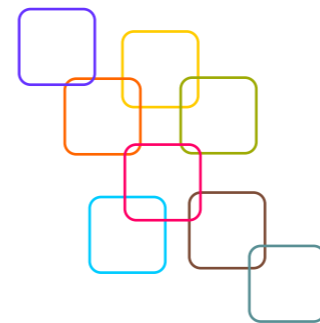
Ocho experiencias de promoción de la salud
en el ámbito local



Ministerio de Salud de la Nación
Secretaría de Determinantes de la Salud y Relaciones Sanitarias
Coordinación Nacional Programa Municipios y Comunidades Saludables

Avenida 9 de Julio 1925 - 8° Piso - C1073ABA - Ciudad Autónoma de Buenos Aires
Teléfono/Fax: (011) 4379-9309 - Correo electrónico: redmunisal@msal.gov.ar
<http://municipios.msal.gov.ar>

RETIRACIÓN TAPA



Participar, aprender y transformar

Ocho experiencias de promoción de la salud
en el ámbito local

AUTORIDADES

PRESIDENTA DE LA NACIÓN

Dra. Cristina Fernández de Kirchner

JEFE DE GABINETE DE MINISTROS

Dr. Aníbal Fernández

MINISTRO DE SALUD DE LA NACIÓN

Dr. Juan Luis Manzur

SECRETARIO DE COORDINACIÓN

Cdor. Eduardo Samuel Garvich

SECRETARIO DE POLÍTICAS, REGULACIÓN E INSTITUTOS

Dr. Gabriel Yedlin

SECRETARIO DE PROMOCIÓN Y PROGRAMAS SANITARIOS

Dr. Máximo Diosque

SECRETARIO DE DETERMINANTES DE LA SALUD Y RELACIONES SANITARIAS

Dr. Eduardo Mario Bustos Villar

SUBSECRETARIO DE RELACIONES SANITARIAS E INVESTIGACIÓN

Dr. Jaime Lazovski

PROLOGO

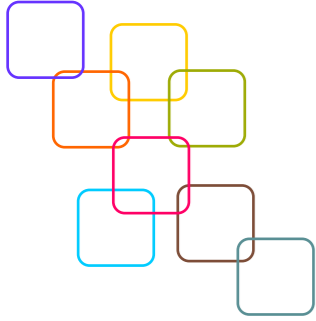
Es posible afirmar que nos encaminamos hacia un proceso de conformación de políticas públicas fundado en la igualdad, la solidaridad y el respeto, cuando la construcción de salud en el espacio local se manifiesta a través de la conformación de espacios de aprendizaje e intercambio, de la transmisión de conocimientos, de la participación de todos los sectores. En definitiva, en el encuentro de la comunidad para movilizar saberes transformadores.

En este sentido, el impulso para la implementación de proyectos municipales orientados a la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad es uno de los pilares del Programa Nacional Municipios y Comunidades Saludables. Y lo es, en tanto refleja el trabajo de una comunidad comprometida y con capacidad de tomar decisiones para mejorar su calidad de vida.

El libro que aquí presentamos reúne experiencias en promoción de la salud implementadas en el marco del Programa Nacional Municipios y Comunidades Saludables; y refleja el trabajo iniciado en el año 2008 por ocho municipios argentinos: Colonia El Simbolar, Cusi Cusi, General Roca, Mendoza, Monteros, Rancul, Sanford y Urdinarrain.

Esta publicación busca dar a conocer las acciones que cada Municipio y Comunidad Saludable realiza en su territorio, compartiendo y ofreciendo todo el conocimiento y experiencias generadas.

Sabemos que las iniciativas que aquí presentamos son sólo una muestra de la tarea que llevan a cabo los más de 800 municipios que integran el Programa; no obstante, creemos que su difusión representa un aporte significativo para una construcción democrática de la salud.



INDICE

- 7** COLONIA EL SIMBOLAR
Talleres saludarte: educar, vivenciar y participar activamente
- 17** CUSI CUSI
Talleres deportivos para corazones sanos y felices
- 29** GENERAL ROCA
Roca libre de humo
- 39** MENDOZA
Educación vial en las escuelas
- 51** MONTEROS
En Monteros construimos nuestra salud en comunidad y decidimos tener una alimentación saludable
- 61** RANCUL
Apostando por una comunidad libre de humo
- 71** SANFORD
Aprendamos a conducirnos mejor
- 81** URDINARRAIN
Comer sano, vivir sano



Comisión Municipal
Colonia El Simbolar

COLONIA EL SIMBOLAR

Talleres saludarte: educar, vivenciar y participar activamente

TALLERES SALUDARTE

El Programa de Salud Municipal *Saludarte: educar, vivenciar y participar activamente*, es un conjunto de voluntades hechas realidad, que con el color de la guitarra y el bombo marcan el latir de una localidad, la necesidad de vivir más y mejor de acuerdo a su modo y formas más primitivas: el canto, la música y la danza.

Este proyecto integrador de promoción de la salud, promoción de la actividad física y la puesta en valor de la cultura local, busca generar sinergia entre estas disciplinas, como una estrategia de abordaje integral de los determinantes de la salud.



CARACTERÍSTICAS DEL LUGAR

Colonia El Simbolar es una localidad del Departamento de Robles ubicada en la región centro oeste de la provincia de Santiago del Estero.

Ubicada a 86 Km. de la ciudad Capital, cuenta con un población menor a los 4.000 habitantes según registros existentes (3.834 habitantes INDEC 2001). Con aproximadamente 40 años de vida, su actividad económica más importante es la agricultura. Su producción más destacada se relaciona con la cosecha de algodón, zanahorias, batatas y cebolla.

La comuna se erige en medio de una gran planicie, donde escasea el asfalto, y las distancias suelen ser recorridas a pie, en bicicleta o moto.





VIVENCIAS, OBJETIVOS Y DESARROLLO DEL PROYECTO

El proyecto nace con el objeto de mejorar la calidad de vida de niños y adolescentes, mediante la promoción de la actividad física. La particularidad de esta iniciativa es que busca fusionar los hábitos saludables con la cultura y tradiciones locales en las prácticas de la danza y la música más distintivas de la provincia: el folclore.

En una primera etapa, la propuesta -enmarcada en la Convocatoria a Proyectos Municipales del año 2007- se focalizó en el dictado y prácticas grupales de danzas tradicionales, a cargo de profesores de educación física y bailarines profesionales.

Durante la segunda etapa del proyecto, y con la participación del

Dr. Christian Rubisz, se realizaron talleres sobre alimentación saludable tendientes a modificar algunas de las costumbres locales más arraigadas -lo que se conoce como "la cultura del guiso"- e integrar en este proceso a jóvenes, madres de la comunidad y preparadoras de alimentos del comedor comunitario de la Escuela Primaria N° 863.

La Directora del Polimodal 7 de Noviembre, Claudia Moyano, comenta: "los talleres de danza y de promoción de la cultura local han sido parte de todo un proceso que viene realizándose a favor de la actividad física. El taller que se está dictando en este momento, es el séptimo realizado en los últimos tres años. Al igual que los diferentes proyectos provinciales sobre promoción

de la cultura local, este tipo de actividades busca la participación, integración y asistencia de los adolescentes al colegio, priorizando el espacio de intercambio, la alimentación saludable y variada, y la promoción de la actividad física".

Con una población aproximada de 120 chicos (entre EGB y Polimodal) se ha logrado integrar en un aspecto tan caro a la cultura de la provincia de Santiago del Estero, la danza y la actividad física, otorgando sustentabilidad a la iniciativa original.

En cuanto a la propuesta de talleres de alimentación saludable, la misma fue una respuesta encadenada a ciertas falencias que comenzaron a ser evidentes durante el dictado de las clases:

extremos en el orden alimenticio (obesidad y/o desnutrición) y algunas costumbres locales de preparación de alimentos (guisos, frituras y desigual consumo de frutas, verduras y hortalizas de la zona). En este sentido, la creciente y sostenida participación de las madres y responsables del comedor escolar han marcado un cambio ostensible, particularmente en todo lo que refiere a cocción y elaboración de alimentos.

A modo de conclusión, es importante destacar que tanto las costumbres como las prácticas locales ligadas a la danza y la música facilitan el acceso a formas más apropiadas del tratamiento de la promoción de la salud

LECCIONES APRENDIDAS

La revalorización de las prácticas y costumbres locales en el proceso de ejecución del proyecto fue el aprendizaje más importante de esta experiencia. La implementación de la misma en terreno fue muy abarcativa y respetó los tiempos propios de la comunidad.

La importancia del conocimiento construido en el proceso de la gestión de los recursos, y el incalculable valor de la participación de todos los actores de la comunidad, brindaron un escenario más que propicio para que tanto niños como adolescentes fueran los protagonistas de las actividades recreativas, y las madres y preparadoras de alimentos, comprometidas participantes de los talleres de alimentación saludable. Cabe destacar el papel fundamental que tuvieron los adolescentes escolarizados en la convocatoria de sus pares, ya que la cosecha suele ser un factor de abandono de todas las actividades (escolares, sociales y comunitarias) en aquella localidad.





CUSI CUSI

Talleres deportivos para corazones sanos y felices



TALLERES DEPORTIVOS PARA CORAZONES SANOS Y FELICES

Hablar de la experiencia de Cusi Cusi como parte de un proyecto destinado a prevenir enfermedades cardiovasculares sería simplificar la experiencia de una comunidad a una serie de indicadores.

Talleres deportivos para corazones sanos y felices es la propuesta de un conjunto de actividades de dictado semanal, que lograron mejorar la calidad de vida de niños y

jóvenes -e indirectamente- de toda la comunidad de Cusi Cusi.

Como antecedente, nos encontramos con la historia de la Dra. Karina Cano (médica clínica) que al llegar a Cusi Cusi encontró en los varones cierta reticencia a realizar consultas.

Cómo acercarlos fue su gran pregunta y, en la búsqueda de



una respuesta, movilizó a toda la comunidad con clases abiertas de karate y de gimnasia aeróbica, su gran pasión. La práctica de un deporte fue la excusa para abordar las diversas necesidades locales y alcanzar los objetivos sanitarios.

El proceso de planificación y búsqueda de recursos demandó mucho tiempo, y grandes cuotas de buena voluntad. Nada es

sencillo cuando toda la responsabilidad se concentra en una sola persona. Sin embargo, el entusiasmo de la comunidad y el trabajo conjunto permitieron avanzar hacia la formulación de lo que más tarde se transformaría en el proyecto municipal.

CARACTERÍSTICAS DEL LUGAR

La comuna de Cusi Cusi se encuentra emplazada en lo profundo de la puna jujeña, a 320 Km. de San Salvador de Jujuy.

Con sus casi 400 habitantes es el poblado más grande de esa región jujeña. Posee, además, una estructura gubernamental pequeña (Comisión) de la que dependen los poblados aledaños. El camino de acceso a esa localidad lleva alrededor de siete horas de viaje por asfalto y camino de ripio, hasta alcanzar los 4200 metros de altura. En verano, los caminos suelen anegarse

fácilmente y, varias veces durante la temporada de lluvias, el pueblo suele quedar aislado.

Las actividades deportivas y las propuestas de acción social y educativa son opciones interesantes para favorecer algunas políticas locales, que en boca de sus propios actores, brindarían respuestas a la creciente disminución de la población adolescente. Problemática asociada a la frecuente migración interna, especialmente hacia destinos como La

Quiaca o San Salvador.

Sin embargo, una alianza entre los diversos actores institucionales se transformaría en una esperanza local. Estos trabajadores territoriales se encuentran agrupados en las siguientes organizaciones: la escuela primaria, el colegio secundario, la Iglesia, el centro vecinal, el grupo de mujeres, los clubes deportivos (River y Pumas), la unidad sanitaria, y el grupo de agricultura y camélidos.

Una figura silenciosa pero no menos importante en la vida de Cusi Cusi es su unidad sanitaria que con fines y usos múltiples, es el escenario de todas las actividades de la comunidad; entre ellas las reuniones de la Mesa de Trabajo Intersectorial y la atención sanitaria de la población.



VIVENCIAS, OBJETIVOS Y DESARROLLO DEL PROYECTO

El proyecto nace con objeto de mejorar la calidad de vida de la población infantil y adolescente e, indirectamente, de toda la comunidad de Cusi Cusi, mediante la promoción de la actividad física, con foco en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Las actividades del proyecto se iniciaron en noviembre de 2008.

El gran logro de este primer acercamiento fue la conformación de la comisión de padres, cuya finalidad fue la incorporación activa de los mismos. Este equipo de trabajo fue quien motorizó la organización de las actividades para movilizar fondos destinados a las competencias y la gestión de las condiciones necesarias para que los docentes pudieran dar las clases en tiempo y forma, entre otros logros.

Según las palabras de Karina Cano: “Las madres fueron el motor de la organización. Cuando los chicos se sintieron listos para competir el obstáculo era económico, las familias colaboraron vendiendo ropa, comida, sorteando elementos y haciendo todo lo que estaba al alcance. Era muy importante poder ayudar a los chicos para que salieran a competir a otros lugares, muchos no habían ido nunca tan lejos”.

Con dos talleres -uno de karate y otro de gimnasia aeróbica- dictados dos veces por semana, se logró involucrar a buena parte de la población adolescente.

No era difícil distinguir caras e intuir edades: entre los 6 y los

15 años, iban y venían niños y adolescentes -padres también- en todas las clases abiertas.

Es importante distinguir que estos talleres se dictaron en forma continua hasta finales del 2007, incorporándose un segundo profesor de educación física para todas las actividades reservadas a adultos: fútbol, voley y basquet.

Se continuó con la programación prevista y, en enero de 2009, se realizó un viaje a la provincia de Tucumán con 11 chicos para un encuentro deportivo, durante una semana. Posteriormente, se hicieron viajes a otros torneos en la provincia de Catamarca y en la ciudad de Orán.

Sin dudas, la convivencia fue una buena oportunidad para compartir valores y celebrar las intensas experiencias personales y de grupo en una infinidad de aspectos. La planificación familiar, la higiene personal y el tratamiento de los residuos fueron parte de las temáticas abordadas durante esos encuentros.

Por las características e impacto del trabajo desarrollado, el Programa Nacional Municipios y Comunidades Saludables extendió por seis meses más el proyecto.

La sustentabilidad y sostenibilidad del trabajo desarrollado fueron algunas de las ideas que atravesaron esta segunda etapa. Se sumó así, como parte de las nuevas actividades, la formación de tutores para que repliquen la enseñanza del Karate. En este sentido, tres adolescentes de la comunidad





fueron elegidos para viajar a la ciudad de San Salvador de Jujuy, una vez por semana, para tomar clases. Ellos fueron luego, los encargados de transmitir lo aprendido al resto de los niños de Cusi Cusi.

Sergio Flores fue uno de los adolescentes que participó del proyecto. Este adolescente quedó muy comprometido con el

proyecto no sólo en su condición de alumno sino también como docente. Él rescató la importancia de la actividad física como una forma de preservar el estado general de la salud, sin dejar fuera el verdadero trabajo en equipo.

La introducción al deporte no sólo mejoró la calidad de vida, sino que amplió los horizontes y expectativas de los jóvenes.

Opciones como conocer otras provincias o transformar la actividad deportiva en una posible fuente laboral fueron resultados no previstos.

El reflejo de los talleres y de la labor sanitaria hizo que muchos niños sueñen con ser médicos o enfermeros para poder trabajar allí y cuidar a su comunidad.

La experiencia de esta comunidad se presenta como un buen ejemplo de sinergia, en donde las condiciones locales ofrecen un escenario propicio para el trabajo, la promoción de la salud y la construcción de una identidad marcada por la lógica de los determinantes de la salud.



LECCIONES APRENDIDAS

En este divertido e intenso proceso se logró comprender que la incorporación de hábitos de vida saludable, no sólo sirve para prevenir enfermedades cardiovasculares sino que su acción a largo plazo repercute en aspectos no tan visibles como la higiene personal y la alimentación.

La cultura local encontró un espacio interesante de integración en aspectos tan significativos como la construcción y desarrollo de la idea comunitaria de trabajo. Un claro ejemplo de ello fue la fuerte sinergia entre los padres y las diversas organizaciones territoriales para lograr los objetivos del proyecto,

el compromiso y la participación de la comuna. Puede decirse que todos aquellos que hicieron Talleres deportivos para corazones sanos y felices lograron que Cusi Cusi llegara a vivenciar lo que es verdaderamente la promoción de la salud.



FUERTE GENERAL ROCA

GENERAL ROCA
Roca libre de humo

CARACTERISTICAS DEL LUGAR

General Roca se encuentra ubicada dentro de la provincia de Río Negro, en la región patagónica; limita con las provincias de Neuquén, La Pampa, Buenos Aires y Chubut.

Emplazada en el Alto Valle, el municipio tiene un ejido que cubre una superficie aproximada de 130.000 m²; de los cuáles 12.000 hectáreas se encuentran destinadas a la producción frutihortícola.

La población de General Roca es de 85.360 habitantes, según informa el INDEC al año 2006; siendo la segunda ciudad en importancia dentro de la provincia de Río Negro, según su densidad demográfica.

Al ingresar a la ciudad, recibe a los visitantes un cartel que anuncia: "La Ciudad de General Roca está libre de humo de tabaco". Esta iniciativa fue premiada con un proyecto municipal durante el año 2007, motivo central del presente relato.



VIVENCIAS, OBJETIVOS Y DESARROLLO DEL PROYECTO

La ordenanza "Roca libre de humo de tabaco" (N° 4521/08), y su posterior reglamentación (Resolución N° 1176/08) fueron el marco de referencia para la elaboración, presentación y posterior implementación del Proyecto Municipal bajo el mismo nombre.

Esa ordenanza estipula la prohibición de fumar tabaco -en cualquiera de sus formas: cigarros, cigarrillos, pipas, etc.- en todos los espacios cerrados de acceso público, ya sean del ámbito privado o público, pertenecientes al municipio. La propuesta principal de la iniciativa consistió en el fortalecimiento de la tarea de sensibilización comunitaria; el intercambio de experiencias y saberes destinados al fortalecimiento de la red interinstitucional, y la construcción de consenso local en el abordaje de la temática.

Para ello, se convocaron a las organizaciones más significativas de la comunidad para generar sinergia y aunar fuerzas. Entre las más destacadas, se pueden mencionar a la Liga Argentina de Lucha contra el Cáncer (LALCEC), Iglesia Adventista, Hospital Francisco López Lima, Centro Patagónico para el Desarrollo Humano (CEPADHU), Consejo de Juventud Roquense (CON.JU.RO), Escuela Adventista, Cámara de Industria y Comercio (CAIC), Clínica Roca, Docentes de Nivel Inicial.

Las actividades generales para este proyecto fueron

realizadas mediante el dictado de talleres, en donde el trabajo de sensibilización fue desarrollado en tres ejes: con jóvenes durante eventos claves; con empresas locales; con la comunidad en general mediante una acción fuertemente comunicativa.

En el caso del trabajo con jóvenes, la estrategia utilizada fue la sensibilización mediante una gráfica consistente, una campaña comunicativa bien direccionada a ese estrato y la presencia permanente en eventos significativos como los festejos del día de la primavera y del estudiante.

Por otro lado, cabe destacar que las campañas en las empresas fueron todo un desafío. El Canal 2 de General Roca se adhirió a la propuesta. Este ejemplo de medio/empresa fue ejemplificador para otros organismos.

La tarea nunca fue fácil. Sin embargo, el objetivo era claro y el apoyo de las diversas fuerzas vivas de la comunidad era un hecho tangible que apuntalaba, echando raíces.

En cuanto a la estrategia en general, y la campaña gráfica en particular, resultó una suerte de pilar del proyecto: atravesó todas las instancias de la campaña. En este sentido, la presencia silenciosa y definitiva de las obleas inhibitorias fue el puntapié inicial de todo el proceso de implementación.

Laura Juárez, Directora de Medio Ambiente del Municipio, relata sobre los inicios de la aplicación de la normativa:

Río libre de Colillas de Cigarrillos



Las **colillas de cigarrillos** son la mayor causa de basura en el mundo.

NO son biodegradables, permanecen durante décadas en el ambiente antes de degradarse.

En contacto con el agua desprenden los químicos que contienen **dañando el ecosistema y la calidad del agua.**

Dirección de
Medio Ambiente
Municipio de Roca

“Estaban acostumbrados a fumar. Tuvieron que comenzar a fumar fuera del edificio, y esta obligación de trasladarse con el frío que en temporada invernal hace aquí, ponía de muy mal humor a los fumadores”.

A medida que el proyecto avanzaba en su implementación, comenzaron a aparecer ciertos mitos y problemas: los comerciantes estaban convencidos que la implementación de la norma afectaría el ingreso de los clientes a sus locales, en detrimento de su fuente de trabajo.

En esa misma línea de resistencia estaban los jóvenes, quienes asocian el fumar al esparcimiento, y con ellos los dueños de los boliches que no resignaban la idea de que allí no se fumaría más. Pero esta situación inicial duró muy poco, y dio paso al nuevo hábito.

Algunos jóvenes nos cuentan hoy sobre su gratitud frente a la prohibición, incluso en el caso de los fumadores. “Es increíble como se siente el cambio en la ropa. Ya no llegamos con olor a cigarrillo después del boliche, y me acostumbré a esto. Durante las vacaciones estuve en otros boliches, donde se permite fumar, y ahí tomé conciencia del cambio. Para quienes no fumamos está bueno estar en un lugar donde se protejan tus derechos”.

La política impulsada por el municipio contó con el aval indispensable de su intendente, el Dr. Carlos Soria, quien expresa el convencimiento de tratar las problemáticas ambientales y de salud conjuntamente con las organizaciones.

El intercambio de experiencias, la programación de talleres de cesación tabáquica, el rol del grupo familiar durante el

proceso, y la importancia de una correcta inclusión de los saberes adquiridos en la currícula escolar fueron algunos de los temas abordados por los representantes de las organizaciones.

Adriana Nasello, médica pediatra, neumóloga y una de las protagonistas del proyecto, mencionó que en los dos años de aplicación de la ordenanza se puede observar una clara modificación en la conducta de los adultos fumadores, particularmente en casos de niños con problemas respiratorios. “Ya no es necesario recordarles que no deben fumar en el hogar o en espacios cerrados que compartan con sus hijos”, comenta Adriana. “Están al tanto del peligro que corren los fumadores pasivos. A raíz de esa situación, muchos han decidido dejar el cigarrillo”.

Al recorrer la ciudad, el asombro se hacía presente. El compromiso de la comuna se manifestaba y daba cuenta de la importancia del trabajo realizado: todos los comercios tenían pegada la oblea inhibitoria.

Un dato curioso y no menos significativo de la importancia del trabajo realizado fue el suministrado por Guadalupe del Valle, Directora de Turismo Municipal. La funcionaria comentó que los comerciantes hoteleros lograron readecuar algunos gastos en tintorería, y vida útil de muebles y cortinas, como consecuencia directa de la norma inhibitoria. “Fue significativa la mejora”, comenta Guadalupe, “los fondos restantes son destinados a promover mejoras en la infraestructura hotelera”.



LECCIONES APRENDIDAS

Este proceso ha dejado en el municipio saberes interesantes en todos los actores. Particularmente, ha consolidado un saber hacer entre las diversas organizaciones desde la perspectiva de la gestión asociada, en donde las experiencias particulares contribuyeron al desarrollo del proyecto en general.

La capitalización del conocimiento durante el proceso de gestión de la comunicación fue otro de los beneficios obtenidos durante la ejecución del proyecto. Las herramientas publicitarias a cargo de especialistas, el desarrollo de las estrategias comunicacionales y, finalmente, la producción visual fue un logro de proyección interinstitucional muy beneficioso para todos los actores involucrados.





**NO TOMÉS ALCOHOL
SI VAS A CONDUCIR**

Ciudad de Mendoza



EDUCACIÓN VIAL EN LAS ESCUELAS

Conducirse en la vida involucra algo más que un simple juego de palabras y un proyecto municipal.

La capital Mendocina, desde inicios de 2007, viene gestionando una serie de políticas en educación vial destinadas a ordenar el tránsito, promover peatones más respetuosos, y por lo tanto, construir conductores seguros.



CARACTERÍSTICAS DEL LUGAR

La Ciudad de Mendoza está ubicada en la región centro-oeste de la República Argentina, conocida como Cuyo, muy cerca de la cordillera de los Andes. También denominada Ciudad Capital, es una de las áreas metropolitanas más antiguas de nuestro país. A título anecdótico, su primera fundación data del año 1500, y se consolidó como Departamento Capital en el año 1868.

Sus límites geográficos se funden con las localidades de Godoy Cruz, Las Heras, Zona de Piedemonte y Guaymallén (Gran Mendoza). La ciudad ostenta una atractiva forestación y es atravesada por acequias, lo cual hace del paisaje del lugar un sello distintivo de esa región.

VIVENCIAS, OBJETIVOS Y DESARROLLO DEL PROYECTO

El proyecto tuvo como objetivo fundamental establecer un puente dinámico de intercambio entre municipio y escuela, a fin de concientizar sobre educación vial a toda la comunidad. Se consideró como fundamental el rol multiplicador de los niños como facilitadores del acceso a las familias y adultos allegados a su entorno.

Los contenidos fueron diversos, pero bien vale la pena mencionar aquellos que versaron sobre temáticas esenciales como el reconocimiento de señales viales, el uso responsable de la vía pública desde los diferentes roles, primeros auxilios y nociones de mecánica general.

En esta línea, se llevó a cabo una serie de intervenciones en la vía pública titulada "La Familia Miranda" que enfatizaba la problemática del tránsito en la ciudad. Muñecos gigantes invadían las sendas peatonales en el centro de la ciudad parodiando al mal peatón y al mal conductor y eran advertidos por un inspector de tránsito mediante el uso de un megáfono. Éste ponía en evidencia las contravenciones y alentaba a la toma de conciencia sobre las consecuencias que puede ocasionar un cruce imprudente o la falta de respeto de los semáforos. La iniciativa de la Dirección de Tránsito Municipal, inicialmente resistida, fue incorporándose de a poco en la cotidianeidad de la ciudad, aunque aún algunas personas se molestan con la intervención.

Las actividades callejeras se complementaron con la entrega de material gráfico como calendarios de bolsillo sobre

Educación Vial; cuadernillos con figuritas para pegar y mouse pads con mensajes preventivos asociados al consumo de alcohol y el conducir.

En las escuelas primarias, la estrategia consistió en educar a los mayores a través de sus hijos, quienes generalmente aportan información sobre la forma de conducir de sus padres y se convierten en una suerte de "control" de los mismos.

Los soportes audiovisuales estuvieron a la orden del día: videos y cortos publicitarios se convirtieron en la herramienta más utilizada para la difusión de los contenidos abordados. Por otro lado, los niños adquirieron conocimientos sobre sus responsabilidades en el rol de peatón y como posibles conductores de bicicletas.

Por otro lado, tanto en el nivel EGB como en el Polimodal se abordó la importancia de la prevención de accidentes de tránsito a través de juegos didácticos. Para el trabajo con los estudiantes adolescentes se priorizó la concientización sobre los daños que puede producir no respetar las normas de tránsito, se brindó información acerca de la preparación teórico práctica para la obtención del carnet de manejo -ya que muchos de ellos están cerca de alcanzar la edad para obtenerlo- y se efectuaron cursos de primeros auxilios y maniobras de resucitación.





La mayoría de los establecimientos educativos decidieron incorporar en la currícula temas relacionados con la educación vial. Además, por iniciativa de los alumnos, se elaboró señalética en las escuelas a fin de identificar espacios o zonas de mayor cuidado (escaleras, juegos infantiles).

Al respecto, el Director de la Escuela Polimodal, Fernando Bula, expresó: “estamos abiertos a la comunidad para ofrecerles a nuestros alumnos todo lo que sume a las distintas áreas, distintos aspectos, esto nos parece más que importante. Un grupo de ex alumnos de la escuela ha dado charlas de educación vial y uno de los profesores que tenemos en los cursos superiores también hace trabajo de talleres, juegos, carteles, concursos, tratando de que los chicos se vayan interiorizando de las distintas normativas viales. En este sentido, nos parece muy buena la iniciativa municipal de llevar la temática a través de obras de teatro adecuadas a los chicos según su edad”.

Una particularidad del tránsito en la capital mendocina, es el ingreso diario de aproximadamente 240 mil vehículos provenientes del Gran Mendoza, cuestión que ha colapsado las vías de circulación y los estacionamientos, pese a que se han tomado medidas como el ensanchamiento de la arteria principal de ingreso a la ciudad.

El equipo técnico de la Dirección de Tránsito Municipal manifestó que el trabajo con los niños ha permitido observar el

reconocimiento de las conductas adecuadas, tanto en el rol del peatón como del conductor. En el caso de los adultos, se detectan ciertas dificultades relacionadas con el ejercicio y acatamiento relativo de la norma por sobre su desconocimiento.

“El conocimiento previo lo tienen chicos y adultos, pero cuesta que se lleve a la práctica. ¿Quién no sabe que debe ponerse el cinturón de seguridad? ¿o no hablar por celular al conducir? Todos lo saben, sin embargo no lo respetan, y el inspector de tránsito tiene que estar ahí como un tutor para que cumplan las normas”, comenta una de las inspectoras que realiza las actividades de capacitación. “Bregamos por la educación vial, como lo señala la ley, que debe darse en forma sistemática y continua desde la primaria, porque el chiquito es quien se encarga de decir papi no te abrochaste el cinturón, papi mirá el semáforo. Desde el chiquito hasta el adolescente se puede observar un cierto rol de control de la conducta familiar”.

Finalmente, destacan el apoyo de los docentes -a quienes llaman sus “aliados”- pues ceden horas a las actividades, y retoman lo aprendido, a fin de reforzar el saber de los chicos una vez finalizadas las charlas.

Gracias al trabajo diario en el aula, cuando se reúnen con los padres, son los niños y jóvenes quienes transmiten la información.

LECCIONES APRENDIDAS

La factibilidad de emprender acciones conjuntas es una condición necesaria para la sustentabilidad de estas propuestas, más allá de los objetivos, de las funciones inherentes a cada área, y del proyecto en general.

La participación de los alumnos de las escuelas primarias, así como los asistentes a los cursos fue esencial para el éxito del proyecto. En este sentido, la inclusión de un porcentaje de jóvenes en el curso intensivo de manejo defensivo fue muy positiva, en especial por la resistencia observada al inicio de los talleres.

No se puede dejar de mencionar lo significativo del impacto visual surgido de la estrategia de intervención en la vía pública.

Fue importante para todos los que participaron de este proyecto pensar a largo plazo, la inclusión en la iniciativa de otros municipios del Gran Mendoza y organizaciones de la sociedad civil, con miras a reducir las estadísticas de muertes y discapacidad en jóvenes por accidentes viales.





MONTEROS

En Monteros construimos nuestra salud en comunidad y decidimos tener una alimentación saludable



CARACTERÍSTICAS DEL LUGAR

Monteros se encuentra a 53 Km. al sudoeste de la capital provincial, siendo la cabecera del departamento que lleva su mismo nombre. Su población es de 23.771 habitantes según los registros existentes (INDEC 2001).

La industria azucarera constituye el pilar fundamental de la economía local, así como los cultivos de limón, arándano y

frutilla. El Ingenio Ñuñorco es el establecimiento industrial más importante de la ciudad y, sin lugar a dudas, una de las características más distintivas de Monteros. En tiempo de zafra, la ciudad se tiñe de niebla y humo, y un intenso aroma acompaña al viajero en las rutas y calles, recordando que la cosecha llegó a su fin.

VIVENCIAS, OBJETIVOS Y DESARROLLO DEL PROYECTO

El proyecto nace como una línea de abordaje prioritaria dentro del diagnóstico participativo realizado por el municipio durante el año 2006. Ese primer avance logra consolidarse y definir lo que luego será el proyecto municipal en alimentación saludable, a partir de los resultados obtenidos en un análisis realizado por la Unidad Coronaria del Hospital General Lamadrid. En aquella oportunidad, se evidenciaba un crecimiento en los indicadores de los factores de riesgo (obesidad, dislipemia y enfermedad coronaria), situación que motivó la elección de la temática a trabajar.

El proyecto se desarrolló en dos grandes momentos de trabajo territorial: el primero durante el cual las actividades (charlas informativas y talleres) se dirigieron a alumnos, madres y responsables de comedores en de las escuelas, y servicios de salud cercanos al hospital, y una segunda etapa, de fase mayormente hospitalaria, en la cual se focalizó en la atención y el seguimiento de pacientes diabéticos.

Durante la primera etapa, que tuvo un fuerte componente educativo, se realizó una campaña de comunicación que comprendió gráficos en la vía pública, spots y charlas informativas radiales brindando información sobre los diversos tipos de alimentos, las medidas de higiene y correcto almacenamiento de los mismos, la alimentación en cada etapa de la vida (embarazo, lactancia, niñez, adolescente, adulto y adulto mayor) y la nutrición en diferentes enfermedades, así como los trastornos de la conducta alimentaria y sus riesgos.

Esta misma modalidad se aplicó a los talleres realizados en el hospital, en los servicios de salud y en las escuelas. Los padres, y principalmente, los preparadores de alimentos tanto de los servicios de salud como de los comedores escolares y comunitarios fueron destinatarios y a su vez grandes partícipes de estas actividades.





Lorena Málaga, Directora del Hospital General Lamadrid, referente municipal del Programa Nacional Municipios y Comunidades Saludables y responsable del Proyecto Municipal en sus dos etapas, comenta “este proyecto tuvo mayormente éxito por el fuerte trabajo en equipo y el apoyo en las redes sociales a nivel comunitario, ya existentes. Siempre hemos contado con el apoyo del gobierno local, incluso antes de que se asignaran fondos mediante el Proyecto Municipal, esta situación favoreció en todos los sentidos, convirtiendo a la propuesta en algo sustentable a largo plazo”.

La segunda etapa, consecuencia del éxito obtenido durante la

ejecución del proyecto, trajo consigo grandes resultados no previstos: la apertura de un servicio de diabetología en el Hospital del municipio, que cuenta con la presencia de 3 médicos clínicos, dos de ellos especializados en el tema, donde se realiza el seguimiento de los pacientes con dicha enfermedad, y se entregan los medicamentos en forma gratuita.

En este sentido, Lorena destaca: “los talleres sobre alimentación saludable han logrado convertirse en parte de las actividades del servicio, ya que se dictan en forma permanente, así como los talleres de actividad física”.

En este último caso, gracias a la gestión asociada entre el gobierno local y diversas instituciones nacionales, se han obtenido los fondos que posibilitaron la construcción de una pista de salud a una cuadra del hospital, donde se dictan en forma diaria clases de educación física abiertas a la comunidad.

Ángel Pereuta, uno de los beneficiarios del programa de diabetología, afirma “el seguimiento por parte de los médicos es importantísimo. Gracias a este espacio he logrado bajar de peso, mantener los valores de mi enfermedad lo más saludablemente posible. A pesar de las dificultades propias de

un hospital tan chico, quiero destacar que gracias a los talleres y el espacio para las clases de gimnasia, fue posible para mí seguir con un plan de vida más saludable”.

Finalmente, Lorena Málaga, relata que la clave del éxito de esta iniciativa se centra en la participación de la comunidad en el proyecto, no sólo en la asistencia formal a los talleres sino en el proceso de planificación de los mismos. Este compromiso ha logrado dar sustentabilidad al espacio hospitalario del proyecto, crear nuevas redes en la comunidad, y hacer responsable a cada uno de los actores de los logros obtenidos.

LECCIONES APRENDIDAS

La dimensión y los alcances del trabajo en red, que ha incluido a diferentes sectores sociales, es uno de los resultados más visibles.

Desde lo técnico, se logró sensibilizar a la población mediante la exposición de un abanico de conocimientos necesarios para el cambio de hábitos. Las diferencias entre nutrientes y alimentos; la clasificación de los alimentos en los seis grupos del óvalo; la compra, preparación y almacenamiento de los mismos, y las normas de higiene en la preparación de la comida fueron algunos de los contenidos abordados a lo largo de la experiencia.

Este proyecto fue un gran factor de cambio, y una oportunidad significativa para generar nuevos hábitos en un proceso de permanente integración de todos los sectores sociales, así como un valioso aporte para replicar en comunidades cercanas.





NO FUMES...

La Tierra en nuestras manos...!!

CUIDÉMOSLA...

ESPEDEMOS

VALOREMOS

RECICLEMOS

U.E. N
25
9ºB

RANCUL

Apostando por una comunidad libre de humo

A group of children and an adult, all wearing white lab coats, are playing in a park. One child is standing on a large, painted tire. Other children are walking or standing nearby. The background shows a road, trees, and a utility pole.

CARACTERISTICAS DEL LUGAR

El municipio de Rancul está en el extremo norte de la provincia de La Pampa, muy cercano al límite con los extremos sur de las provincias de San Luis y Córdoba.

La ciudad fue fundada a inicios del siglo XX, como una consecuencia esperable del fuerte desarrollo ferroviario de

la zona, más concretamente el Ferrocarril Oeste que unía la ciudad de Buenos Aires con la provincia de Mendoza.

Con una población actual que no supera los 4000 habitantes (3.331 según INDEC 2001), su principal actividad económica es la agricultura seguida de la ganadería.

VIVENCIAS, OBJETIVOS Y DESARROLLO DEL PROYECTO

La iniciativa tuvo como prioridad disminuir la morbimortalidad resultante de enfermedades cardiovasculares y otras relacionadas con el consumo de tabaco, mediante el impulso de intervenciones puntuales en instituciones, empresas y comercios.

María Isabel Navarro Lucero, responsable del Departamento de Acción Social y María Fernanda Martini, referente del Programa Nacional Municipios y Comunidades Saludables y referente del proyecto municipal, manifiestan que este proyecto surge como respuesta a un informe suministrado por el Hospital local donde se indica que entre los años 2003 y 2007, del 70% de los casos registrados de morbimortalidad, el 30% se debían a cáncer de pulmón, y el otro 40% agrupaba insuficiencias cardíacas, afecciones respiratorias, entre otras.

En una primera etapa, a fin de abordar en forma territorial esta iniciativa, se conformó un equipo multisectorial, el cual elaboró una encuesta a modo de diagnóstico del estado de situación de la ciudad, con referencia a la posibilidad de implementar espacios libres de humo. Para ello se convocó a todas las instituciones educativas (Servicio Educativo Especial, Escuela N° 116, Chamaico, Instituto Agrotécnico Rancul y Unidad Educativa EGG N° 25) y el Taller Protegido "Corazón y Voluntad" para su realización.

Como resultado de este proceso se elaboró una fuerte campaña de comunicación, gráfica, radial y televisiva, sobre los efectos nocivos del tabaco para fumadores activos y pasivos.

Como estrategia de abordaje de la problemática, fueron convocadas todas las instituciones educativas quienes trabajaron conjuntamente en la elaboración de las actividades de prevención, estableciendo una gestión asociada de la seguridad vial. Este fue el foco del proyecto y el motor de las actividades con mayor grado de participación. Entre ellas se pueden mencionar la canción donde participaron 120 alumnos que conformó la base para la realización de un video de las actividades (Escuela N° 234); el sketch con alumnos del Taller Protegido y folletos de concientización (Escuela N° 31); los cortos publicitarios donde participan alumnos con capacidades diferentes (Servicio Educativo Especial); las 320 encuestas realizadas a jóvenes entre 12 y 18 años, y la organización y desarrollo de una charla con profesional médico en donde se expusieron los resultados de la encuesta (Centro de Estudiantes del Instituto Aerotécnico de Rancul) y un mural alusivo ambulante que fue realizado y presentado por los alumnos la Unidad Educativa N° 25 EGB 3, en varias instituciones.

El proceso de implementación del proyecto fue muy positivo. Tanto la población como las instituciones lograron adherirse sin mayores resistencias. En este sentido, María Isabel Navarro Lucero manifiesta: "el proyecto en sí no tuvo grandes dificultades a la hora de implementarse. Quizás el humo de tabaco no fue el único índice de reclamo. La quema de basura, la quema de ladrillos y el tratamiento general del humo en la ciudad fueron temas surgidos de esta iniciativa con un peso similar al del tabaco".





La segunda etapa del proyecto, surgida de la extensión otorgada por el Programa Municipios y Comunidades Saludables, estuvo orientada a medir el impacto de las acciones. Fue así como se elaboró una nueva encuesta, con el fin de medir el grado de adhesión a la ordenanza y la obediencia inhibitoria.

María Fernanda Martini relata que "de 160 casos surgidos de las encuestas entre organizaciones, instituciones gubernamentales y privadas, organizaciones sociales y comercios; sólo cuatro casos no se han adherido a la iniciativa libre de humo".

Si bien este proceso involucra a toda la comunidad, se focalizó en la participación y compromiso de jóvenes y adolescentes mediante acciones concretas: producción de objetos y piezas comunicacionales, actividades sociales, y su condición replicadora hacia el interior del núcleo familiar. Esta fortaleza redundó en el éxito del proyecto y la sustentabilidad de las acciones una vez finalizado el mismo.

LECCIONES APRENDIDAS

El espacio escolar fue decisivo para la implementación del proyecto: docentes y alumnos trabajaron sinérgicamente y la fortaleza de esta modalidad de abordaje, resultó esencial a la hora de pensar la sustentabilidad de la estrategia de promoción de la salud.

El diagnóstico de salud local como herramienta de abordaje de las problemáticas territoriales fue un resultado no previsto, pero no menos importante. El tratamiento de aspectos complementarios a la contaminación ambiental por tabaco cobró un valor inusitado. Producto de ello fueron las propuestas a nivel legislativo sobre aspectos como la producción de la cerealera, la quema de hojas, los hornos de carbón, y el tratamiento de los residuos sólidos urbanos.

La evaluación de las acciones a largo plazo se manifiesta como un compromiso a largo plazo. En cierta medida, profundizar el cumplimiento de las acciones oportunamente realizadas tiende a darles sustentabilidad y a generar otras iniciativas bajo la misma lógica.





CARACTERISTICAS DEL LUGAR

Sanford es una localidad del Departamento Caseros, Provincia de Santa Fe, Argentina. Dista 82 Km. de la ciudad de Rosario y 225 Km. de la capital provincial Santa Fe.

Con una población menor a los 2.000 habitantes (1.965, según datos del INDEC 2001), su actividad económica está directamente relacionada con la industria agropecuaria y el transporte de dichos productos.

La compañía de Tierras del Ferrocarril Oeste Santafesino planificó la creación del pueblo antes de ser inaugurada la estación que fue habilitada el 3 de abril de 1888 y actualmente, pertenece al Ferrocarril General Mitre.



VIVENCIAS, OBJETIVOS Y DESARROLLO DEL PROYECTO

Esta iniciativa tuvo como prioridad generar conocimientos en el nivel inicial y medio sobre la problemática vial, el cumplimiento de las normas vigentes, y la integración de toda la comunidad para tales fines.

Sanford es una ciudad que se encuentra atravesada por una ruta provincial, la cual tiene como destino final el Puerto de Rosario. Por las características y volumen de tráfico circulante, se registran accidentes de gran envergadura, ocasionados en su mayoría por las altas velocidades, y el uso incorrecto de los semáforos ubicados estratégicamente en la entrada y salida de la comuna.

Sin embargo, la disposición geográfica de la comuna y el volumen de tráfico existente no fueron las únicas dificultades detectadas. Existen ciertas costumbres relacionadas con el traslado peatonal, el uso de vehículos y automotores en niños y adolescentes, que repercuten en la problemática vial del municipio.

Desde los 7 u 8 años, los niños se trasladan de un punto a otro de la comuna sin la presencia de sus padres. Esta condición trae aparejada la exposición de los niños al tráfico vehicular no menos de dos veces al día.

En el caso de los adolescentes, las costumbres sobre el uso de motos y automóviles mostraban a conductores muy por debajo de la edad necesaria para tramitar la licencia, la mayoría de las veces, con el aval de los padres.

El escenario comunal era complejo, sin embargo, las ganas de cambiar por parte de la comunidad, y la participación de todos los niveles educativos ayudaron al diseño y desarrollo del proyecto.

Las acciones que se realizaron a lo largo de la ejecución del proyecto, involucraron a diversos actores: agentes de tránsito, docentes, padres y alumnos en general.

Los talleres dictados estuvieron orientados a reconocerse y responsabilizarse como actores de la seguridad vial. En este sentido, actividades como el reconocimiento en bicicleta de la localidad, la pegatina de calcos con leyendas alusivas (diseñadas por ellos mismos) fueron algunas de las estrategias utilizadas en el abordaje de la temática.

Las instituciones del nivel inicial, como respuesta directa de su capacitación y mediante el involucramiento del grupo familiar, solicitaron la adecuación de los espacios públicos frente a sus establecimientos como el cierre de cunetas, la realización de sendas peatonales, la correcta señalización de la ruta y de los cordones lindantes a las escuelas, por mencionar algunas de ellas.

Las escuelas involucradas en estas actividades fueron la Escuela Provincial N° 6039, José Pedron, y el Colegio Secundario Leopoldo Lugones, del Municipio de Sanford.



Entre las actividades de mayor participación se puede mencionar la realización de un concurso de afiches, del cual se desprendió con posterioridad una línea grafica de trípticos y otros volantes alusivos, todos realizados por los alumnos de ambos niveles. También es importante destacar las actividades que estimularon la participación de los niños y adolescentes en el proceso de capacitación, que, si bien no están directamente relacionadas con el proyecto, reforzaron sus acciones (Concurso Millenium sobre conocimiento de la Ley de Seguridad Vial). Otra actividad realizada en gestión asociada fue el montaje de un circuito vial en tamaño real facilitado por la localidad de Casilda donde los chicos tuvieron la oportunidad de vivenciar en diversas estaciones, diferentes momentos y roles relacionados con la temática.

Alejandra Tortul, una de las referentes del Proyecto a nivel municipal, comenta: "este proyecto tuvo la característica de instalar la temática; ser el puntapié inicial para que la comunidad logre empoderarse, y hacer propio en todo sentido la propuesta".



LECCIONES APRENDIDAS

En una localidad pequeña como Sanford, la aceptación de las propuestas es la diferencia entre una intervención exitosa de una fallida. En este sentido, las actividades pautadas fueron bien aceptadas y los participantes han contribuido a que los talleres y tareas prácticas sean tanto formadores como generadores de pautas de convivencia social, promoviendo un aprendizaje perdurable para la comunidad.

Por otro lado, la participación y el compromiso de la comunidad han redundado en la solución de las problemáticas existentes. Sanford generó un conocimiento eficaz sobre la temática, con soluciones posibles, y en un contexto real, manifestando el interés de toda la comunidad por el cambio de hábitos.

La eficacia del proyecto quedó demostrada con el desarrollo de acciones viales y ciertos cambios de hábitos de los participantes como: peatones que utilizan las sendas peatonales, ciclistas que dejan de hacer piruetas y/o transportar varios pasajeros en la misma bicicleta, conductores de vehículos que respetan la mano de estacionamiento (son todas las calles de doble mano) y la ayuda de inspectores de tránsito. En el conjunto de estas acciones se condensa buena parte de los logros más significativos obtenidos a lo largo de los dos años de ejecución.



URDINARRAIN
Comer sano, vivir sano



CARACTERÍSTICAS DEL LUGAR

Urdinarrain es un poblado rural característico de la provincia de Entre Ríos. Sin bordes ribereños, se encuentra emplazada a 25 Km. del Río Gualeguay, y a 260 Km. de Buenos Aires.

Su población ronda las 9500 personas (7.992 habitantes: INDEC 2001), siendo sus actividades económicas principales la producción agrícola-ganadera, la avicultura, la apicultura y la producción de lácteos.

Esta ciudad -en la que no existen los semáforos- ha recibido un premio internacional por su planificación vial y la exitosa campaña de prevención sobre el uso del casco en las motocicletas.

Sin embargo, el proyecto que nos convoca, y por el cual también han sido premiados, está dirigido a la promoción de hábitos saludables. *Comer sano, vivir sano* es una iniciativa orientada a la promoción de una Alimentación Saludable y a la Prevención de Enfermedades Cardiovasculares.

VIVENCIAS, OBJETIVOS Y DESARROLLO DEL PROYECTO

En esta región conviven dos tipos diferentes de problemas nutricionales. Uno de ellos, relacionado con los hábitos alimentarios y con las enfermedades crónicas como la obesidad, diabetes, problemas cardiovasculares; y el otro, relacionado con enfermedades como la desnutrición crónica o la falta de ciertas sustancias nutritivas específicas.

Ambas problemáticas pueden prevenirse apelando a intervenciones adecuadas y a una planificación precisa en el diseño de políticas alimentarias sustentables. Este proyecto optó por fortalecer esta última condición.

La escuela fue la gran protagonista en este proyecto, en particular para el desarrollo de las actividades, ya que las condiciones propias de los alumnos como verdaderos multiplicadores fueron parte de las prioridades a la hora de pensar en la implementación del mismo. En este contexto surge *Comer sano, vivir sano*.

Esta iniciativa integró a los cinco establecimientos educativos del municipio: Escuela N° 63 "Mariano Moreno", Escuela de enseñanza especial N°13 "Arco Iris", Escuela N°25 "Caseros", Escuela N°103 "Gral. Urdinarrain", Escuela N°26 "9 de julio".

La actividad central fue el dictado de talleres orientados a la alimentación saludable y a la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Uno de los objetivos específicos del proyecto fue generar hábitos alimentarios más saludables e incrementar la práctica de actividad física en los participantes y que ellos, además, puedan difundir estos hábitos y prácticas en su entorno.

Los destinatarios del proyecto fueron los alumnos, docentes, preparadores de comida, y la familia en general. Se consideró a la escuela como el espacio ideal para generar fuerzas de cambio, ya que el intercambio y la participación comunitaria son el eje de las acciones a realizar.





Los docentes manifestaron que la implementación de los talleres generó el impulso necesario para la creación de quioscos saludables. Si bien no fue una acción que integró a todos los establecimientos, los que se unieron a esta iniciativa tomaron la propuesta como un desafío concreto, que apela al cambio de alimentación de los niños en la escuela.

“No creímos que fuese a funcionar. Los chicos comían papas fritas y golosinas en la hora del recreo, pero nos atrevimos a probar, y el resultado fue sorprendente; ¡Hoy son grandes consumidores de cereales y frutas! Para motivarlos, creamos un sistema por el que cada comprador recibe un cupón. El curso que más cupones junta, a fin de mes, gana un premio. El mes pasado fue gelatina”, comenta la docente de 3° grado de la escuela N° 25 Caseros.

En otra escuela, se trabajó en la creación de una huerta;

recurso que sirve para proveer al comedor escolar y para el consumo de las familias de los alumnos. No sólo se pensó en la promoción del cultivo personal, sino en incentivar el consumo de vegetales y hortalizas. La motivación y permanente participación en el cuidado de la huerta generó un interés sostenido tanto en los chicos como en sus familias.

Por otro parte, la participación de las cocineras en los talleres definió un cambio en los criterios de elaboración de los alimentos. Los cambios de menú; la incorporación de nuevos alimentos y cociones más adecuadas a las necesidades locales fueron los resultados más tangibles y más exitosos de los talleres.

Una de las actividades con mayor éxito fue el concurso de recetas saludables. Este éxito inusitado sorprendió al equipo a cargo del proyecto. Los resultados obtenidos afectaron

estrategias relativas al diseño y construcción de conocimiento en los chicos, donde la modalidad del taller tuvo una gran aceptación.

El concurso de recetas saludables “En casa nos alimentamos bien”, pretendía afianzar lo desarrollado en los talleres y promover la participación de la familia en la actividad. El resultado fue la realización de un libro con 60 recetas para ser entregado a los preparadores de comida de cada escuela. En la actualidad, ese libro está siendo aplicado en la mayoría de los colegios afectados al proyecto.

Otro objetivo fue la sensibilización a grupos propensos a riesgos cardiovasculares, así como el uso de espacios públicos y privados para incrementar la actividad física. Este objetivo se cumplió en distintos ámbitos. Por un lado, se incrementó la cantidad de chicos que asisten al programa “Deporte en los

barrios”, así como también se percibió un incremento en la cantidad de abuelos que salen a caminar.

Como herramienta para estimular a los niños en la incorporación de saberes nuevos relacionados con la alimentación y su relación con el cuidado de la salud, se creó el juego La Nutrioca. Este juego tiene por finalidad avanzar por distintos casilleros, a medida que se responden correctamente a las preguntas sobre alimentación saludable. Cada escuela involucrada recibió un ejemplar.

De esta forma, el conjunto de las iniciativas ha logrado abarcar a 1500 alumnos de cinco escuelas; los preparadores de alimentos de cada una de ellas, docentes, directivos y padres.

LECCIONES APRENDIDAS

La creación de quioscos saludables en escuelas se ha constituido en el primer paso para el cambio. Algunos establecimientos lograron sumarse abiertamente a la iniciativa, y sustituyeron las golosinas y snack, por cereales, frutas y turrone. A pesar de que existían dudas sobre el grado de aceptación; los niños adoptaron este cambio de forma favorable. El próximo paso es lograr equipar los quioscos con heladeras para vender jugos naturales y lácteos.

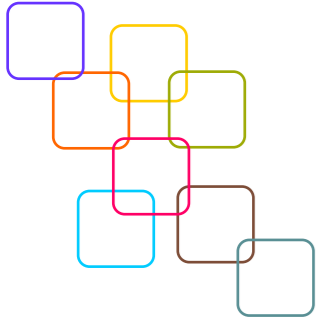
Para lograr el éxito del proyecto fue necesario pensar la educación alimentaria y nutricional en el ámbito de las escuelas, mediante su incorporación a la currícula y a diversas actividades y materias. Los docentes han incorporado en la currícula escolar el tema de alimentación saludable, tanto de manera transversal a otras materias (historia, geografía) como en espacios específicos.

Se logró modificar el menú de varios comedores mediante la incorporación de nuevos alimentos a la dieta diaria, y se integró en el proceso a todas los participantes (docentes, padres y cocineras).

La mayoría de los establecimientos de educación primaria cuentan con una huerta orgánica como espacio de trabajo curricular, donde se enseña la forma de cultivar los alimentos. Este proyecto integrador tiene como finalidad el abastecer a los comedores escolares e incluso, como fuente de ingresos económicos a través de la venta a la comunidad. La capitalización directa de esta forma de participación no sólo instaló una idea de promoción de hábitos saludables, sino la posibilidad de generar un emprendimiento económico con interesantes perspectivas para la comunidad.

El rol del cocinero fue un hallazgo interesante en el camino de la implementación. El taller como herramienta tuvo la finalidad de fortalecer los conocimientos existentes sobre nutrientes, hábitos saludables e higiene alimenticia. Esta novedad no sólo generó una mejora concreta en la calidad del menú, sino también la mejora de las condiciones necesarias para las buenas prácticas en cualquier comedor escolar.





RETIRACIÓN CONTRATAPA