



**EL DERECHO A LA ALIMENTACIÓN COMO EXPRESIÓN DE LA SALUD PÚBLICA:
UNA EXPERIENCIA EDUCATIVA CON ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO**

María Catalina Cuartas Valencia

Artículo de investigación para optar al título de Licenciada en Educación Básica con Énfasis en
Ciencias Naturales y Educación Ambiental

Asesores

Jakeline Duarte Duarte, Doctora en Ciencias Humanas y Sociales

Juan Camilo García Botero, Magister en Salud Pública

Universidad de Antioquia

Facultad de Educación

Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Ciencias Naturales y Educación Ambiental

Medellín, Antioquia, Colombia

2021

Cita	(Cuartas Valencia, M, C 2021)
Referencia	Cuartas Valencia, María C, (2021). <i>El derecho a la alimentación como expresión de la Salud Publica: Una experiencia Educativa con estudiantes de sexto grado</i> [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



Línea de Investigación: Salud Publica y Educación



Centro de Documentación Educación

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: John Jairo Arboleda Céspedes.

Decano/Director: Wilson Antonio Bolívar.

Jefe departamento: Juan David Gómez.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

**EL DERECHO A LA ALIMENTACIÓN COMO EXPRESIÓN DE LA SALUD
PÚBLICA: UNA EXPERIENCIA EDUCATIVA CON ESTUDIANTES DE SEXTO
GRADO**

María Catalina Cuartas Valencia¹

Resumen

Este artículo presenta los resultados parciales del trabajo de grado cuyos propósitos fueron interpretar las concepciones que tienen estudiantes del grado sexto de una institución educativa de la ciudad de Medellín sobre los Derechos Humanos y su relación con la salud pública, y desde ahí, implementar una unidad didáctica orientada a su formación ético-política. La investigación-acción conjugada con la educación alimentaria implicó un aprendizaje reflexivo sobre el propio entorno y el ejercicio de la participación y la responsabilidad democrática. Se encontró que el estudio del Derecho Alimentario aporta a la formación de sujetos con coherencia ética y política, promovida por el pensamiento crítico y las posibilidades de la participación social activa, elementos necesarios para empoderar a los estudiantes en relación con su responsabilidad en la defensa del derecho alimentario para sí mismos y para sus comunidades.

Palabras clave: salud pública, derechos humanos, derecho alimentario, participación, responsabilidad democrática, ecosistemas

¹ Estudiante de la Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Ciencias Naturales y Educación Ambiental. Facultad de Educación, Universidad de Antioquia.

The right to food as an expression of Public Health: An educational experience with sixth grade students

Abstract

This article presents the partial results of the degree work whose purposes were to interpret the conceptions that sixth grade students of an educational institution in the city of Medellín have about Human Rights and their relationship with public health, and from there, implement a unit didactics oriented to their ethical-political formation. The action-research combined with food education implied reflective learning about the environment itself and the exercise of participation and democratic responsibility. It was found that the study of Food Law contributes to the formation of subjects with ethical and political coherence, promoted by critical thinking and the possibilities of active social participation, elements necessary to empower students in relation to their responsibility in the defense of the food rights for themselves and for their communities.

Keywords: Public Health, Human Rights, Food Law, Participation, Democratic Responsibility, Ecosystems

Introducción

Según la Organización de las naciones unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2020) los problemas relacionados con la inseguridad alimentaria y nutricional en Colombia tienen diversas génesis. Un país de aproximadamente 48'258.494 millones de personas, 4.4 millones de estas están subalimentadas, lo que corresponde a un 8.88% de la población. La desigualdad social que se presenta en el país, afecta sobre todo a la población rural, a las mujeres, a los grupos indígenas, a los niños y juventudes afectados por el conflicto armado, tanto rurales como ciudadinas. Estos grupos vulnerables, debido a la desigualdad, se ven abocados a situaciones de pobreza o extrema pobreza, que los limita en el goce de sus derechos y en el acceso a los beneficios del desarrollo.

Otro factor importante y muy llamativo en Colombia, es que la inseguridad alimentaria que sufren sus pobladores se evidencia no precisamente en la escasez de alimentos, sino en la imposibilidad de acceder a ellos. Los bajos ingresos económicos de la población vulnerable, agudizan la imposibilidad para la adquisición de alimentos ya que estos presentan alzas notables e injustificadas de los precios, según estudios recientes (MANÁ-FAO, 2015 citado por (FAO: Food and Agriculture Organization of the United Nations, 2020).

La situación descrita ocurre a pesar de que Colombia tiene el récord mundial del segundo país más megabiodiverso del mundo, y sus extensos y variados ecosistemas permiten tener infinidad de alimentos propios y de diferentes climas y regiones. No obstante, la industrialización desmedida, la contaminación atmosférica, de suelos y aguas, y el gasto excesivo de estos recursos naturales ha propiciado el daño de los ecosistemas, la pérdida de cobertura vegetal y la extinción de especies, este daño genera pérdidas en los recursos propios de cada ecosistema y carencias alimentarias en algunas zonas del país.

En 1969 el Departamento Nacional de Planeación elaboró el primer Plan Nacional de Alimentos para todo el territorio nacional (Yepes, 2011, pág. 50), desde esta fecha “El Derecho a la Alimentación” es uno de los derechos económicos, sociales y culturales más relevantes. En primer lugar, este derecho trasciende el ámbito de lo privado (el individuo, la familia, el hogar) y se concreta también en “común con otros” (una comunidad o pueblo al que se pertenece, una sociedad en la que se participa, una nación de la que se reconoce integrante). En segundo lugar, la garantía del Derecho a la Alimentación no se restringe *per se* al acceso a los alimentos, sino también a los medios necesarios para obtenerlos. Por último, con respecto a este derecho, si bien el aprovechamiento biológico de los alimentos es importante, no es el único elemento para tener en cuenta cuando se determina el contenido esencial de este derecho. (González, 2012, pág. 12)

El Derecho a la Alimentación está fuertemente asociado con el derecho al acceso al agua, hasta el punto de que se le debe considerar “un elemento fundamental”. Así, el citado derecho es primordial para la nutrición adecuada, la producción y disponibilidad de alimentos y la prevención

del hambre (Ziegler, 2003, citado por González, 2012). En este punto se entrecruza el estado ecosistémico del territorio o el ambiente físico que rodea a las personas con el acceso a una adecuada alimentación.

La alimentación, es una categoría compleja donde no solo interviene el cuerpo y su salud biológica, sino también el ambiente, la cultura, los recursos naturales y económicos y las políticas públicas en las que este concepto se proclama como un derecho humano. Sobre este aspecto, y de acuerdo con De la Cruz Sánchez (2015), los siguientes temas son una prioridad trascendental en el quehacer educativo tanto de maestros, directivos, como de los estudiantes:

- La necesidad de un abordaje integral de la alimentación y nutrición en educación.
- El valor de la dieta para la infancia.
- Los hábitos alimentarios y su relación con los estilos de vida.
- La importancia de la cultura alimentaria.
- Las acciones que la escuela debe emprender.
- La responsabilidad del Estado en la prevención de enfermedades crónicas no

transmisibles. (De la Cruz Sánchez, 2015, pág. 22).

La problemática de la inseguridad alimentaria en Colombia ha sido abordada desde diversos ejes estatales, entre los cuales se encuentra: la implementación de políticas públicas que garanticen el acceso de algunos grupos de alimentos a la población vulnerable, estrategias educativas intrahospitalarias en promoción de la salud y prevención de la enfermedad en torno a los hábitos de vida saludable y focalizados específicamente en la población vulnerable, caracterización de la población vulnerable, entre otros. Sin embargo, el derecho a la alimentación y su estudio en la escuela no se ha relacionado explícitamente con la salud pública pese a que se encuentran conectados íntimamente.

Esto es así porque la comprensión de la salud pública como un conjunto de saberes y prácticas relacionados con el cuidado y el logro del buen vivir de la humanidad, proporciona al hombre los conocimientos básicos para alcanzar una vida digna. Además, dicha comprensión está

relacionada con la satisfacción de las necesidades, el desarrollo de las capacidades, el acceso a los bienes sociales que permiten el disfrute de la existencia humana, y la garantía de los derechos fundamentales (Agudelo S. F., 2010).

Por su parte, la salud pública busca potenciar las dimensiones del desarrollo humano integral, mediante la articulación y coordinación de acciones políticas que favorezcan los procesos reflexivos, participativos y contextualizados en torno al cuidado de sí y del medio ambiente. No es una casualidad pues, que la salud pública y su campo de acción permitan que, desde el ejercicio educativo, se practiquen la participación y la responsabilidad democrática y que, a través de estas, se planteen acciones que favorezcan la disminución de brechas sociales y se promueva un buen vivir y un bien estar en el mundo.

La salud pública debe dar respuesta a esa manera de entender la vida y principalmente el sentido humano que debe tener el trabajo en salud. En ese enfoque altruista del quehacer de la salud pública, se debe retomar el estudio de la conducta humana y de la preocupación o atención desinteresada por el otro o los otros, al contrario del egoísmo. Así, la salud pública, su estudio y divulgación debe apuntar a que los hombres alcancen su máxima expresión de la libertad, además de orientarse hacia el retorno de la democracia y retomar la confianza y el cuidado de sí mismo y los otros. (Gómez, 2012, pág. 105).

El efecto altruista del que hacer de la salud pública que refiere el profesor Héctor Abad Gómez favorece la creación de una visión crítica que se puede cultivar desde el ejercicio educativo en Derechos Humanos. En este punto existe una paradoja al estilo de ¿Qué fue primero, el huevo o la gallina? Por un lado, está la formación primaria y secundaria, y por el otro está la formación profesional, ambas claman una necesidad urgente de abordar estos temas que hacen parte del desarrollo de las vidas de los seres humanos (maneras de entender la vida para lograr un buen vivir). Así pues, es posible que el problema de la inseguridad alimentaria y en su forma más general, la educación en Derechos Humanos, que es una acción de salud pública, comparta sus saberes para la formación de ciudadanos políticos y cívicos en pro de la disminución de las

injusticias y desigualdades sociales, como lo es la inseguridad alimentaria en Colombia y la reclamación de las personas ante este derecho ciudadano legítimo.

La posibilidad de que los individuos de un país como Colombia alcancen su mayor potencial humano posible en términos de productividad y en el ejercicio de sus libertades se podrá dar cuando su gobierno acepte y asuma la responsabilidad de la protección y promoción de los Derechos Humanos. Una de las vías más acertadas para hacer esto posible es la educación, en su nivel más básico y también en la formación de profesionales competentes, no solo los de las ramas de la salud, sino también los pertenecientes a profesiones de las ciencias sociales y humanas encaminados a la educación en Derechos Humanos.

Yajaira Coromoto Romero en su artículo *La salud, un derecho humano por construir desde la educación* nos dice que “la discusión sobre los Derechos Humanos no puede estar planteada en términos exclusivamente ontológicos y jurídicos; se requiere de la construcción de una perspectiva crítica que permita, que la lucha y el ejercicio de los Derechos Humanos se constituyan en herramientas para fortalecimiento del poder colectivo.” (Romero, 2014). Es preciso pues, construir esta visión crítica y ese poder colectivo desde la escuela, a partir de las problemáticas que rodean a las comunidades educativas. El abordaje de esas problemáticas constituirá procesos que demanden la participación activa de la sociedad, de los planteles de educación superior, de las instituciones prestadoras de salud y las organizaciones populares. Estas premisas hacen de la educación no solo un proceso de formación humana sino de transformación del otro y a la construcción de sociedad, ideal que también sigue la salud pública.

También es pertinente entender que la alimentación saludable y la seguridad alimentaria no sólo es un asunto de orden individual y colectivo, sino que, de manera más profunda, es una problemática de salud pública que aqueja a toda la ciudadanía, impidiendo que estos tengan un buen desarrollo de sus vidas y por ende un buen vivir. Unido a esto, es necesario fortalecer los mecanismos que posibiliten el fortalecimiento de la participación y la responsabilidad

democrática, necesarias para accionar los mecanismos de reclamación pacífica de derechos y la construcción de una ciudadanía más justa y equitativa para todos.

Entre las problemáticas que rodean a las comunidades educativas, están las que condicionan que los sujetos tengan una buena alimentación y una vida saludable. Algunas de estas problemáticas están relacionadas con el poder adquisitivo de los sujetos, sus costumbres y sus gustos, lo que determina sus hábitos de consumo. Además de las problemáticas constituidas por “aquellas condiciones en las que las personas nacen, crecen, se educan, trabajan, envejecen y eventualmente mueren... estas problemáticas constituyen ese contexto social, económico y educativo que permite determinar estados de bienestar o de pobreza y marginación en las poblaciones”. (Academia Nacional de Medicina , 2016). Este último tipo de enfoque, se denomina los Determinantes Sociales en Salud.

Los determinantes sociales en salud, explican la mayor parte de las inequidades sociales evitables y las diferencias injustas que existen en la sociedad. Estas inequidades y diferencias han de ser eliminadas y para ello es necesario luchar contra la distribución desigual del poder, el dinero y los recursos, con el fin de mejorar la vida de las personas en sus poblaciones.

Pues bien, la educación como determinante social en salud es un factor muy influyente en la calidad de vida de las personas y en su nivel de salud, y es uno de los pilares sobre los cuales se sostiene el desarrollo humano (Miguel Ramos, 2007, pág. 7). El buen vivir se alcanza con un buen nivel educativo y mejoran así también otros aspectos fundamentales en la vida de las personas como la salud. Por ejemplo, las prácticas del buen vivir mejoran el cuidado del cuerpo, las decisiones alimentarias, los hábitos, así como las rutinas saludables. Estas rutinas saludables ayudarán a mantener el cuerpo en buen estado durante la vida, por ello, alimentarse bien y correctamente es pues un acto político y crítico, y por ello es un tema que necesita tratarse con suma urgencia en los colegios y universidades.

Abordar el tema de la seguridad alimentaria como derecho humano pendiente a reclamar, o su falencia como problemática social latente en la sociedad colombiana, desde el ejercicio

educativo y apoyados en la salud pública como pilar comunitario y de construcción democrática; implica emprender un proceso orientado a desarrollar habilidades y a generar mecanismos políticos y de organización de ideas que permitan a las personas y a sus comunidades tener un mayor conocimiento sobre sí y sobre su entorno. En tal sentido, la educación juega un rol fundamental. Así la educación, actúa de manera directa sobre la inteligencia y las habilidades cognitivas, y también en el desarrollo de competencias y de estilos de vida saludables. Así mismo, el proceso educativo en salud pública tiene un fuerte impacto en los niveles de ingreso y crecimiento económico, en el desarrollo social, en la alimentación y la nutrición, así como en las desigualdades de género y las generadas por la posición social. (Miguel Ramos, 2007).

Es pues un reto para el ámbito educativo provocar una reflexión profunda y sustancial, que, a largo plazo, genere los cambios significativos que requerimos como sociedad. Así, en un ambiente mediado por la convivencia y el respeto, la alimentación saludable y a una seguridad alimentaria, se mitigarán un poco los problemas sociales y se comprenderán mejor los sujetos entre sí y su relación con la naturaleza.

Lo descrito hasta ahora nos lleva a pensar que desde el ámbito educativo y el campo de acción de la salud pública faltan propuestas pedagógicas y didácticas encaminadas a tratar los problemas de salud pública desde un enfoque de Derechos Humanos en la escuela. Esta carencia hace visible el reto que, desde el ejercicio educativo, se podrán promover en las instituciones educativas el reconocimiento de la importancia de los Derechos Humanos como objetivo fundamental de la educación.

En la Constitución Política de 1991, la Ley General de Educación 115 de 1994 y los diversos convenios internacionales suscritos por Colombia, como el Pacto Internacional sobre los Derechos Económicos, Sociales y Culturales, (un tratado multilateral adoptado por las Naciones Unidas), que garantiza el derecho universal a la alimentación en su artículo 11 (Epstein, 2008, pág. 2) se reconoce la importancia de los Derechos Humanos como objetivo fundamental de la educación.

Además, en el Plan Nacional de Educación en Derechos Humanos se propone que la importancia de la educación en Derechos Humanos radica en que esta es promotora de la dignidad humana.

Por ello, la divulgación y la promoción acerca de la existencia, el contenido, las formas de amparo y la defensa de los mismos, buscan que los seres humanos puedan hacer efectivos sus derechos y eviten su vulneración. También se pretende que en el proceso de aprendizaje se creen formas de comportamiento basadas en reconocer, no sólo los propios derechos, sino a la vez, los de los demás, dando dimensión y significado a la dignidad humana. (Ministerio de Educación Nacional de Colombia, 2010)

La salud, al igual que la educación, debe apuntar fundamentalmente a la comprensión de los problemas humanos, la promoción de valores sociales como la participación, la tolerancia a la diferencia y su inclusión a la sociedad, el cuidado de sí mismo y de los otros.

Metodología

La investigación de la que se deriva el presente artículo se desarrolló bajo el paradigma cualitativo. Como lo propone Galeano éste es un modo de encarar el mundo de la interioridad de los sujetos sociales y de las relaciones que establecen con los contextos y con otros actores sociales. (Galeano, 2004, pág. 7). De acuerdo con esta metodología, la comprensión desde la interioridad de los actores sociales posibilita la dimensión analítica requerida para entender la salud pública como expresión de la participación y la responsabilidad democrática desde la reflexión y comprensión de lo que es la alimentación saludable y el Derecho Alimentario. Galeano (2004) nos dice también que la investigación cualitativa es multimétodo, ya que permite de una manera interpretativa y naturalística, estudiar y observar a los sujetos en su ambiente natural tratando de entender el sentido, y de interpretar los fenómenos ocurridos y sus significados y significantes, consiguiendo así, una aproximación gradual al sujeto o situación particular que se estudia.

En consonancia con la argumentación anterior, el tipo de estudio o modalidad investigativa de este trabajo fue la investigación acción. Este tipo de enfoque permite, según Pérez Serrano y Nieto M (2009) la transformación y el cambio. Esta es una metodología de investigación educativa que está orientada a la mejora gradual de esta práctica. Su objetivo principal es la decisión y el cambio dirigidos en una doble perspectiva: por una parte, la obtención de mejores resultados y rendimientos; por otra, facilitar el perfeccionamiento de las personas y de los grupos con los que se trabajan. (Perez & Nieto, 2009, pág. 177). Los elementos característicos de esta investigación están inmersos en la génesis de la problemática a tratar, ya que la investigación-acción no sólo implica la acción, sino algo que es mucho más importante: el aprendizaje a través de la reflexión sobre el propio quehacer en el que cada uno está implicado. (Perez & Nieto, 2009, pág. 182). Centrando el énfasis en la reflexión sobre los efectos de las acciones en lo social, la investigación acción favorece la participación de todos los actores inmersos en la investigación. Estructurar una investigación acción exige un proceso dialógico basado en pretensiones de validez y no de poder. En esta investigación la construcción colectiva estuvo presente desde su inicio hasta el final, aclarando que el proceso es en espiral por su carácter reflexivo, participativo, democrático e inclusivo.

En este orden de ideas, se indagó primero por las concepciones que tenían los estudiantes del grado 6º2 de la Institución Educativa Colegio Loyola para la Ciencia y la Innovación, sobre los Derechos Humanos y su relación con la salud pública, la participación y la responsabilidad democrática, en el marco de acciones pedagógicas realizadas alrededor de los temas de salud pública, Derecho Alimentario, seguridad alimentaria, alimentación saludable y ecosistemas.

En segundo lugar, se procedió a determinar la relación que los estudiantes establecían entre los recursos naturales, la salud pública y el Derecho Alimentario y cómo estas categorías se relacionaban con la participación y la responsabilidad democrática.

Para el desarrollo de la experiencia educativa se planteó una unidad didáctica. En esta unidad didáctica se propusieron diversas actividades en dos fases: durante la fase comprensiva, se desarrollaron cuatro secciones en las que se trataron temas relacionados con los recursos naturales, la alimentación saludable y los Derechos Humanos, con la finalidad de conocer los saberes previos de los estudiantes en torno a dichos temas. Luego de este proceso, se realizaron tres secciones en clase donde los estudiantes trabajaron las categorías desde la voz de la academia. En la fase crítica transformadora, cada estudiante asumió actividades de reflexión personal y familiar. Así se develaron interpretaciones sobre el Derecho Alimentario y su relación con la salud pública, la participación y la responsabilidad democrática en consenso con sus familiares y/o responsables.

Para el inicio del momento comprensivo, que, a la luz de la unidad didáctica planteada, se denominará recolección de saberes previos, se dialogó con el profesor encargado del área de biología y química en la institución y quien fue el maestro co-investigador. Durante el encuentro con el profesor él expresó la idea de tratar el tema de la alimentación saludable, ya que según su observación de años anteriores, los chicos tenían algunas anomalías con su alimentación expresadas en el consumo de alimentos de paquete, bebidas oscuras y procesadas, dulces, entre otros, y en el peor de los casos no desayunaban antes de llegar al colegio o durante la jornada escolar, (6:15 a 1:30 por ser modalidad jornada única), no consumían ningún tipo de alimento o bebida que compensara el gasto energético que exige estudiar.

Desde la mirada del profesor, estas conductas repercutían en dificultades dentro de las aulas ya que algunos niños estaban desatentos, distraídos, con falta de energía y otros, por el contrario, tenían mucha energía, pero no podían mantener su atención, eran irritables y su reacción en ocasiones agresivas. Si bien, estas conductas no son ocasionadas por falta de una buena alimentación, este factor sí puede incidir en dichas conductas por presentarse un consumo

excesivo de dulces y alimentos ultra procesados como los alimentos en paquete, los jugos procesados de “fruta” o las bebidas oscuras.

El profesor había trabajado el tema de la alimentación saludable desde el inicio del año escolar apoyado en el paradigma biológico y le pareció pertinente reflexionar este tema desde la salud pública, ya que reconoce que esta situación problemática en particular dentro de la clase no se había tratado desde esta perspectiva.

El grado con el cual se trabajó la situación descrita fue sexto dos (6-2), el cual lo integraban 35 estudiantes con edades entre los 11 y 13 años. El grado 6-2 contaba con 7 grupos de trabajo colaborativo y era un grupo mixto, que lo conformaban 16 niños y 19 niñas.

Para la investigación era importante conocer los conocimientos previos de los estudiantes, ya que estos son construcciones personales que los discentes han elaborado en interacción con el mundo cotidiano, con los objetos, con las personas y en diferentes experiencias sociales o escolares. Develar esta construcción personal fue clave en la investigación ya que aportó los elementos necesarios a trabajar pedagógicamente. A su vez, la interacción con el contexto proporcionó conocimientos para interpretar estos conceptos, y se conocieron también los deseos, intenciones o sentimientos de los estudiantes en relación con el tema de indagación, en la perspectiva de lo expresado por Betancourt Morejón (2016).

Es pertinente mencionar en este punto, que el instrumento de recolección de información elegido para la investigación y que constituye en la actividad entregable de la unidad didáctica, fue el taller investigativo. Alfredo Ghiso (1999) define este tipo de taller “como un instrumento válido para la socialización, la transferencia, la apropiación y el desarrollo de conocimientos, actitudes y competencias de una manera participativa y pertinente a las necesidades y cultura de los participantes.” ... “el taller investigativo es un dispositivo para hacer ver, hacer hablar, hacer

recuperar, para hacer recrear, para hacer análisis, o sea hacer visible e invisible elementos, relaciones y saberes, para hacer deconstrucciones y construcciones.” (Ghiso, 1999, pág. 142)

Seguido de lo anterior se realizó la fase crítica transformadora, que en la unidad didáctica correspondía a los contenidos procedimentales. En ésta se propició la reflexión a partir de las actividades sugeridas que involucraban la conceptualización de la alimentación como una temática compleja en la que no sólo interviene el cuerpo y su salud biológica, sino también el ambiente, la cultura, los recursos naturales y económicos y las políticas públicas en las que este concepto se proclama como un derecho humano y fundamental para alcanzar un buen vivir.

Resultados

En este apartado se presentan los resultados referidos a las siguientes categorías: la importancia de la alimentación saludable, la relación entre la alimentación saludable y un ecosistema saludable y la relación entre el Derecho Alimentario y las categorías de salud pública, participación y responsabilidad democrática.

Acerca de la importancia que dan los niños a la alimentación saludable

Durante el desarrollo de la experiencia educativa, se realizaron cinco talleres en los cuales se fueron hilando las categorías mencionadas en los párrafos anteriores. De acuerdo con la metodología de la investigación, la parte comprensiva de las categorías se evidenció en el aula con la ejecución de la unidad didáctica en su primera fase, la indagación, recolección y sistematización de los saberes previos de los estudiantes.

Así mismo, el componente crítico transformador fue trabajado y construido desde el tópico de contenido procedimental de la unidad didáctica. Dicho contenido, contemplaba actividades de clase y actividades individuales, las cuales se desarrollaron en talleres por cada estudiante en compañía de su núcleo familiar.

Durante estos dos momentos surgieron concepciones relacionadas con las categorías desde el vínculo con sus experiencias de vida. En los testimonios de la parte crítica transformadora o contenido procedimental, se encontró apoyo y voz de las familias en los escritos de los estudiantes, se movilizaron pensamientos, sentimientos e ideas que dejaban ver una mirada crítica y global acerca de la inseguridad alimentaria y se percibía en sus escritos, que tanto estudiantes como familiares aguardaban por el cambio social.

La revisión y estudio de los productos académicos de los estudiantes, como lo fueron dibujos, testimonios, escritos y demás intervenciones, derivados de la implementación de la unidad didáctica, permitió encontrar que los estudiantes reconocían la importancia de una alimentación saludable desde el punto de vista biológico, y que esta debía ser balanceada de modo que incluyera todos los tipos de alimentos, en la medida justa de satisfacción.

Igualmente, los estudiantes reconocían que la alimentación es una necesidad vital común a todos los seres vivos y que actualmente a nivel comercial hay una gran oferta de alimentos procesados que compiten con los alimentos saludables. Uno de los testimonios muestra que para ellos es importante pensar para alimentarse: “Comer frutas, comer proteína, no comer grasa saturada; se trata de que tengas proteína y de que no estés tan gordo ni tan flaco, sino un punto medio, tener una alimentación saludable es comer bien para que todo se pueda digerir bien y que además no tengamos complicaciones. Pensar antes de alimentarse”. Otro de los testimonios apoya la idea de tener que pensar en la alimentación en tanto fuente de vida, pero también de enfermedad. Así, ante la pregunta ¿Qué es la alimentación saludable?, un grupo de estudiantes responde: “Para nosotros es consumir alimentos que no causen daño, no excederse en la comida, preferiblemente no comer en la calle porque no sabemos que tiene”, ante la misma pregunta, otro equipo de trabajo señala “Es proporcionar la cantidad de alimentos adecuadamente ya que todas las comidas son buenas, pero no es bueno comerlas en exceso.”

Una de estas visiones tiene que ver con la calidad de la comida y con su condición sanitaria, y la otra se relaciona más con las porciones de comida ingeridas, haciendo más énfasis en el concepto de nutrición.

Los estudiantes también mencionaron que alimentarse saludablemente era fundamental para alcanzar los logros y las metas que se proponían, e igualmente también relacionaron la alimentación como un proceso cultural y por esto se puede definir qué alimentos se consumen o no dentro de su comunidad.

Estas visiones son adecuadas desde el punto de vista biológico, tratan de la noción de salud y enfermedad del cuerpo, sin embargo, una alimentación saludable tiene que ver mucho más con factores como las decisiones personales, la posibilidad económica familiar, la disponibilidad de los alimentos, la cultura gastronómica entre otras razones. Una intervención de un estudiante muestra esta visión: “la alimentación es un cuento político y económico que se genera a partir del bienestar de las personas y que solo los gobiernos en los cuales hay una democracia efectiva por ejemplo Suecia, habían podido regular algunas de estas actividades, sobre todo las que interfieren más agresivamente en el desarrollo biológico de los estudiantes, como lo es el consumo de bebidas azucaradas, los alimentos procesados o empacados, los que contienen sabores artificiales, los enlatados y demás productos que son regulados al consumo de los más pequeños”.

En este testimonio se aprecia un acercamiento del estudiante a reflexiones científicas que se han dado en esta dirección. Así, se sabe que muchos de los colorantes adicionados a la comida procesada en Colombia están prohibidos en países como Australia, Japón, Estados Unidos y Suiza (Calton y Calton, 2013). Igualmente, en Colombia en estos momentos, una organización llamada Red Papaz, aúna esfuerzos para que se pueda legislar sobre la información que deben contener los empaques de la comida procesada sobre sus diversos contenidos. A nivel internacional, el reconocido Chef James Trevor Oliver propone un movimiento fuerte y sostenible para educar a cada niño sobre la comida, celebrado cada 15 de mayo. El Movimiento #FoodRevolutionDay busca que los líderes de los países industrializados y de economías emergentes se interesen en lo que ya

es un problema de salud pública y tomen acciones, firmando y difundiendo una petición en Change.org destinada a los gobiernos del G20 y que les insta a instaurar la educación alimentaria obligatoria. En voz del promotor del movimiento: “Creemos que todos deberían tener la oportunidad de desarrollar una buena comprensión de la procedencia de los alimentos y qué hacer con ellos, y esto debería comenzar en la escuela. Sin un buen conocimiento de la alimentación, la cocina y la nutrición saludables, no podemos esperar que las personas se sientan seguras de hacer buenas elecciones de alimentos para ellos y sus familias. Es por eso que el movimiento #FoodRevolutionDay para la lucha por la educación alimentaria es tan importante” ... “Educar a los niños sobre la comida de una manera práctica y divertida que logre engancharlos, así podemos proveerlos con el conocimiento y herramientas que necesitan urgentemente para tener vidas más felices y saludables”, dice Oliver. (López Iturriaga, 2015, pág. 4)

Acerca de la relación que establecen los niños entre la alimentación saludable y un ecosistema saludable

En una de las actividades de la unidad didáctica destinada a la indagación de saberes previos, se les preguntó a los estudiantes ¿Cuál es la influencia que tiene el hombre en los ecosistemas y cuál es su relación con la salud? Ellos hicieron alusión a situaciones como: “aunque el hombre haga parte del ecosistema, sus acciones no dejan de perjudicar al medio ambiente, como la tala de árboles, estos dañan hectáreas de bosques.” O “Sí influye de diferentes formas con la deforestación y la contaminación” e “influye a tal punto que los destruye, los mata los vuelven tecnología”.

Vemos que estos testimonios o saberes previos, los estudiantes van mostrando un bagaje conceptual similar a lo que aceptamos teóricamente sobre lo que es un ecosistema. La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que “Se entiende por ecosistema la combinación de los componentes físicos y biológicos de un entorno. Estos organismos forman conjuntos complejos de relaciones y funcionan como una unidad en su interacción con el medio ambiente

físico.” (Organización Mundial de la Salud, 2019). Los estudiantes comprenden el conjunto complejo de relaciones que se entretajan entre su entorno físico, los recursos que este tiene y sus necesidades como seres vivos.

Los estudiantes conocen la importancia de los componentes vivos de un ecosistema y entienden que dependemos biológicamente de ellos, reconocen que algunas acciones humanas como la contaminación o la deforestación inducen al deterioro global de la salud, es en este punto donde es necesario enfatizar, ya que la salud debe ser vista como la salud colectiva.

La comprensión de la relación compleja entre los seres humanos y su contexto, en la que se inscribe un individuo en un tiempo y espacio determinado se ve reflejada en este testimonio: “un ecosistema sería un lugar donde viven y habitan los seres vivos y se adaptan a las condiciones de aquel lugar donde hay microorganismos y condiciones ideales, como la tranquilidad para vivir”.

Al respecto de las relaciones de los hombres con el ecosistema, en una de las actividades se entregó a un equipo de trabajo la siguiente frase “*Los planes para proteger el aire y el agua, lo salvaje y la vida silvestre, son de hecho planes para proteger al hombre*” Steawart Udall; y se les solicitó que establecieran una relación de la frase con las categorías trabajadas y realizaran un dibujo de lo comentado en el grupo para luego socializarlo. En la socialización este equipo respondió: “En el dibujo tenemos una ciudad contaminada, que está atravesada por un filtro, este filtro limpia todo lo malo, pues, como un reflejo, protegiendo el agua y el aire y los demás recursos naturales. La ciudad está muy contaminada, con muchas emisiones de gases, pero con el filtro la ciudad está muy bien en cuestión de recursos naturales, el filtro protege al reflejo de una ciudad buena, sin contaminación, protegiendo los recursos naturales sin malgastarlos y por consiguiente cuidando de la salud, si cuidamos nuestros recursos y el ambiente también nos estamos cuidando”.

Otro testimonio que se acerca a las relaciones tiempo, espacio y cultura, es el siguiente: “las actividades del hombre en los ecosistemas naturales influyen cortando árboles, generando incendios, dañando los recursos, arrojando las basuras y el petróleo. En un ecosistema artificial,

como lo llamamos nosotros destruyendo y arruinando nuestra propia vida y nuestra propia convivencia. Claro que unas personas son naturalistas y siembran árboles”.

Los estudiantes también refirieron que un ecosistema era un lugar donde se puede dar la convivencia y la paz, adicional a esto, ellos implícitamente relacionan que la destrucción de los ecosistemas ha afectado la calidad de vida de los seres humanos. Esto se evidencia en el siguiente testimonio: “se mercantilizan los recursos naturales a tal punto que muchas especies se han extinguido, muchas personas mueren de hambre, no tienen acceso al agua”. Estas voces, dejan ver que los estudiantes entienden que hay una carencia, quizás también una vulneración, detectan una problemática dentro de su ecosistema, también, uno de los niños expresó ante la pregunta ¿Cómo definirías un ecosistema? “serenidad y naturaleza, un ambiente de paz y seguridad”, “un lugar calmado donde hay paz y la vegetación abunda”.

Para los estudiantes su ecosistema es su entorno social en los lugares donde se desarrollan sus vidas. Por eso, ellos asocian a su ideal de buen vivir, virtudes como paz, seguridad, calma en sus casas, colegios y otros espacios que frecuentan. Igualmente, ellos se preguntan ¿por qué este buen vivir que quieren es alcanzable para unos, pero para otros no? Es importante enfatizar que el buen vivir puede ser generado por un sistema de salud pública eficiente, un marco económico justo al interior de una democracia efectiva. En dicha democracia efectiva, el poder colectivo hará efectivo estos Derechos Humanos, obligando así a sus sistemas de gobierno a materializarlos.

Una relación más directa entre alimentación saludable y ecosistema saludable se puede observar es este testimonio: “Nosotros representamos (a través del dibujo), fue como dice la frase: “un acto contra la naturaleza debe ser juzgado”, pues bien, hay un árbol talado y está juzgando a las personas que dañan la naturaleza, las personas talan los arboles por orden del gobierno, para construir edificios, fábricas, solo para nuestra comodidad, los árboles son la casa de los animales. Deberían legislar sobre la naturaleza, para que no la sigamos destruyendo, si no hubiera animales o vegetación, no podríamos comer, debemos cuidar la naturaleza porque si no morimos también nosotros”. Es importante enfatizar, que al final de este testimonio el grupo de estudiantes hace

énfasis en la imposibilidad de alimentarse si las plantas, animales y los recursos del medio ambiente son destruidos por los seres humanos. Además de la relación entre ecosistema y alimentación, este relato nos permite ver que los estudiantes logran comprender como los recursos naturales de un territorio, así como la vida, se pueden ver afectados si no se legisla sobre ellos, si no se controla su explotación, si no se hace visible la problemática de destrucción del recurso natural.

Acerca de la relación que establecen los niños entre su concepción de derechos, el Derecho Alimentario y la salud pública con la participación y la responsabilidad democrática.

En general, los niños desconocían cómo se podía relacionar la salud pública, el Derecho Alimentario, la participación y la responsabilidad democrática. Así, cuando se les preguntó a los niños ¿Qué se te viene a la mente cuando escuchas la expresión: “todos tenemos derechos”? un grupo contestó: “Se nos viene a la cabeza una serie de normas que todos, tanto el gobierno y la gente normal con la cual convivimos deben cumplir, por ejemplo, el derecho a la vida”. Esta expresión puede estar mostrando que los niños tienen una concepción diferencial de los derechos, tal vez porque su experiencia evidencia diferencias entre los derechos que poseen las personas del común y los gobernantes. Es decir, que los niños son conscientes de las inequidades sociales que existen en nuestro país en donde los derechos responden a una estructura de privilegios. Igualmente, esta expresión puede prefigurar una concepción limitada de los derechos que solo tiene en cuenta su naturaleza jurídica, más no la posibilidad material de su establecimiento. Los niños expresan: “También se nos viene a la mente la gente luchando por sus derechos, por ejemplo, por una buena educación”. Esta afirmación puede interpretarse como un reconocimiento de la educación como un derecho que no ha sido plenamente establecido en nuestro país, por el cual los ciudadanos aún deben luchar.

A este respecto, otros niños dicen que “Lo que se nos viene a la mente es “que todos somos iguales teniendo los mismos deberes y derechos...porque todos no podemos ser más privilegiados unos de los otros.” Esta respuesta muestra claramente como los niños reconocen la inequidad que existe en Colombia en cuanto a los Derechos Humanos, ya que enuncian la presencia de grupos o personas privilegiadas. La segunda parte de esta respuesta “... y que tenemos derechos a los recursos naturales como los alimentos y el agua” puede estar llamando la atención acerca de la injusticia que se comete al privatizar los recursos naturales en favor de empresas públicas o privadas. En esta misma dirección, cuando se les preguntó a los niños ¿Qué importancia le das a los recursos naturales? ¿Son bienes “públicos? Ellos contestan: “Deberíamos darles mucha importancia ya que la mayoría de estos recursos nos dan la vida, pues, nos ayudan a mantenerla y sí consideramos que son bienes públicos porque son de la población y están en el territorio que habitamos”, en esta afirmación se percibe que la concepción global que los niños tienen sobre los recursos naturales es que cada uno de los individuos debería disfrutar de ellos para el pleno desarrollo de su vida. En contraste, en esta otra respuesta: “Mucha, porque algunos son muy difíciles de conseguir, los recursos naturales no son bienes públicos porque nos cobran por usarlos y no todos pueden pagarlos”; se infiere que los niños piensan en los recursos naturales como disponibles en el territorio que habitan, pero no como un recurso para el libre disfrute de ellos y de sus grupos sociales.

Esta consciencia acerca de sus derechos y de la estructura de privilegios que existe acerca de los mismos, se constituye en un buen fermento del cambio social, teniendo en cuenta que los estudiantes evidencian con claridad su conocimiento acerca de lo que significa la participación ciudadana. Así, ante la pregunta: Para ti, ¿qué es la participación?, ellos responden “Es una forma de expresar nuestras ideas y opiniones en forma grupal ayudando en el proceso de trabajo colaborativo.” Otro equipo responde “es dar la opinión ante una pregunta o circunstancia.” Otros dicen “Cuando uno aporta, expresa, expande y publica su punto de vista, comparte ideas” otro testimonio invoca que participar “Es ayudar aportando ideas para un trabajo, estudio o proyecto”.

Esta claridad en el concepto de participación puede ofrecer un marco de posibilidades para que los estudiantes en un futuro se conviertan en agentes del cambio social y cultural, también muestra su visión de la colectividad, lo común a todos, el trabajo colaborativo.

En una de las actividades de la unidad didáctica, correspondiente a la parte de contenido procedimental o crítico transformador, se les solicitó a los estudiantes y a sus padres que hablaran sobre la seguridad alimentaria y nutricional, y que hicieran una reflexión en la cual incluyera una idea del cómo se podría solucionar la problemática del hambre a nivel de ciudad, ejerciendo la participación y responsabilidad democrática, también se les pidió que en sus reflexiones hicieran visible la función de la salud pública en esta problemática.

Un estudiante con su familia reflexionó lo siguiente: “Vimos que la seguridad alimentaria aporta contra el problema del hambre ya que la seguridad alimentaria se encarga de asegurar el derecho de las personas sobre tener una buena alimentación y se encarga de que cada persona reciba la comida justa para sí mismo, igualmente la salud pública ayuda en este proceso ya que ésta se encarga de que cada persona esté saludable a través de la creación y seguimiento de las políticas, es decir, el Estado tiene la obligación de garantizar que la gente no se muera de hambre. Asimismo, las comunidades también tienen una responsabilidad para garantizar la seguridad alimentaria...por ello es importante la organización de los ciudadanos para lograr la satisfacción de las necesidades de los habitantes de un territorio de manera óptima, una posible solución a la problemática del hambre podría ser promocionar y divulgar a los bancos de alimentos de la ciudad, y como cada persona podría aportar a que funcionen mejor”.

El anterior testimonio integra el total de las categorías trabajadas en la experiencia educativa. En él se puede ver como la coherencia ética y política se pueden forjar desde muy temprana edad. En este testimonio se puede detectar una génesis del pensamiento crítico y junto a este del poder colectivo, a partir del planteamiento de las problemáticas de los territorios en los cuales se propicia la transformación de la realidad.

Otro de los testimonios acerca de este tema fue el siguiente:

“Hablando de Medellín y teniendo en cuenta la reflexión tomada en clase de que somos la sub región más pequeña, con más habitantes y menos cultivo y menos alimentos, mi mamá y yo pensamos que con una campaña de sensibilización no lograríamos mucho ya que el pueblo está siendo dependiente del gobierno o sea de esas estructuras poderosas que involucran lo social y económico están robando el derecho a la seguridad alimentaria a grupos de desplazados y pobres. Absolutamente todos debemos de tener derecho a esa calidad de vida, pero cómo dice Héctor Abad Gómez sobre la salud pública, nada cambia pero hay que seguir en la lucha constante por lo nuestro y por nuestros derechos. Así que pensamos que Antioquia al igual que el mundo debería unirse a trabajar juntos para brindar recursos al que no tiene, y nosotros también debemos aprovechar, por ejemplo que el gobierno sea más analítico y comprenda que esto es también cuestión de empatía y de colaboración pero como eso sólo sería un milagro de Dios! también nosotros mismos deberíamos tener acciones como en vez de comprar, cultivar; en vez de consumir, cosechar y ser autónomos para así unirnos a colaborar y ser responsables. Y en sí dice mi mamá, piensa que ellos, los adultos, deben ser más conscientes en sus actos y por ejemplo al comprar una cosa mirar cómo fue cultivada y lo más importante saber por quién se vota y qué propuestas tiene para solucionar los problemas de la gente”.

En este testimonio se puede observar que para el estudiante y su familia la construcción de un pensar que favorezca el buen vivir requiere de la participación social activa, tanto a nivel individual como colectivo. Así mismo, para ellos en la construcción de dicha concepción se deben realizar algunas acciones individuales y colectivas para darle solución a la inseguridad alimentaria. Este pensamiento se puede caracterizar por ser holístico y amplio porque abarca lo local, Medellín, su territorio, su ecosistema, lo regional, Antioquia, el contexto familiar, lo socio-cultural, lo político y lo económico que hay en cada acción ciudadana. De esta forma, dicho pensamiento expresa la necesidad que exponen los estudiantes de comprender la acción política para aminorar los problemas de la sociedad, haciendo una buena administración de los recursos económicos,

naturales y culturales, y por ende la importancia del voto, de saber votar y de la necesidad de un cambio político. Igualmente, en el testimonio se evidencia una propuesta de economía sustentable, en la que se proponen conceptos como la autonomía, responsabilidad y trabajo colectivo.

Discusión

Los resultados en la categoría “Acerca de la importancia que dan los niños a la alimentación saludable” permiten inferir que los niños logran además de percibir la alimentación saludable como vital para su desarrollo, relacionar esta última con la reflexión sobre sus hábitos de consumo y su estado de salud. Así mismo, se puede observar cómo los estudiantes logran concienciarse acerca del papel de la alimentación saludable en el desarrollo de su proyecto de vida. Finalmente, los resultados en este aspecto permiten reconocer cómo los estudiantes alcanzan a establecer conexiones entre la alimentación saludable y factores que podrían resultar lejanos a esta como la cultura alimentaria, la economía y la necesidad de regulaciones sobre este tema por parte de los regímenes políticos.

Con respecto a lo anterior, la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia (ENSIN) realizada en 2005 y posteriormente en 2010 (ICBF, 2010) citado por (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013, pág. 19) muestra, con relación al consumo de verduras y hortalizas, las cuales hacen parte de una alimentación saludable, “que el 71,9% de los colombianos no consume verduras y hortalizas diariamente; siendo mayor el porcentaje de no consumo entre los menores de 18 años donde el 75% de los jóvenes no consume estos alimentos” ... “En contraposición, los alimentos procesados, como los embutidos (salchichas, salchichón, jamón, mortadela), considerados además alta fuente de sodio, son consumidos por el 73,6% de la población entre 5 y 64 años de forma semanal. Los niños y jóvenes de 9 a 18 años reportaron un mayor consumo de embutidos diario y semanal”. (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013). Lo anterior expone solo algunos de los factores que alejan a los individuos de una adecuada alimentación, y que están enmarcados en las decisiones alimentarias que los sujetos podrían evaluar para lograr una buena

alimentación. Respecto a esto, la OMS, (Organización Mundial de la Salud, 2013) dice que la consecución de una alimentación saludable no es solo una decisión que deba dejarse en manos de la población, sino que debe ser abordado como un problema de salud pública, con una política de Estado tendiente a educar, comunicar y empoderar a la comunidad de manera apropiada acerca de la relación que existe entre actividad física, alimentación y salud, así como también en el aporte y gasto energético, diversos tipos de dietas y modalidades de actividades física que reducen el riesgo de contraer enfermedades no transmisibles, como también sobre decisiones saludables en materia de productos alimenticios, regulaciones al consumo de productos procesados y ultra procesados, incentivar la educación alimentaria, entre otras acciones que den solución a la problemática de la inseguridad alimentaria. (OMS, 2003).

En el artículo “Alimentación Saludable” se menciona un tema álgido con relación al contexto colombiano y a los hábitos de vida saludable: “Los hábitos se forman tempranamente en la infancia, entonces se debe orientar el trabajo educativo y popular a la generación de políticas escolares que apoyen la alimentación saludable y la actividad física, considerando que la escuela influye en la vida de la mayor parte de los niños/as. Debiéndose enseñar higiene y promoción de una alimentación sana, limitando la disponibilidad, en estos establecimientos, de productos con alto contenido de sal, azúcar y grasas, instalando quioscos que sean verdaderamente saludables” (Carcamo Vargas & Mena Bastidas, 2006, pág. 4). Según lo anterior, en Colombia, es necesario y urgente favorecer una política educativa alimentaria que posibilite a los sujetos apropiarse de sus decisiones y que estas le aporten al buen vivir, además pone al reto en la educación formar esos hábitos desde la infancia, ya que para hablar de alimentación saludable y practicarla debemos, entonces, entender y reconocer que existen alimentos sanos y otros que no lo son y que se encuentran en el ambiente escolar, en la tienda. Por lo tanto, para practicar o para llevar a cabo una alimentación saludable se debe tener coherencia entre el discurso y en la acción, es por ello que propone los quioscos saludables como una de las alternativas a implementar en el ambiente escolar.

En la categoría que trata la relación que establecen los niños entre la alimentación saludable y un ecosistema saludable se puede observar como los chicos logran conectar el concepto de ecosistema con la salud propia y ajena. Así, los estudiantes reconocen que la acción perjudicial del hombre sobre el ambiente (contaminación, deforestación, etc.) ejerce un efecto negativo sobre la salud de las personas, al afectar su entorno físico y disminuir la capacidad que tienen para satisfacer sus necesidades. Estos resultados concuerdan con lo afirmado por Neyra M, citado por García para quien “La salud humana está estrechamente vinculada con la salud de los ecosistemas naturales, que reúnen muchas de nuestras necesidades fundamentales”. Este mismo escrito añade que, recursos como el agua, los combustibles y el clima son importantes para impedir enfermedades y mantener buena salud, debido a que muchas de las enfermedades humanas pueden ser transmitidas por animales. (García, 2011, pág. 10).

Por otra parte, los resultados encontrados se corresponden con una concepción de la salud como la salud colectiva. A este respecto, Cruz (2005) define la salud colectiva como “parte de reconocer que existe una relación dialéctica entre individuo y sociedad la cual marca el desarrollo humano de todos los sujetos, es decir, que no es posible pensar la existencia de un hombre fuera de un contexto geográfico, histórico y sociocultural. (Cruz, 2005, pág. 94).

Este mismo autor, incluye dentro esta relación compleja entre individuo y sociedad, condiciones ideales como la tranquilidad, indispensable para lograr un buen vivir. Cruz (2005) acota también que “estos elementos productores de salud o generadores de enfermedad son consustanciales a la vida social de los individuos y grupos sociales y a la inserción diferencial de los mismos en los procesos productivos, mediante los cuales se apropian de los productos del trabajo y acceden a los beneficios materiales, simbólicos o espirituales del desarrollo”. Y continúa... “las respuestas sociales ante problemas de salud no se restringen a las acciones de las instituciones de salud, sino que involucran el acceso a oportunidades de vida y a la distribución equitativa de los beneficios del desarrollo con justicia social y solidaridad” (Cruz, 2005, pág. 96).

Las coincidencias entre los planteamientos de Cruz (2005) y las reflexiones de los estudiantes, plantean que las relaciones de los hombres con el ecosistema se tejen desde un entorno complejo, donde además de lo vivo está lo social, la convivencia, la paz, los productos del trabajo en la inteligencia del hombre como por ejemplo la tecnología, y la ciencia. Es importante anotar que todos estos aspectos también hacen parte de la comprensión de la salud pública.

El reconocimiento de la complejidad de las relaciones de los hombres con el ecosistema, en las interpretaciones muestra como las actividades realizadas contribuyen a la formación de sujetos críticos y con una visión ético-política que responda a las necesidades y recursos de su entorno. Es decir, el tipo de formación ofrecida posibilita que los estudiantes logren aportar a la construcción del buen vivir de todas las personas porque ellos, en este marco, se piensan como sujetos que actúan en pro del conjunto humano. Así mismo, es importante destacar que los estudiantes evidencian aún más este reconocimiento de la complejidad, al incluir en la dinámica hombre-ecosistema elementos como la convivencia y la paz, el marco económico, el sistema de salud pública, la legislación alimentaria y la democracia efectiva para materializarla.

Pensar el acto educativo como un acto de salud pública y enmarcado en el reconocimiento, estudio y divulgación de los derechos humanos, posibilita la comprensión del reconocimiento de la complejidad de las relaciones de los hombres con el ecosistema desde un enfoque de derechos y tal como lo sugiere el Plan Nacional de Educación en Derechos Humanos, “Una educación en y para los derechos humanos debe tener una intencionalidad explícita de formar sujetos de derechos capaces de reconocerse a sí mismos y a los demás, de autorregularse, de construir conocimiento, de resistir y enfrentar los abusos del poder y de interpretar y transformar el entorno.” (Ministerio de Educación Nacional, 2010, pág. 72). Así pues, las transformaciones del entorno, están respaldadas por la educación para la construcción de una cultura en derechos humanos. Ya que está enmarcada en acciones de protección y conservación del ambiente, también está comprometida con los contextos a los que pertenecen los actores sociales involucrados en ella (el territorio, el ecosistema). Además, este plan asumirá el espacio escolar como lugar de encuentros,

acontecimientos sociales y relaciones que favorezcan el desarrollo emocional, académico, social y cultural de los sujetos y de su entorno. (Ministerio de Educación Nacional de Colombia, 2010, pág. 76)

Respecto a la categoría sobre la relación que establecen los niños entre su concepción de derechos, el Derecho Alimentario y la salud pública, los resultados pueden evidenciar cómo los niños reconocen la existencia de sus derechos, pero también la presencia de una estructura de privilegios con respecto a esos derechos, estructura que hace parte de la sociedad, y que, afecta derechos como el derecho a la educación y al disfrute de los recursos naturales, y como dicha afectación limita su capacidad para luchar por el Derecho Alimentario.

De acuerdo con lo anterior, se puede establecer que es posible a través de los procesos educativos, lograr que los niños establezcan una relación entre la salud pública y el Derecho Alimentario. Así, el conocimiento del Derecho Alimentario y su divulgación en las escuelas y colegios desarrollaría en ellos una capacidad de agenciamiento, una visión crítica del mundo y de sus necesidades y oportunidades. Es decir, dicha formación les dará la posibilidad de actuar para tener un modo de vida que potencie sus capacidades y potencialidades y los catapulte al goce pleno de su libertad y dignidad. Con respecto a esto Sen (2000), argumenta que la capacidad de agencia implica asumir las personas como sujetos activos que van buscando constantemente lo mejor para su vida, sujetos capaces de fijar objetivos, propósitos y metas, que estén en la capacidad de abandonar la individualidad y que procuren el bien para el otro (Sen, 2000, pág. 18).

Así mismo, y siguiendo lo anterior, es indispensable movilizar, desde el acto educativo, las relaciones existentes entre la salud pública y la participación y la responsabilidad democrática desde el Derecho Alimentario, ya que esta elaboración conceptual y cultural ayudará a comprender el entramado ético y político y el efecto social que tienen los alimentos en sí cuando se convierten en utilería mercantil. Dicha elaboración conceptual, en los estudiantes, aportará ideas de la función del ciudadano en un territorio ya que el conocimiento de la alimentación y la nutrición, se convierte en una herramienta o estrategia esencial para el fomento de la autonomía de los

individuos y esto requiere un proceso coherente por parte de la educación. (De Oliveira y Sousa 2008, citado por De la Cruz Sanchez, 2015, pág. 163)

En esta misma perspectiva, los estudiantes hacen énfasis en el derecho al disfrute de los recursos naturales como alimentos y agua, y a lo problemático que resulta su privatización, porque ellos los consideran bienes públicos, sobre los cuales se debe legislar en favor de los más pobres, acción para lo cual reconocen la necesidad de un cambio político.

Por otra parte, estos resultados muestran como para los estudiantes se hace pertinente comprender que el hambre y la falta de políticas alimentarias, no sólo como un problema ambiental individual y colectivo, sino como una problemática de salud pública que aqueja a toda la ciudadanía, impidiendo que se tenga un buen desarrollo en la vida y por ende un buen vivir.

En consecuencia con lo anterior, los resultados también muestran como para los chicos es necesario fortalecer los mecanismos que posibiliten el fortalecimiento de las competencias ciudadanas, necesarias para accionar los mecanismos de reclamación pacífica de derechos y la construcción de una ciudadanía más justa y equitativa para todos. Con respecto a esto, los estudiantes muestran como el planteamiento de problemáticas mancomunadamente con su grupo familiar y la proposición de acciones individuales y colectivas con el objeto de resolver muchas problemáticas, son caminos válidos para fortalecer sus competencias ciudadanas y las de los adultos. Es decir, los chicos reconocen en estas acciones posibilidades de participación ciudadana con carácter colaborativo que tienen potencial para lograr cambios sociales.

Por último, los resultados en esta categoría muestran que es posible a través de intervenciones educativas pertinentes, lograr cultivar en los estudiantes aspectos como la coherencia ética y política, el pensamiento crítico, la conciencia del poder colectivo, las posibilidades de la participación social activa, el pensamiento holístico; todos ellos elementos que los empodera para abordar la resolución de problemas de la sociedad. Además, de que es un verdadero reto para la salud pública y para la educación, por ser determinantes sociales sobre la salud de las personas, y sobre los presupuestos que se destinan a ellas; que se genere un espacio

de formación para la cátedra abierta de salud pública en las Facultades de Educación del país y en las Instituciones Educativas ya que este bagaje conceptual y de experiencias, faculta en los individuos otras formas de vivir acordes con los retos ecológicos del planeta tierra.

Bibliografía:

Academia Nacional de Medicina . (2016). *Los Determinantes Sociales de La Salud y de la Equidad en Salud*. México: Intersistemas S.A de C.V.

Agudelo, S. F. (2010). Los verbos esenciales de la salud pública. *La salud y la vida*, 210-233.

Betancourt, J. (2016). *Estrategias didácticas para el aprendizaje situado*. Mexico: Frovel Educación.

Carcamo, G. I., & Mena Bastidas, C. P. (2006). Alimentación saludable. *Horizontes Educativos*, 1-7.

Cruz, I. V. (2005). La salud colectiva y la inclusión social de las personas con discapacidad. *Investigación y Educación en Enfermería*, 92-101.

De la Cruz Sanchez, E. E. (2015). La Educación Alimentaria y Nutricional en el Contexto de la Educación Inicial . *Paradigma*, Vol. XXXVI, N° 1, 161-183.

Epstein, L. (2008). *Seguridad Alimentaria*. Bogotá: Comunicaciones Ambiente y Sociedad.

FAO: Food and Agriculture Organization of the United Nations. (15 de 10 de 2020). *FAO en Colombia*. Recuperado el 15 de 10 de 2020, de Organización de las Naciones unidas para la Alimentación y la Agricultura: <http://www.fao.org/colombia/fao-en-colombia/colombia-en-una-mirada/es/>

Galeano, M. E. (2004). *Diseño de Proyectos en la Investigación Cualitativa*. Medellín, Colombia: Fondo Editorial Universidad EAFIT.

García, D. C. (2011). Los ecosistemas y la salud pública. *Revista Spei Domus*, 7-14.

Ghiso, A. (1999). Acercamientos: el taller en procesos de investigación interactivos. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, vol. V, núm. 9, junio, 141-153.

Gómez, H. A. (2012). *Fundamentos éticos de la Salud Publica*. Medellín, Colombia: Corporación para la Educación y la salud pública Héctor Abad Gómez .

González, J. C. (2012). *Primer Informe del Derecho Humano a la Alimentación*. Bogotá DC. Colombia : Defensoría del Pueblo .

López Iturriaga, M. (29 de 04 de 2015). *El Comidista*. Recuperado el 28 de 11 de 2020, de Jamie Oliver: "La Comida Debería Ser Una Asignatura Como Matemáticas": https://elcomidista.elpais.com/elcomidista/2015/04/29/articulo/1430283600_143028.html

Ramos, M. (2007). *La educación como Determinante social en el Perú*. Lima: Ministerio de Salud, Organización Panamericana de la Salud.

Ministerio de Educacion Nacional. (2010). *Plan nacional de educacion en derechos humanos*. bogotá: buenos y creativos sas.

ministerio de educación nacional. (2010). *Plan nacional de educacion en derechos Humanos*. Bogotá: Buenos y Creativos S.A.S.

Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). *Documento Guía Alimentación Saludable*. Santiago de Cali: Universidad del Valle.

Organizacion Mundial de la Salud. (2019). *Organizacion Mundial de la Salud OMS*. Recuperado el 22 de 03 de 2019, de Organizacion Mundial de la Salud OMS: <https://www.who.int/globalchange/ecosystems/es/>

Perez, G., & Nieto, M. (2009). La Investigación-Acción en la educación formal y no formal. *Enseñanza & Teaching: Revista Interuniversitaria De Didáctica*, 177-198.

Romero, Y. C. (2014). La salud, un derecho humano por construir desde la educación. *EDUCERE, Revista Venezolana de educación*, 399-408.

Sánchez, E. E. (2015). La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial. *Paradigma*, Vol. XXXVI, N° 1; Junio de 2015 , 161 - 183 .

Sen, A. (2000). El desarrollo como libertad. *Gaceta Ecológica*, 14-20.

Wikimedia.org. (2009). Recuperado de Wikimedia.org:
https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/1/10/La_Abuela_Grillo.pdf

Yepes, O. C. (2011). La protección del derecho alimentario en Colombia: descripción y análisis de las políticas públicas sobre alimentación y nutrición desde 1967 a 2008. *Opinión Jurídica* , 47-64.