

Anexo 2

Educación Alimentaria Nutricional

Componente Familias y Nutrición del Plan Nacional de Seguridad Alimentaria del Ministerio de Desarrollo Social de la Nación.

¿Cómo pensamos la Educación Alimentaria y Nutricional desde el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria?

Desde el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria proponemos un enfoque amplio e integral de la nutrición. Comprender la nutrición en sentido amplio implica posicionarnos frente a la problemática alimentario-nutricional desde la complejidad, lo cual trasciende el estricto acto de incorporar alimentos para mantener la salud. Además de tener en cuenta la salud, se abordan aspectos culturales, económicos y vinculares desde la perspectiva de Derechos, haciendo especial hincapié en la identidad, la participación y organización comunitaria y el fortalecimiento de lazos solidarios.

En ese sentido, las actividades de Educación Alimentario Nutricional permiten a las personas acceder a información confiable y garantizar su derecho a elegir con información los alimentos que le sean sanos, inocuos, nutritivos, variados, diversos y culturalmente apropiados.

¿Qué es la Educación Alimentaria y Nutricional?

Algunas definiciones de Educación Alimentaria Nutricional:

- La EAN es un proceso dinámico a través del cual los individuos, las familias y su comunidad adquieren, reafirman o cambian sus conocimientos, actitudes, habilidades y prácticas, actuando racionalmente en la producción, selección, adquisición, conservación, preparación y consumos de los alimentos/ de acuerdo a sus pautas culturales, necesidades individuales y a la disponibilidad de recursos en cada lugar¹.
- "Se piensa la EAN, en el contexto de la realización del derecho humano a una alimentación adecuada y de garantía de derechos. Es un campo de conocimiento y de práctica continua y permanente, transdisciplinaria, intersectorial y multiprofesional que busca promover a la práctica autónoma y voluntaria de hábitos alimentarios saludables. La práctica de EAN debe hacer uso de estrategias y recursos educativos problematizadores y activos que favorezcan el diálogo junto con individuos y grupos poblacionales, considerando todas las etapas de la vida, etapas del sistema alimentario y las interacciones que componen el comportamiento alimentario"².

Se trata, entonces, de generar espacios para compartir y poner en valor las prácticas de cuidado alimentario, proponiendo revalorizar la mesa familiar y reflexionar sobre los grupos de alimentos, sus características y recetas; abriendo posibilidades de aprendizaje, construcción y transmisión de saberes en las familias, en las comunidades y entre comunidades. Así como también, brindar oportunidades de ser críticos al tomar "decisiones a la hora de comer", teniendo en cuenta la diversidad de factores que influyen en nuestras elecciones alimentarias (económicos, publicitarios, afectivos, culturales, nutricionales, entre otros).

¿Cómo pensar la Educación Alimentaria y Nutricional en la escuela?

Proponemos dialogar con las prácticas escolares sobre los alimentos y la alimentación que se vienen llevando a cabo en las escuelas primarias de nuestro país. Las perspectivas escolares que asocian la alimentación con la biología y las ciencias naturales resultan necesarias, pero no llegan a abarcar la complejidad de la alimentación humana, la identificación de sus problemas y sus posibles soluciones. La integración de conceptos provenientes de distintos campos de conocimiento y los saberes cotidianos, da lugar a una problematización más profunda sobre estos temas. En ese sentido, sugerimos consultar los contenidos, grupos temáticos, materiales y abordaje de la EAN en la escuela propuestos por el material Comidaventuras³.

Desde esta mirada de la EAN es que entendemos la importancia de impulsar espacios en las escuelas y la comunidad orientados a enriquecer el trabajo de los diversos actores involucrados, en aspectos conceptuales que impacten sobre las prácticas personales, familiares, institucionales y comunitarias, que mejoren la calidad de vida y el acceso a oportunidades con equidad y justicia social.

¹ Definiciones Básicas-Cátedra de Educación en Nutrición-Facultad de Medicina UBA, 2005.

² Marco de referencia de la EAN para las políticas públicas, Ministerios de Desarrollo Social y Salud, Brasilia 2012.

³ <http://coleccion.educ.ar/coleccion/CD23/contenidos/escuela/textos/index13.htm>