



Módulo VII

Educación y ética alimentaria

T3

Educación en seguridad
alimentaria

Programa desarrollado





Educación en seguridad alimentaria



Educación en seguridad alimentaria. Pixabay, 2017



Índice

Índice	2
Introducción	3
3. Educación en seguridad alimentaria	5
3.1. Definición de educación alimentaria y nutricional	5
3.1.1 Educación alimentaria y nutricional.....	6
3.1.2 Educación alimentaria y nutricional efectiva.....	8
3.2. Metodología en educación alimentaria y nutricional.....	10
3.2.1 Factores clave para la educación alimentaria y nutricional	11
3.2.2 Buenas prácticas e intervenciones de educación alimentaria y nutricional ..	12
3.3. Educación para la seguridad alimentaria en diversos sectores de población.....	13
3.3.1 Educación alimentaria y nutricional en la salud materna e infantil.....	14
3.3.2 Educación alimentaria y nutricional en edad escolar.....	15
3.3.3 Educación alimentaria y nutricional en la salud pública	18
3.4. Ambientes alimentarios	19
3.4.1 Definición de ambientes alimentarios	20
3.4.2 Promoción de ambientes alimentarios	20
Cierre del tema asociado	22
Para saber más	23
Fuentes de consulta.....	25



Introducción

Te damos la más cordial bienvenida al tema asociado Educación en seguridad alimentaria.

El presente tema asociado tiene una importancia relevante desde el punto de vista social y político porque permite resolver problemáticas de salud pública tales como desnutrición, obesidad y sobrepeso; asimismo genera en toda la población conciencia de los alimentos que debe procesar para satisfacer sus necesidades nutricionales y alimentaria; obliga a las autoridades a mantener un correcto suministro alimentario; y como licenciado en seguridad alimentaria vigilar, proponer y diseñar políticas públicas y proyectos sociales relacionados con los procesos de educación promoviendo la producción, el procesamiento e ingesta de productos idóneos.

En el módulo Educación y ética alimentaria se han incluido diversos aspectos que coadyuvan a garantizar el suministro de alimentos para satisfacer las necesidades energéticas, permitiendo alcanzar las dimensiones de seguridad alimentaria, uno de estos aspectos a cuidar son los elementos éticos, otro es la evaluación de la situación en cuestiones de disponibilidad alimentaria y finalmente la concientización de la población a través de procesos educativos perfectamente fundamentados teórica y metodológicamente.

En el transitar del presente tema asociado se estudiarán los conceptos de educación alimentaria y nutricional, la metodología necesaria para desarrollar los procesos educativos y los sectores de población en donde impacta así como la generación de propuestas en beneficio de las comunidades en donde es importante la promoción de ambientes alimentarios saludables.

Educación en seguridad alimentaria es un tema asociado que se encuentra al final del módulo y que es la parte culminante de los procesos éticos y educativos que deben existir en la población para alcanzar un nivel de vida digno, aquí convergen los ejes curriculares horizontales relacionados con la responsabilidad social y los verticales que están ligados con la educación y la distribución de alimentos.

Esperamos que disfrutes y logres aprovechar los conocimientos y procesos que aquí se te ofertan.

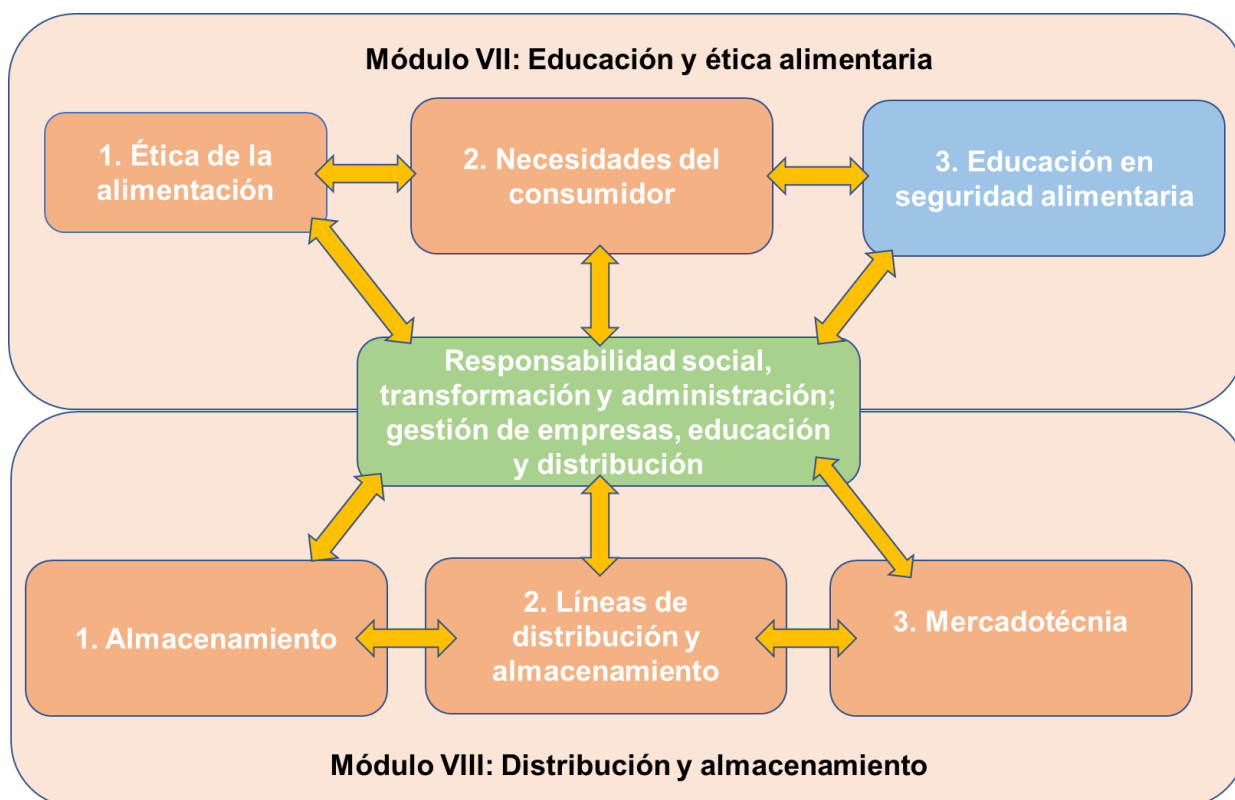


Figura 1. Situación del tema asociado Educación en seguridad alimentaria en el módulo VII.
UnADM, 2017



3. Educación en seguridad alimentaria

La educación alimentaria es un conjunto de acciones dirigidas a la población de diversas comunidades en México, esto con la finalidad de hacer un uso correcto de los suministros alimentarios y satisfacer sus necesidades nutricionales y así, elevar la calidad de vida de la población (FAO, 2017).

La FAO (2017) promueve que gracias a estos programas de acciones, es posible diagnosticar la situación alimentaria y nutricional de las comunidades tanto rurales como urbanas y de esta forma establecer estrategias conjuntas entre sectores de población, gobierno, organizaciones no gubernamentales e industria de tal forma que logren alcanzarse buenos logros en cuanto a las dimensiones de seguridad alimentaria.

3.1 Definición de educación alimentaria y nutricional



Figura 2. Educación alimentaria. Tomada de www.pixabay.com, 2017

La educación alimentaria y nutricional es un concepto que se define como todas las estrategias educativas propuestas y desarrolladas con la finalidad de asimilar de forma voluntaria acciones y actitudes encaminadas a la realización de una alimentación y nutrición idóneos, para el logro de salud y calidad de vida dignos (FAO, 2017).

Este conjunto de estrategias (FAO, 2017) tiene que dirigirse a la construcción de competencias de las comunidades para que logren desarrollar un marco de acciones que favorezcan su alimentación y promuevan un buen escenario de alimentación al alcance de todos los miembros de una comunidad

específica. Los escenarios en los que actúa la educación alimentaria y nutricional se relacionan de forma intensa con el individual, el comunitario y el político.



3.1.1 Educación alimentaria y nutricional

Como ya se ha comentado anteriormente la educación alimentaria y nutricional es una estrategia específica encaminada a la promoción y la gestión de alimentos idóneos. Este concepto se desarrolla para combatir la malnutrición como un problema general. Dentro de la problemática que se observa en las comunidades se encuentran los siguientes aspectos (FAO, 2017):

1. La prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población adulta.
2. La falta de acceso a micronutrientes (vitaminas y minerales).
3. Presencia del retardo en el crecimiento infantil.
4. Insuficiencia en el suministro alimentario para satisfacer las necesidades calóricas.
5. Acceso a dietas poco saludables.

Estos aspectos se encuentran fuertemente relacionados con la calidad de vida y el nivel socioeconómico de la población.

Específicamente las prácticas alimentarias en las comunidades mexicanas tanto rurales como urbanas, se determinan por diversos factores que se agrupan del siguiente modo (FAO, 2017):

Individuales

- Preferencias alimentarias y sensación placentera de la ingestión alimentaria
- Aspectos culturales
- Empoderamiento
- Conocimiento y procesamiento de alimentos



Figura 3. Educación alimentaria grupal y familiar. Tomada de www.pixabay.com, 2017

Grupal y familiar

- Aspectos y relaciones culturales y sociales
- Redes de apoyo
- Trabajo colaborativo social
- Influencia de los mismos miembros del núcleo social



Comunitario institucional

- Reglas y estructuras informales
- Servicio y cuidados infantiles
- Áreas laborales y escolares
- Zonas habitacionales, supermercados, restaurantes y expendios de alimentos
- Organizaciones comunitarias
- Información disponible
- Parques y áreas de recreación

Nacional

- Sistemas de salud
- Programas de atención alimentaria
- Industria alimentaria
- Sistemas alimentarios
- Políticas públicas
- Organizaciones sociales y políticas
- Normas culturales y sociales
- Medios de comunicación

En cada una de estas dimensiones, la educación alimentaria y nutricional tiene poder de acción.

La educación alimentaria y nutricional está constituida por un marco de estrategias que actúan en diversos niveles, la meta principal es ayudar a la población nacional a mejorar su calidad de vida de forma sustentable en cuanto a su alimentación.

La educación alimentaria y nutricional no solamente tiene como propósito informar a las comunidades, también fomenta el desarrollo de las personas para alcanzar una buena calidad de vida mediante hábitos saludables (FAO, 2017):

- Determinar las necesidades alimentarias de las personas y los factores que impactan en su alimentación.
- Lograr mejoras consistentes en la alimentación de las personas.
- Fomentar la participación de las personas para lograr cambios en sus hábitos.
- Fomentar en las personas el poder de decisión sobre su alimentación.
- Fomentar la práctica de actividades educativas involucrando a todas las personas.
- Fomentar la participación de todos los sectores involucrados en los procesos de alimentación y nutrición para mejorarlos.



- Participar con los tomadores de decisiones para desarrollar políticas públicas para promover la alimentación saludable.
- Promover mejoras en los ambientes alimentarios, para apoyar opciones de alimentación más saludables.

Los sectores que se benefician de la educación alimentaria y nutricional son (FAO, 2017):

- Los consumidores, teniendo conciencia de sus requerimientos alimentarios pueden tomar decisiones en función de la información que se les presente.
- Los padres de familia que disponen de mayor información y competencias relacionadas con la alimentación de tal forma que pueden transmitir estos datos a sus hijos.
- Las familias, que cuentan con los elementos necesarios para la preparación de alimentos más higiénicos y nutritivos dentro sus posibilidades económicas.
- Los gobiernos, promoviendo acciones de integración de la educación alimentaria y nutricional en las políticas públicas y programas sociales.
- Las personas, mediante la adquisición de habilidades para la preparación de alimentos idóneos.
- Las comunidades, que hacen un mejor uso de los alimentos que disponen en su entorno cultural y natural.
- Las escuelas, cuando distribuyen almuerzos más saludables a los estudiantes.
- Los productores de alimentos, recibiendo incentivos para producir y comercializar productos alimentarios más saludables.
- Los legisladores participando en el desarrollo de mayores restricciones en la reglamentación de la publicidad de alimentos nutricionalmente pobres.

La educación alimentaria y nutricional efectiva está constituida por una serie de acciones que se precisarán a continuación.

3.1.2 Educación alimentaria y nutricional efectiva

La educación alimentaria y nutricional efectiva cuenta con las siguientes características (FAO, 2017):

- No necesariamente se refiere a un marco de conocimientos nutricionales engrosados.



- Se alcanza cuando los sectores de cada nivel, individual, grupal y comunitario, alcanzan mejores prácticas y hábitos alimentarios de forma sustentable.
- Se dirige al cambio social para lograr una calidad de vida digna y hábitos alimenticios saludables.

La educación alimentaria y nutricional tiene un enfoque que se encuentra ampliamente ligado con los alimentos e integra actividades tales como (FAO, 2017):

- Capacitación grupal
- Consejería
- Promoción de la salud nutricional
- Diseño y desarrollo de huertos escolares
- Trabajo en conjunto con la toma de decisiones

Como ha podido observarse la educación alimentaria y nutricional está constituida de estrategias que se aplican en las comunidades de forma integral y beneficia a muchas entidades sociales a través de acciones concretas, esas acciones se desarrollan mediante una metodología específica que se revisará en el siguiente subtema.



Edualimentaria (2015) *Edualimentaria. Educación alimentaria y nutricional*. Disponible en:

<https://youtu.be/20Q24FJ6bE4>



3.2 Metodología de educación alimentaria y nutricional

El diseño, la construcción y la evaluación de las estrategias de la educación alimentaria y nutricional presentan diversas complicaciones, entre ellas cuando se aplican modelos poco efectivos o bien no siguen ningún modelo, por lo que los logros alcanzados son limitados debido a que no se llegan a desarrollar prácticas y hábitos saludables.



Centro de investigación. (2013). *Educación para la salud-alimentación*. Disponible en:

<https://youtu.be/T22b0Ht2IcQ>



Figura 4. Metodología en educación alimentaria. Tomada de www.pixabay.com, 2017

A través de los años se ha llegado a establecer que contar con un amplio marco teórico no garantiza la transformación de los hábitos alimentarios, las acciones de promoción de la alimentación saludable únicamente se dirigen a la difusión de la información sin presentarse resultados contundentes.

Algunas de las acciones de los promotores de la alimentación parten de grupos de personas específicos que no realizan diagnósticos integrales, por lo que no consideran las verdaderas necesidades de alimentación y nutrición, es decir, que

no se ha planteado el escenario real con las áreas de oportunidad de la comunidad en estudio.

También, las actividades de evaluación no son consideradas de importancia, por lo que se realizan acciones sin recibir evaluación y mucho menos emitir alguna retroalimentación que determine la asertividad de las prácticas propuestas, permitiendo así, determinar si los resultados obtenidos a partir de los programas de educación alimentaria y nutricional son adecuados o incorrectos.



Estas limitaciones en los estudios que realiza la educación alimentaria y nutricional se relacionan con la falta o deficiente aplicación de una metodología robusta y sistémica, planes estratégicos y directrices que se emplean en la planeación y aplicación de las acciones de alimentación y nutrición.

3.2.1 Factores clave para la educación alimentaria y nutricional

Los factores clave que permiten que la educación alimentaria y nutricional sea efectiva se presentan a continuación (FAO, 2017):

- Desarrollo de un diagnóstico que permita conocer la información, hábitos, prácticas, necesidades, limitaciones y otras áreas de oportunidad.
- Construir un objetivo general que fomente el cambio de hábitos alimentarios.
- Construir un marco teórico relacionado con los cambios de comportamiento, mismo que se relacione de forma particular con las diversas comunidades y sus características específicas.
- Plantear un programa estratégico que dirija el equilibrio entre la motivación y acción para el crecimiento de la calidad de vida.
- Identificar los procesos con los que los seres humanos adquieren hábitos y los puedan modificar.
- Tomar en cuenta todas las influencias que impiden los cambios de hábito.
- Considerar la experiencia de las personas.
- Fomentar en las personas una actitud crítica para la toma de decisiones con el fin de controlar su alimentación y salud.
- Integrar a todos los sectores sociales para lograr el cambio en las comunidades.
- Emplear metodologías y estrategias integradas para conseguir la transformación de hábitos de alimentación.
- Planificar acciones en todos los niveles desde los personales hasta los grupales.
- Monitorear y evaluar los procesos educativos de forma efectiva y constante.
- Fomentar el aprovechamiento de los recursos naturales de forma integral y sustentable.



3.2.2 Buenas prácticas e intervenciones de educación alimentaria y nutricional

Las buenas prácticas en educación alimentaria y nutricional son acciones que se ejecutan en las diversas comunidades con el fin de cambiar los hábitos alimenticios negativos, estas deben ser evaluadas de forma regular para determinar su efectividad.

En el año 2011 se realizó una evaluación encaminada a determinar el impacto de los programas de educación alimentaria y la capacitación de especialistas para la implementación de planes y programas de alimentación y nutrición apegados a buenas prácticas.

Las buenas prácticas de alimentación y nutrición se listan a continuación (FAO, 2017):

- Tener claras las necesidades nutricionales del grupo de trabajo.
- Determinar las acciones, conocimientos y observaciones de las personas y sus necesidades básicas.
- Establecer como meta la transformación de los hábitos alimenticios.
- Promover acciones y prácticas adicionales a la difusión de conocimientos.
- Emplear metodologías asertivas que promuevan el proceso de enseñanza-aprendizaje mediante el empleo de experiencias y la resolución de áreas de oportunidad que se encuentren en la población.
- Establecer compromisos a largo plazo de tal forma que puedan realizarse transformaciones en los hábitos alimentarios de forma sostenible.
- Fomentar en la población la voluntad de desarrollar habilidades que permitan cambiar los hábitos alimenticios.
- Integrar transformaciones en el entorno de la población para mejorar las prácticas que se desarrollen.
- Capacitar a los asesores para contar con competencias de consultoría y comunicación a fin de permitir a la población tener acceso a estos agentes de apoyo.
- Evaluar los logros obtenidos relacionados con los hábitos alimentarios y metas por alcanzar.
- Construir planes y programas encaminados a mejorar la calidad de vida de la población.
- La educación alimentaria y nutricional debe formar parte de los planes de desarrollo del país y de sus políticas públicas.

Como parte de la metodología de la educación alimentaria y nutricional efectiva es necesario considerar los factores clave y las buenas prácticas aplicables en las comunidades, siendo la evaluación de estos procesos una acción esencial para lograr la mejora continua que debe considerar los diversos sectores de población como se observa en el siguiente subtema.



3.3 Educación para la seguridad alimentaria en diversos sectores de población

En un sector poblacional o en las diversas comunidades rurales o urbanas, la seguridad alimentaria es un factor presente en el instante en el que todos los miembros de estos sistemas tienen acceso físico, social y económico de forma sostenible a alimentos idóneos y suficientemente disponibles para lograr la satisfacción de los requerimientos alimentarios y nutricionales de la población y de esta forma lograr una calidad de vida digna, esto en función de lo establecido por la FAO (1996).

Para mejorar la seguridad alimentaria existen muchos caminos, entre ellos destacan los apoyos para el mejoramiento de la productividad alimentaria, los programas de combate a la pobreza, las políticas de uso responsable de los recursos naturales, entre otros; sin embargo, estas acciones no son suficientes para alcanzar una mejora de la alimentación y el estado nutricional de las personas.

Dentro de las estrategias a considerar para que la educación alimentaria y nutricional tenga un buen impacto se encuentran (FAO, 2017):

- Capacitar a las personas que trabajan para educar a la población
- Emplear evidencias obtenidas de los diagnósticos realizados
- Usar procesos que integran acción y práctica
- Tomar en cuenta estrategias alternativas de producción alimentaria tales como los huertos familiares, las sociedades productivas y mercados alimentarios
- Fortalecimiento de las comunidades y sus procesos
- Considerar la experiencia de los miembros de las comunidades
- Fomentar el consumo de alimentos tradicionales y locales

La educación alimentaria y nutricional es una estrategia importante para la seguridad alimentaria. Las evaluaciones de efectividad de la seguridad alimentaria han manifestado que al integrar a las estrategias los procesos educativos para mejorar los hábitos alimentarios, los resultados son más concretos y sustentables.

Bajo este escenario la educación alimentaria permite que las personas realicen acciones tales como (FAO, 2017):

- Estar conscientes de sus necesidades alimentarias y la calidad de los alimentos: aplicar la información impartida para practicar el consumo de alimentos de alto valor



nutricional, destinar el gasto familiar en la adquisición de productos alimentarios idóneos, planificar óptimamente el ingreso para la compra de alimentos nutritivos.

- Exigir alimentos de alto valor nutricional, con la finalidad de dirigir la producción de pequeños y medianos productores.
- Preferir el consumo de alimentos nutritivos sobre los que no lo son.
- Transformar paulatinamente, los hábitos alimenticios familiares a través de la preparación más responsable e higiénica de alimentos en el núcleo familiar.
- Fomentar la producción de cultivos variados de forma local.

3.3.1 Educación alimentaria y nutricional en la salud materna e infantil

En la población infantil, los primeros días en el período entre la gestación y los dos años de vida, son de vital importancia para su desarrollo físico y cognitivo, hechos que impactarán en el desempeño productivo en edad adulta.

Los daños provocados por la malnutrición en este período de tiempo llegarán a ser irreversibles, por lo que una alimentación de buena calidad es importante.

De igual forma el estado de salud de la madre es de suma importancia para el desarrollo del infante durante el embarazo, por lo tanto, las prácticas de promoción de la alimentación sana, son clave en mujeres en las etapas de edad de mayor fertilidad.

La educación alimentaria y nutricional efectiva es uno de los procesos clave para la satisfacción de las necesidades alimentarias y mantener una salud física adecuada, sobre todo en los de embarazo y los primeros dos años de vida del niño.

La educación alimentaria y nutricional presenta los factores de disponibilidad, accesibilidad, adecuada y se aplica a (FAO, 2017):

- Promover los productos de alimentación idóneos para la madre durante la gestación y la lactancia.
- Promover en las madres la lactancia durante los primeros meses de vitalidad del niño.
- Promover la complementación de los alimentos a partir de los seis meses de edad del infante hasta que cumpla los dos años.

La educación alimentaria y nutricional efectiva en la nutrición de las madres y sus niños debe considerar los siguientes aspectos (FAO, 2017):

- Uso de metodologías que se encuentren en función de los resultados del diagnóstico inicial.



- Empleo de estrategias que contemplen la participación de los involucrados y que se encaminen a la acción y la práctica.
- Unidad del núcleo familiar.
- Desarrollo de hábitos fáciles de asimilar y que cubren las necesidades de alimentación.
- Apoyo a la dinámica comunitaria para asimilar estrategias participativas.
- Integración de las instituciones al desarrollo y aplicación de las acciones de la educación alimentaria y nutricional.

3.3.2 Educación alimentaria y nutricional en edad escolar



Figura 5. Educación alimentaria en niños de edad escolar. Tomada de www.pixabay.com, 2017

La edad escolar es un área de oportunidad que permite fomentar el desarrollo y salud de los niños. En las escuelas, existen los elementos que dirigen las prácticas a fortalecer los hábitos de alimentación tanto en los estudiantes como en sus núcleos familiares y de forma paralela mejorar los sistemas alimentarios de la comunidad, de hecho el enfoque integral y sustentable de la alimentación y nutrición escolar, han permitido obtener mejores resultados en el estado de salud infantil (FAO, 2017).

Los hábitos alimenticios son procesos que se construyen y desarrollan desde edades tempranas y contribuyen al crecimiento de las habilidades y capacidades cognitivas, estos hechos se reflejan durante las horas de comida y en la construcción de los huertos familiares.

En el contexto escolar, la educación alimentaria y nutricional efectiva se presenta cuando (FAO, 2017):

- Se emplean estrategias basadas en los escenarios resultantes de los diagnósticos comunitarios.
- Aplicación de acciones colectivas encaminadas al desarrollo y transformación de los hábitos de alimentación.
- Integrar en las actividades de capacitación y práctica a los padres de familia y a la comunidad.
- Establecer un currículum adecuado a cada nivel escolar.



- Capacitación multinivel.
- Desarrollo de ambientes alimentarios idóneos.

El principal propósito de la educación alimentaria en las escuelas es promover la reflexión en los estudiantes para desarrollar hábitos que impacten en su salud de forma positiva y presenten respuestas adecuadas ante los estímulos proporcionados por la publicidad y el consumo de alimentos sobreprocesados.

La educación alimentaria y nutricional en las escuelas fomenta (FAO, 2017):

- La disponibilidad de alimentos idóneos en los hábitos de alimentación.
- Integra a los núcleos familiares y a la comunidad en la transformación de los hábitos alimentarios saludables.
- Permite fomentar actitudes críticas en los niños para que puedan decidir el tipo de alimentos son más adecuados para ellos mismos.
- Fomenta el desarrollo de programas escolares de alimentación integrales, como parte de un sistema de alimentación saludable.

Dentro de las acciones escolares para promover una alimentación saludable, está la construcción de los huertos escolares, éstas, son áreas que se encuentran en los terrenos escolares en donde pueden cultivarse vegetales y criar pequeños animales de granja como parte de las actividades escolares.

Los huertos escolares se asocian a propósitos educativos y representan una estrategia de aprendizaje en el que se integran diversas actividades con beneficios múltiples.

Para que un huerto escolar tenga propósitos pedagógicos debe (FAO, 2017):

- Integrar a los estudiantes a las actividades de cultivo, cosecha, conservación y preparación de los alimentos bajo un esquema de sustentabilidad.
- Reflexionar sobre los cultivos que conducen a una alimentación saludable.
- Promover el aprendizaje bajo un esquema sistémico en el que se integren los componentes prácticos, sociales, con el aprendizaje para la vida y permitir la difusión de los resultados obtenidos de estas prácticas.

Los huertos escolares son considerados laboratorios donde se integran insumos y condiciones necesarias para la producción de alimentos saludables (FAO, 2017):

- Actualizar la información sobre las necesidades de mantenimiento de los cultivos.
- Interactuar con el entorno de forma sustentable.



- Concientización sobre la protección de los recursos naturales.
- Desarrollar habilidades para la producción de alimentos.
- Promover el consumo de vegetales y el consumo de alimentos frescos.
- Promover en los estudiantes el trabajo colaborativo y responsable.
- Proporcionar los instrumentos para alcanzar una calidad de vida responsable.

Los elementos necesarios para que un huerto escolar sea funcional son los siguientes (FAO, 2017):



Figura 6. Huertos escolares. Tomada de www.pixabay.com, 2017

- Autoevaluar y mantener el estado óptimo del huerto.
- Integrar a todas las personas de la comunidad escolar a las actividades relacionadas con el huerto.
- Establecer metas concretas relacionadas con el desarrollo de los cultivos y cosecha de los productos del huerto.
- Contar con la infraestructura, insumos y capacitación adecuadas.
- Distribuir el trabajo entre los integrantes de la comunidad escolar de acuerdo con el nivel de complejidad.
- Integrar las actividades del huerto a los

programas de alimentación y salud.



FAO. (2016). *Huertos escolares pedagógicos como herramienta educativa y de seguridad alimentaria y nutricional*. Disponible en:

<https://youtu.be/QbV7Ctu2r0s>



3.3.3 Educación alimentaria y nutricional en la salud pública

Los planes de educación alimentaria y nutricional que se ponen a disposición de la población según la FAO (2017), tienen como finalidad compartir y transmitir hábitos alimenticios saludables que impacten de forma adecuada la salud y la calidad de vida de las comunidades mexicanas y por ende, reducir los costos asociados a los padecimientos producidos por la malnutrición.

Los programas de educación alimentaria y nutricional se desarrollan con el fin de lograr la atención a grandes sectores de población y de las comunidades rurales y urbanas, esta se logra mediante la intervención de diversas instituciones de gobierno. En estos planes se integran acciones y estrategias tales como la promoción del consumo de vegetales. Los cambios en los hábitos alimenticios, la construcción y difusión de guías alimentarias pueden lograrse con el auxilio de los medios de comunicación impresos, electrónicos, políticas públicas entre otros.

Para que la educación alimentaria y nutricional sea efectiva es necesario un direccionamiento integral en el que se consideren los siguientes elementos (FAO, 2017):

- El establecimiento de objetivos concretos y relacionados a los cambios de hábitos de alimentación positivos.
- Desarrollo de planes que integren financiamiento y características sustentables.
- Desarrollo de marcos estratégicos aplicables a la capacitación con enfoque práctico.
- Incluir acciones que provengan de los diversos sectores de población en cada una de las fases del proceso educativo y de la transformación de la alimentación y nutrición.
- Establecer acciones de diagnóstico para determinar áreas de participación para poner en práctica los procesos desarrollados para la transformación de los hábitos alimentarios.

Como se ha podido observar hasta este punto la educación alimentaria y nutricional es todo un sistema de procesos que pueden aplicarse a diversos sectores de población alcanzando resultados positivos en relación a los cambios de alimentación y elevar la calidad de vida de las comunidades. Dentro de este contexto dos conceptos importantes que se observan son el derecho a la alimentación y los ambientes alimentarios mismos que se tratarán en el siguiente subtema.



3.4 Ambientes alimentarios



Figura 7. Reglamentación de la publicidad alimentaria. Tomada de www.pixabay.com, 2017

Los programas de educación alimentaria y nutricional relacionados con la salud pública emplean diversas estrategias que impactan positivamente los ambientes alimentarios, entre éstas destacan el gravar con impuestos bebidas azucaradas y alimentos con pobre aporte nutricional, reglamentación de la publicidad de alimentos sobreprocesados, incentivar a la producción y comercialización de alimentos frescos.

Los ambientes alimentarios son escenarios donde la educación alimentaria y nutricional presentan gran relevancia en las comunidades permitiendo aplicar las buenas prácticas de alimentación y fomentar la transformación hacia hábitos más saludables.

La educación alimentaria y nutricional, se encarga de guiar a la población con la siguiente finalidad (FAO, 2017):

- Concientizar a la población sobre los procedimientos y ventajas obtenidos de los hábitos de alimentación saludables.
- Establecer estrategias de adaptación de la comunidad a los comportamientos de la oferta y el ambiente alimentario.
- Fomentar el sentido crítico de las personas para que decidan sobre el consumo de alimentos apropiados.
- Coadyuvar en el desarrollo de ambientes sociales que permitan el establecimiento de estilos de vida saludables.
- Desarrollar las condiciones para garantizar el derecho a la alimentación.

Dos conceptos importantes mencionados en el desarrollo de este subtema es el ambiente alimentario y el derecho a la alimentación, mismos que se tratarán a continuación.



3.4.1 Definición de ambientes alimentarios

De acuerdo con la FAO (2017), los hábitos alimentarios se relacionan fuertemente con los ambientes alimentarios de tal forma que pueda dirigirse una transformación de los hábitos alimentarios de forma positiva, es importante el desarrollo de políticas públicas y programas sociales que coadyuven a la realización de tales cambios, éstas acciones se apegan a la disponibilidad, accesibilidad y comercialización de alimentos idóneos en comunidades, escuelas y áreas de trabajo.

Las acciones de la educación alimentaria y nutricional requieren de la intervención de instituciones de gobierno para que los resultados de estos procedimientos sean concretos y sustentables.

Dentro del sistema institucional de una nación es importante considerar los aspectos culturales entre los que destacan los alimentarios, la soberanía alimentaria, la seguridad, el derecho a la alimentación y el entorno natural de las comunidades.

Los ambientes alimentarios negativos se relacionan a una alimentación basada en el consumo de productos con una pobre calidad nutricional, que impactan de forma adversa a la salud de las comunidades, tal como sucede con los ambientes obesogénicos (FAO, 2017).

3.4.2 Promoción de los ambientes alimentarios

La promoción de los ambientes alimentarios se relaciona con el derecho a la alimentación, el cual se define de la siguiente manera (FAO, 2017):

“Es el derecho a alimentarse dignamente, el derecho a una alimentación adecuada es un Derecho Humano Internacional que existe desde hace ya tiempo y al que se han comprometido muchos países”

Desde hace varias décadas, diversas naciones han trabajado en la transformación del marco jurídico, políticas públicas y programas sociales, con la finalidad de lograr el derecho a la alimentación de las comunidades.

A pesar del reto que representa alcanzar el derecho a la alimentación para todos, esta meta puede lograrse con la participación del gobierno y todos los actores sociales.

La FAO (2017) participa activamente con todas las naciones con la finalidad de promover y conseguir el derecho a la alimentación de todas las personas. Por lo tanto se desarrollan acciones metodológicas e instrumentos de diagnóstico para establecer el panorama alimentario.



Muchas entidades relacionadas con las comunidades construyen planes estratégicos con el propósito de promover el derecho a la alimentación. Las acciones concretas de la FAO (2017) para lograr el derecho a la alimentación en los países se mencionan a continuación:

- Procesos de legislación
- Desarrollo y práctica de políticas públicas y programas sociales
- Crecimiento de las capacidades institucionales de las naciones
- Fomento a la gobernanza global y local para lograr la seguridad alimentaria
- Acciones de integración con los diversos sectores de la sociedad
- Evaluación y rectificación de acciones para la seguridad alimentaria

Gracias a la intervención de la FAO por medio de estas acciones, la seguridad alimentaria y el derecho a la alimentación son aspectos considerados en los planes de desarrollo de las naciones.

Dentro de las acciones de promoción de los ambientes alimentarios se definen los siguientes (FAO, 2017):

- La reglamentación de la publicidad alimentaria, en particular la dirigida a la población infantil
- Reglamentación y detalle del etiquetado de alimentos
- Establecimiento de medidas regulatorias relacionadas con el comportamiento de mercado en las diversas comunidades mexicanas
- Establecimiento de medidas fiscales relacionadas con el consumo de alimentos de bajo nivel nutricional
- Facilidad económica para el consumo de alimentos saludables

El derecho a la alimentación y los ambientes alimentarios saludables, son elementos que la educación alimentaria y nutricional efectiva busca alcanzar en las comunidades rurales y urbanas en México.



Cierre del tema asociado

En este tema asociado hemos podido estudiar la importancia que tiene la educación alimentaria para lograr el empoderamiento de los diferentes sectores sociales para que logren una actitud crítica y puedan elegir los alimentos más apropiados que cumplan con sus requerimientos nutricionales.

La educación alimentaria y nutricional, contempla un conjunto de estrategias que se encaminan a que la población mejore su calidad de vida y sus hábitos alimentarios, es importante tomar en cuenta que no solo se considera que es útil difundir grandes cantidades de información, es también necesario, contar con una metodología eficaz que sea accesible para capacitadores y población general.

Finalmente, se abordan conceptos tales como el derecho a la alimentación y los ambientes alimentarios positivos en donde se garantizan las dimensiones de seguridad alimentaria en todos los contextos.

Estos conocimientos son de utilidad para el futuro licenciado en seguridad alimentaria porque es necesario que tengan las competencias para diagnosticar el estado nutricional de las comunidades e implementar acciones y programas de asesoría alimentaria, así como coadyuvar a la construcción de ambientes alimentarios saludables, y ser un instrumento para lograr el derecho a la alimentación en contextos urbanos y rurales.



Para saber más



Alianza por la salud alimentaria (2016). *El etiquetado frontal nutrimental de bebidas y alimentos en México*. Disponible en: http://alianzasalud.org.mx/wp-content/uploads/2016/06/Fact-sheet_270616_4-hojas.pdf



FAO (2012). Del huerto escolar a la alimentación y salud escolar. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Disponible en: <https://youtu.be/MUZhTq7ApOs>



FAO, OMS (2015) *Experiencia de México en el establecimiento de impuestos a las bebidas azucaradas como estrategia de salud pública*. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la alimentación y Organización mundial de la Salud. México DF, México. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/18390/978-92-75-31871-3_esp.pdf?sequence=5&isAllowed=y



Fuentes de consulta



- Centro de investigación. (2013). *Educación para la salud-alimentación*. Disponible en: <https://youtu.be/T22b0Ht2lcQ>
- Edualimentaria. (2015). *Edualimentaria. Educación alimentaria y nutricional*. Disponible en: <https://youtu.be/20Q24FJ6bE4>
- FAO. (2016). *Huertos escolares pedagógicos como herramienta educativa y de seguridad alimentaria y nutricional*. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación www.youtube.com Disponible en: <https://youtu.be/QbV7Ctu2r0s>
- FAO. (2013). *Propuesta de lineamientos de la Red de información, comunicación educación alimentaria y nutricional para América Latina y el Caribe*. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Disponible en: https://www.fao.org/fileadmin/user_upload/red-icean/docs/Documentos_de_la_Red/Lineamientos_de_la_RED_ICEAN_22_Octubre.pdf