

# Feria de cultura, salud y ciencia de los alimentos en las I.E. Maridíaz y Madre Caridad

Stephanie Carolina Realpe López

María Daniela Padilla Muñoz

Profesoras de Nutrición y Dietética

Universidad Mariana

La educación en salud es entendida por Hernández-Sarmiento et al. (2020) como “la disciplina encargada de orientar y organizar procesos educativos, con el propósito de influir positivamente en conocimientos, prácticas y costumbres de individuos y comunidades con relación a su salud” (p. 491); por medio de esta, las diferentes comunidades y poblaciones pueden adquirir conocimientos y herramientas para empoderarse sobre su salud y tomar mejores decisiones. Expresan también que, aquellas personas que tienen un bajo nivel de educación en torno a la salud, pueden generar problemas y barreras al momento de acceder a la misma, dado el acceso ineficiente a información confiable en la materia; por esto, educar en el tema y más aún desde tempranas edades, como con los niños y niñas en edad escolar, se ha convertido en una invaluable estrategia para lograr la autonomía sobre el cuerpo, con una óptima capacidad del manejo de salud.

Sin embargo, el sistema actual de salud se ha enfocado principalmente en el manejo de la enfermedad y no en la prevención, dado que la concepción del manejo de las situaciones de salud – enfermedad se trata bajo el enfoque paternalista “donde el responsable del mantenimiento de la salud es el personal de la salud y no el paciente o individuo en cuestión” (Hernández-Sarmiento et al., 2020, p. 492).

Esta situación resalta la necesidad de que la educación en salud a nivel alimentario y nutricional haga parte de los procesos de enseñanza-aprendizaje de las diferentes instituciones de salud, de suerte que permita la adopción de herramientas y métodos innovadores como medio para llegar a las comunidades y poblaciones como las escuelas, colegios y/o instituciones educativas y, a su vez, la construcción de entornos y ambientes saludables que propicien el intercambio de saberes y evidencien acciones en materia de salud.

Por lo anterior, el programa de Nutrición y Dietética de la Universidad Mariana, comprometido con la estrategia de entornos educativos saludables establecida por el Ministerio de Educación Nacional, realizó articulación con la Institución Educativa Municipal Liceo José Félix Jiménez, sedes Maridíaz y Madre Caridad, con el fin de llevar a cabo la Feria de Cultura Alimentaria, Salud y Ciencia de los Alimentos, realizada el día 05 de mayo de 2023 con la participación de los estudiantes de primero y tercer semestres, siendo un espacio de interacción con la comunidad estudiantil desde los grados de transición a quinto, al igual que el cuerpo docente de las instituciones, donde se participó con la exposición de casetas culturales, de salud y exposición alimentaria, cuyo propósito fue brindar información relacionada con temáticas sobre hábitos y estilos de vida saludable, cultura y alimentos de las regiones nariñenses.

Para la realización de las casetas se dividió a los grupos para que hicieran la actividad de manera simultánea en las dos sedes: el grupo de estudiantes de Nutrición y Dietética de primer semestre fue el responsable a través de los cursos de Cultura alimentaria y Ciencia de los alimentos, de efectuar la exposición de las casetas culturales, donde presentaron las regiones de Nariño y una muestra gastronómica representativa de la región. Por su parte, los estudiantes de tercer semestre, por medio del curso de Promoción de la salud y Prevención de la enfermedad, fueron los responsables de las casetas de salud relacionadas con hábitos y estilos de vida saludable.

**Figura 1**

*Caseta de actividad física e hidratación*



Fuente: Stephanie Carolina Realpe López.

**Figura 2**

*Caseta de actividad física e hidratación*



Fuente: Stephanie Carolina Realpe López.

**Figura 3**

*Caseta de higiene y autocuidado personal*



Fuente: Stephanie Carolina Realpe López.

Finalmente, se resalta el compromiso y participación del programa de Nutrición y Dietética en los entornos escolares, consolidando momentos de aprendizaje mutuo que permiten mantener vigente la cultura alimentaria característica de la región nariñense y la motivación por la adquisición de herramientas que empoderen a los más pequeños sobre una adecuada salud para ejercer prácticas adecuadas en su día a día.

#### **Agradecimientos:**

A la docente Diana Paola Ortiz, por su colaboración en el laboratorio de técnica dietética y ciencia de los alimentos de la sede Alvernia de la Universidad Mariana.

A las directivas y comunidad educativa de la Institución Educativa Municipal Liceo José Félix Jiménez, sedes Maridáz y Madre Caridad, por los espacios de cooperación académica.

A los estudiantes del programa de Nutrición y Dietética de primero y tercer semestres, periodo A-2023, por su disposición y compromiso en la ejecución de dicha actividad.

#### **Referencias**

Hernández-Sarmiento, J. M., Jaramillo-Jaramillo, L. I., Villegas-Alzate, J. D., Álvarez-Hernández, L. F., Roldan-Tabares, M. D., Ruiz-Mejía, C., Calle-Estrada, M. C., Ospina-Jiménez, M. C. y Martínez-Sánchez, L. M. (2020). La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. *Archivos de Medicina (Col)*, 20(2), 490-504. <https://doi.org/10.30554/archmed.20.2.3487.2020>