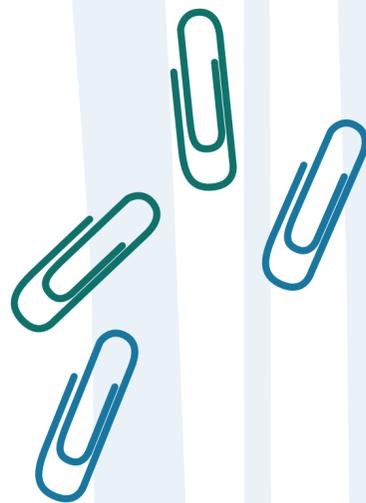


# CURSOS VIRTUALES

## ABRAMOS LA LONCHERA



# ¿Por qué es importante aprender cómo construir un entorno escolar alimentario saludable?

1. Porque las cifras indican que los escolares no están alimentándose adecuadamente :

9 de cada 10 escolares (86,9%) no consumen la cantidad de frutas y verduras recomendadas por la Organización Mundial de la Salud

3 de cada 4 consumen bebidas azucaradas (74,0%) y 4 de cada 5 escolares en Colombia consumen productos de paquete

• 1. Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). Encuestas Nacionales de Salud Escolar. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Panorama-de-la-salud-de-los-escolares-en-Colombia.aspx>  
• 2. Red PaPaz (2020). II Estudio de Actitudes, Percepciones y Comportamientos. <https://www.redpapaz.org/ii-estudio-de-actitudes-percepciones-y-comportamientos-frente-a-politicas-publicas-para-protger-el-derecho-a-la-alimentacion-adecuada/>

2. Porque hay mucho por aportar a las condiciones alimentarias del entorno escolar:

- Es alta la oferta de productos no saludables en los colegios. En el 79% se venden todos los días.

- La oferta de frutas en los colegios es baja, en el 58.15% no se venden frutas o verduras. La oferta de productos ultraprocesados es hasta tres veces más alta que la de frutas.

- En el 46.55% de los colegios no hay ofertas que permitan que los niños puedan disminuir el consumo de bebidas azucaradas.

- El 66.52% de los padres, madres o cuidadores está muy de acuerdo con poner limitaciones a las ventas de productos ultraprocesados en los entornos escolares



Ante esta realidad Red PaPaz ha desarrollado el Modelo “**Abramos la Lonchera**” con el ánimo de aportar en el mejoramiento de los entornos escolares como ambientes protectores del derecho a la alimentación y nutrición adecuadas de niñas, niños y adolescentes.

Con los cursos Abramos la Lonchera, Red PaPaz busca transferir de manera sencilla y práctica la manera en que se pueden aplicar los 4 componentes del Modelo:

1. Una **comunidad educativa activa** con una **ruta metodológica** clara
2. Un **entorno escolar libre de publicidad** de productos ultraprocesados
3. **Acciones pedagógicas** que fomenten prácticas alimentarias saludables
4. Una **oferta de alimentos y bebidas saludables** en el entorno escolar

## CURSO VIRTUAL “**ABRAMOS LA LONCHERA: ALIMENTACIÓN SALUDABLE**”

Con este curso se pueden adquirir conocimientos y herramientas de manera individual que permitirán que la persona que lo tome pueda aportar a la construcción de entornos escolares alimentarios saludables.



## ¿A quién está dirigido este curso?

Este curso está dirigido a cualquier adulto que haga parte de una comunidad escolar. Esto incluye a cualquier persona que sea:

- Madre, padre o cuidador de una niña, niño o adolescente
- Docente escolar
- Profesional de la salud o de las ciencias sociales que trabaje en un entorno escolar (orientadores, enfermeros, médicos, nutricionistas, trabajadores sociales, etc)
- Trabajador del ambiente alimentario o tienda escolar (manipuladores de alimentos, cocineros, tenderos, etc.)
- Trabajador de servicios generales



## ¿Qué temas se incluyen en este curso?

- Situación nutricional en Colombia
- En qué consiste una alimentación y nutrición adecuadas
- Importancia de una alimentación y nutrición adecuadas en niñas, niños y adolescentes.
- Cómo promover una alimentación adecuada en el entorno escolar
- Marco normativo sobre alimentación



## ¿Qué intensidad horaria tiene este curso?

La intensidad horaria de este curso es de 21 horas, lo que sugiere una dedicación de aproximadamente 2 horas durante 10 días. Sin embargo, quien tome el curso contará con dos meses a partir del inicio de este para finalizarlo.

## ¿Qué incluye este curso?

- Contenidos actualizados basados en la mejor evidencia disponible
- Videos interactivos con explicaciones de los temas expuestos
- Documentos en PDF descargables al final de cada unidad con información relevante.
- Herramientas para poner en práctica en familia e instituciones educativas relacionadas con una alimentación y nutrición adecuada

## ¿Qué costo tiene este curso?

El curso tiene un costo de

\$100.000 + IVA

### o Esto incluye:

- Acceso a todos los contenidos
- Certificado de asistencia expedido por Red PaPaz
- Certificado digital expedido por Xertify utilizando tecnología blockchain

También es posible acceder a los contenidos del curso de forma gratuita, pero en este caso no se recibe certificación.

## FORMACIÓN VIRTUAL EN EL MODELO “ABRAMOS LA LONCHERA: MODELO ENTORNOS”

Esta formación virtual tiene como propósito apoyar a las Instituciones Educativas para que puedan convertirse o consolidarse como entornos escolares alimentarios saludables.



La formación incluye el acceso a dos cursos:

- Curso virtual 1 “Abramos La Lonchera: Modelo entornos”
- Curso virtual 2 “Abramos la Lonchera: Alimentación saludable”

### ¿A quiénes están dirigidos estos cursos?

#### Curso virtual 1 “Abramos La Lonchera: Modelo entornos”

Este curso está dirigido a rectores, directivos, docentes, administrativos y personal de la tienda escolar o ambiente alimentario con responsabilidades directivas o administrativas.

Para cumplir el propósito de la formación virtual, este curso debe ser tomado por 5 personas de la comunidad escolar. Red PaPaz sugiere que los 5 cupos se distribuyan así:

#### Número de cupos

#### Rol o cargo

1.

Rector, directivo docente o director administrativo

3.

Docentes de cualquier asignatura, preferiblemente un representante de preescolar, uno de primaria y uno de bachillerato

1.

Personal de la tienda escolar



## Curso virtual 2 “Abramos La Lonchera: Alimentación Saludable”

Este curso está dirigido a cualquier adulto que haga parte de una comunidad escolar (madre, padre, cuidador, docente, tendero, profesional de la salud, administrador, entre otros).

Para cumplir el propósito de la formación virtual, este curso debe ser tomado por 25 personas de la comunidad escolar. Red PaPaz sugiere que los 25 cupos se distribuyan así:

Número de cupos	Rol o cargo
10.	<p>Docentes de cualquier asignatura, preferiblemente representantes de preescolar, primaria y bachillerato.</p> <p><i>(Diferentes a los docentes que tomen el curso # 1)</i></p>

### Número de cupos

### Rol o cargo

1.

Profesional de la salud o de ciencias sociales

*(Médico, enfermero, nutricionista, psicólogo/orientador)*

11.

Madres, padres o cuidadores interesados en los temas alimentarios.

*(Representación de preescolar, primaria y bachillerato)*

1.

Personal de ambiente alimentario

*(Cocinero, manipulador de alimentos)*

1.

Personal auxiliar de tienda escolar

*(En caso de que solo exista una persona encargada de la tienda, se recomienda que tome esta tome el curso 1 y no este)*

1.

Personal de servicios generales

## ¿Qué temas se incluyen en esta formación virtual?

### Ambos cursos

Los cursos virtuales 1 y 2 de Abramos la Lonchera incluyen los siguientes temas:

Situación nutricional en Colombia

En qué consiste una alimentación y nutrición adecuadas

Importancia de la alimentación sana y la promoción de prácticas alimentarias saludables.



## Curso virtual 1 “Abramos La Lonchera: Modelo entornos”

o Adicionalmente incluye:

En qué consiste y cómo implementar el modelo de entorno escolar alimentario saludable “Abramos la Lonchera”, incluyendo un acompañamiento para realizar:

- Diagnóstico del entorno alimentario de la Institución Educativa
- Revisión de alternativas de solución
- Desarrollo de un plan de acción
- Desarrollo de un plan de seguimiento y evaluación

## Curso virtual 2 “Abramos La Lonchera: Alimentación saludable”

---

o Adicionalmente incluye:

**Cómo promover una alimentación adecuada en el entorno escolar**

**Marco normativo sobre alimentación**

### ¿Qué intensidad horaria tiene esta formación virtual?

## Curso virtual 1 “Abramos La Lonchera: Modelo entornos”

---

La intensidad horaria de este curso es de 24 horas, lo que sugiere una dedicación de 2 horas por 12 días, las cuales se recomienda completar en 2 semanas. Sin embargo, las personas que tomen el curso contarán con dos meses a partir del inicio del curso para finalizarlo.

## Curso virtual 2 “Abramos La Lonchera: Alimentación saludable”

---

La intensidad horaria de este curso es de 21 horas, lo que sugiere una dedicación de aproximadamente 2 horas durante 10 días, las cuales se recomienda completar en 2 semanas. Sin embargo, las personas que tomen el curso contarán con dos meses a partir del inicio de este para finalizarlo.



## ¿Qué costo tiene esta formación virtual?

Para  
Instituciones  
Educativas  
vinculadas a  
Red PaPaz:

\$1.950.000 + IVA

Para  
Instituciones  
Educativas  
vinculadas NO  
a Red PaPaz:

\$2.145.000 + IVA

### o Esto incluye:

- **5 cupos** al curso virtual 1 “Abramos la Lonchera: Modelo entornos”
- **25 cupos** al curso virtual 2 “Abramos la Lonchera: Alimentación saludable”
- **Certificado de asistencia** expedido por Red PaPaz para las 30 personas
- **Certificado digital** expedido por Xertify utilizando tecnología blockchain para las 30 personas

