

CURSO VIRTUAL

“Alimentación Saludable”



¿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-proteger-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 el curso virtual “Alimentación Saludable”, 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 “Alimentación Saludable”

Dirigido a personas interesadas en la alimentación saludable en el entorno escolar, particularmente miembros de instituciones educativas

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

Más información:

<http://bit.ly/Curso-alimentacion-saludable>

