



Guía de Estudio

# Seguridad Alimentaria en Niñas/os, la Familia y la Comunidad

Educación Inicial en Familia Comunitaria



© De la presente edición

**Colección:**

GUÍAS DE ESTUDIO - NIVELACIÓN ACADÉMICA

**DOCUMENTO:**

Unidad de Formación

Documento de Trabajo

Seguridad Alimentaria en las Niñas/os, la Familia y la Comunidad

**Coordinación:**

Dirección General de Formación de Maestros

Nivelación Académica

**Como citar este documento:**

Ministerio de Educación (2016). Guía de Estudio: Unidad de Formación

“Seguridad Alimentaria en las Niñas/os, la Familia y la Comunidad”, Equipo Nivelación Académica, La Paz Bolivia.

**LA VENTA DE ESTE DOCUMENTO ESTÁ PROHIBIDA**

Denuncie al vendedor a la Dirección General de Formación de Maestros, Telf. 2912840 - 2912841

NA



# **Seguridad Alimentaria en Niñas/os, la Familia y la Comunidad**

**Educación Inicial en Familia Comunitaria**





Puntaje

## Datos del participante

**Nombres y Apellidos:** .....

**Cédula de identidad:** .....

**Teléfono/Celular:** .....

**Correo electrónico:** .....

**UE/CEA/CEE:** .....

.....

**ESFM:** .....

**Centro Tutorial:** .....





# Índice

Presentación .....	7
Estrategia Formativa .....	8
Objetivo Holístico de la Unidad de Formación .....	10
Orientaciones para la Sesión Presencial .....	11
Materiales Educativos .....	12
Partiendo desde Nuestra Experiencia y el Contacto con la Realidad .....	13
 <b>Tema 1: La Seguridad Alimentaria Nutricional, Base del Desarrollo y Crecimiento de la Niña/o</b> .....	17
1. La alimentación y nutrición .....	17
3. Lactancia materna y alimentación complementaria .....	26
4. Importancia de la alimentación del menor de seis años y las siguientes etapas de la vida.....	30
5. Higiene personal, del entorno y manipulación de alimentos.....	32
6. El agua, elemento vital .....	36
7. Daños nutricionales en Bolivia .....	38
8. Evaluación nutrición .....	40
 <b>Tema 2. Soberanía Alimentaria Derecho Humano a la Alimentación Adecuada</b> .....	43
Profundización a partir del diálogo con los autores y el apoyo bibliográfico.....	44
1. Seguridad alimentaria .....	44
2. Cultura Alimentaria .....	46
3. Huertos escolares .....	48
4. Alimentación en situaciones de emergencia.....	50

Orientaciones para la Sesión de Concreción .....	53
Orientaciones para la Sesión de Socialización .....	57
Bibliografía .....	58
Anexo	



# Presentación

El proceso de Nivelación Académica constituye una opción formativa dirigida a maestras y maestros sin pertinencia académica y segmentos de docentes que no han podido concluir distintos procesos formativos en el marco del PROFOCOM-SEP. EL mismo ha sido diseñado desde una visión integral como respuesta a la complejidad y las necesidades de la transformación del Sistema Educativo Plurinacional.

Esta opción formativa desarrollada bajo la estructura de las Escuelas Superiores de Formación de Maestras/os autorizados, constituye una de las realizaciones concretas de las políticas de formación docente, articuladas a la implementación y concreción del Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo (MESCP), para incidir en la calidad de los procesos y resultados educativos en el marco de la Revolución Educativa con 'Revolución Docente' en el horizonte de la Agenda Patriótica 2025.

En tal sentido, el proceso de Nivelación Académica contempla el desarrollo de Unidades de Formación especializadas, de acuerdo a la Malla Curricular concordante con las necesidades formativas de los diferentes segmentos de participantes que orientan la apropiación de los contenidos, enriquecen la práctica educativa y coadyuvan al mejoramiento del desempeño docente en la UE/CEA/CEE.

Para apoyar este proceso se ha previsto el trabajo a partir de Guías de Estudio, Dossier Digital y otros recursos, los cuales son materiales de referencia básica para el desarrollo de las Unidades de Formación.

Las Guías de Estudio comprenden las orientaciones necesarias para las sesiones presenciales, de concreción y de socialización. En función a estas orientaciones, cada tutora o tutor debe enriquecer, regionalizar y contextualizar los contenidos y las actividades propuestas de acuerdo a su experiencia y a las necesidades específicas de las y los participantes.

Por todo lo señalado se espera que este material sea de apoyo efectivo para un adecuado proceso formativo, tomando en cuenta los diferentes contextos de trabajo y los lineamientos de la transformación educativa en el Estado Plurinacional de Bolivia.

Roberto Iván Aguilar Gómez  
**MINISTRO DE EDUCACIÓN**

# Estrategia Formativa

El proceso formativo del Programa de Nivelación Académica se desarrolla a través de la modalidad semipresencial según calendario establecido para cada región o contexto, sin interrupción de las labores educativas en las UE/CEA/CEEs.

Este proceso formativo, toma en cuenta la formación, práctica educativa y expectativas de las y los participantes del programa, es decir, maestras y maestros del Sistema Educativo Plurinacional que no concluyeron diversos procesos formativos en el marco del PROFOCOM-SEP y PPMI.

Las Unidades de Formación se desarrollarán a partir de sesiones presenciales en periodos intensivos de descanso pedagógico, actividades de concreción que la y el participante deberá trabajar en su práctica educativa y sesiones presenciales de evaluación en horarios alternos durante el descanso pedagógico. La carga horaria por Unidad de Formación comprende:

SESIONES PRESENCIALES	CONCRECIÓN EDUCATIVA	SESIÓN PRESENCIAL DE EVALUACIÓN	80 Hrs. X UF
24 Hrs.	50 Hrs.	6 Hrs.	

## FORMACIÓN EN LA PRÁCTICA

Estos tres momentos consisten en:

**1er. MOMENTO (SESIONES PRESENCIALES).** Parte de la experiencia cotidiana de las y los participantes, desde un proceso de reflexión de su práctica educativa.

A partir del proceso de reflexión de la práctica de la y el participante, la tutora o el tutor promueve el diálogo con otros autores/teorías. Desde este diálogo de la y el participante retroalimenta sus conocimientos, reflexiona y realiza un análisis comparativo para generar nuevos conocimientos desde su realidad.


**2do. MOMENTO (CONCRECIÓN EDUCATIVA).** Durante el periodo de concreción de la y el participante deberá poner en práctica con sus estudiantes o en su comunidad educativa lo trabajado (contenidos) durante las Sesiones Presenciales. Asimismo, en este periodo de la y el participante deberá desarrollar procesos de autoformación a partir de las orientaciones de la tutora o el tutor, de la Guía de Estudio y del Dossier Digital de la Unidad de Formación.

**3er. MOMENTO (SESIÓN PRESENCIAL DE EVALUACIÓN).** Se trabaja a partir de la socialización de la experiencia vivida de la y el participante (con documentación de respaldo); desde esta presentación de la tutora o el tutor deberá enriquecer y complementar los vacíos y posteriormente evaluar de forma integral la Unidad de Formación.



# Objetivo Holístico de la Unidad de Formación

Una vez concluida la sesión presencial (24 horas académicas), el participante deberá construir el objetivo holístico de la presente unidad de formación, tomando en cuenta las cuatro dimensiones.



# Orientaciones para la Sesión Presencial



Estimada/o tutor y participante, para emprender el desarrollo del proceso formativo es fundamental tomar en cuenta la organización del ambiente, de manera que sea un espacio propicio y adecuado para el avance de las actividades propuestas en la presente Guía de Estudio.

Como punto de partida para la sesión presencial, encontrarás una actividad titulada “Partiendo de la experiencia y el contacto con la realidad”, cuyo objetivo es que exteriorices tus saberes y conocimientos a partir de tu experiencia y realidad socio-educativa en relación a la Unidad de Formación.

El siguiente proceso por ser de carácter formativo y evaluable, las/los participantes trabajarán en la diversidad de actividades teóricas/prácticas programadas para el siguiente conjunto de temas:

- La seguridad alimentaria nutricional, base del desarrollo y crecimiento de la niña/o
- Soberanía alimentaria, derecho humano a la alimentación adecuada

Las cuales se trabajarán en base a la Profundización a partir del diálogo con los autores y el apoyo bibliográfico, por lo que será importante remitirse constantemente al material bibliográfico (dossier digital) que se les ha proporcionado, puesto que nos ayudará a tener una visión más amplia y clara de lo que se trabajará en toda la Unidad de Formación, logrando en las maestras y maestros una autoformación pertinente, permitiéndoles poner en práctica los conocimientos adquiridos a favor de las niñas y niños.



# Materiales Educativos

Descripción del Material/recurso educativo	Producción de conocimientos
Audiovisual.	Permitirá conocer más acerca de los diferentes temas , visualizando presentaciones, los cuales nos llevará a construir contabilizaciones y desarrollar reflexiones.
Material de escritorio (papeles o cartulinas de colores, lápices y marcadores).	Fortalecimiento de la creatividad en la construcción de materiales de aprendizaje que permanezca como recurso disponible en futuro.
Cuestionarios.	Análisis y reflexión del contexto, a través de la identificación de problemas.
Variedad de alimentos, como frutas, ensaladas y tubérculos.	Aprenderemos sobre los beneficios que aportan a nuestro cuerpo.
Contexto.	Nos permitirá recavar información y conocer más acerca del tema.

## Partiendo desde Nuestra Experiencia y el Contacto con la Realidad.



La tutora o tutor deberá buscar con anticipación un espacio donde se encuentre un sembradío de hortalizas. Posteriormente organizará a las y los participantes para visitar el lugar, allí se desarrollarán las siguientes preguntas:

¿Cuál es la finalidad e importancia de los sembradíos?

---

---

---

---

---

---

¿Saben el procedimiento de cómo, cuándo y dónde sembrar?

---

---

---

---

---

---

¿Creen que es pertinente que estos conocimientos estén dentro del proceso formativo de las niñas y niños?

---

---

---

---

---

---



¿Cómo beneficiaría a las niñas, niños el conocer y aprender a sembrar?

.....

.....

.....

.....

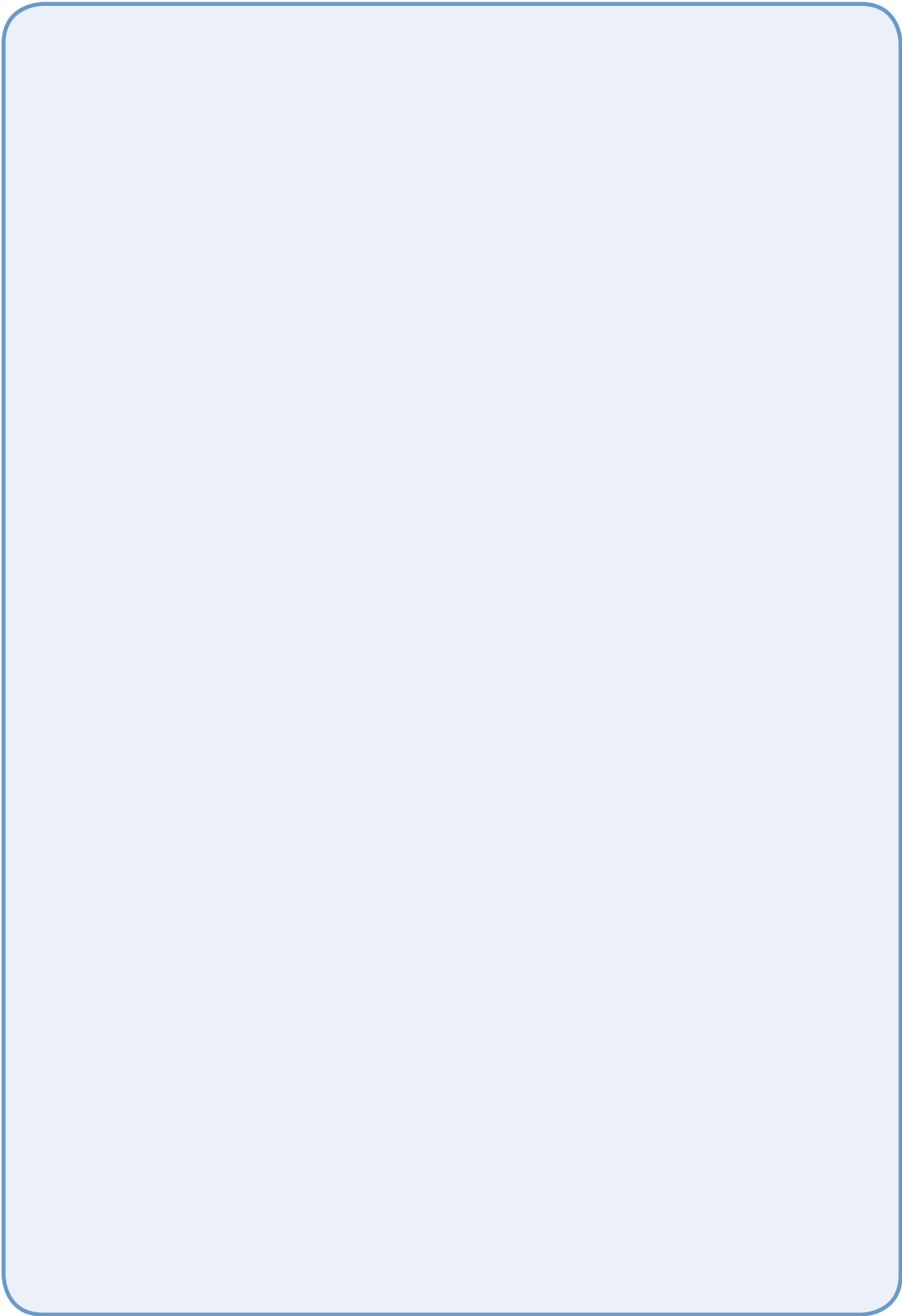
.....

Posteriormente pedimos al dueño del lugar que nos enseñe a sembrar las hortalizas, para así poder rescatar este conocimiento y compartirlo con nuestras/os estudiantes.

A partir de ello, responde a la siguiente pregunta:

En la unidad educativa donde desempeñas tu rol de maestra o maestro, ¿existen huertos donde las niñas y niños participan? ¿Cómo son?. Si no cuentan con ellos, redacta brevemente un proyecto que quisieras implementar en tu Unidad Educativa sobre los huertos escolares.





A continuación presentamos una variedad de alimentos entre frutas, ensaladas, etc. A partir de ello, respondemos las siguientes preguntas:

¿Cuál es la diferencia entre alimentación y nutrición?

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cuáles son los beneficios que aporta a nuestro cuerpo cada alimento que observamos?

.....

.....

.....

.....

.....

¿Qué es una alimentación saludable?

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cómo enseñarías a tus estudiantes a elegir y diferenciar entre un alimento saludable y otro nocivo?

.....

.....

.....

.....

.....



# Tema 1

## La Seguridad Alimentaria Nutricional, Base del Desarrollo y Crecimiento de la Niña/o



Según la imagen, qué tipo de alimentación crees que deberían tener las personas, especialmente las niñas y niños.

La seguridad alimentaria significa el acceso seguro de las personas a los diferentes alimentos, cual les permitirá llevar una vida sana y activa.

Las y los maestros de Educación Inicial en Familia Comunitaria deben estar conscientes que en la infancia es donde se moldea las conductas que dañan la salud, por ello, esta etapa resulta adecuada para tratar de potenciar los estilos de vida saludables. Los hábitos alimenticios deben ser

generados desde las primeras etapas del crecimiento por la importancia fisiológica y social que la alimentación tiene en nuestros días.

Es fundamental vigilar la alimentación de la niña y niño, para que ésta se lleve a cabo de la forma más equilibrada posible. La etapa de la lactancia y la educación alimentaria son básicas para el desarrollo inmediato a futuro, ya que tienen gran importancia en la prevención de posteriores enfermedades, además dará pautas de hábitos alimenticios a lo largo de la vida.

### Profundización a partir del diálogo con los autores y el apoyo bibliográfico

#### 1. La alimentación y nutrición

Para que exista un buen funcionamiento de nuestro organismo, debemos contar con una alimentación y nutrición adecuada, pero ¿qué significan estas dos palabras?

- Alimentación: Es el conjunto de procesos voluntarios, educable que permite la elección, preparación e ingestión de los alimentos.

- No se debe confundir alimentación con nutrición, ya que esta última se da a nivel celular y la primera es la acción de ingerir un alimento. A continuación te invitamos a leer el texto (Anónimo, s/f), **“Nutrición y metabolismo”** (Pág. 1-3), concluida la lectura, responde a las siguientes preguntas:

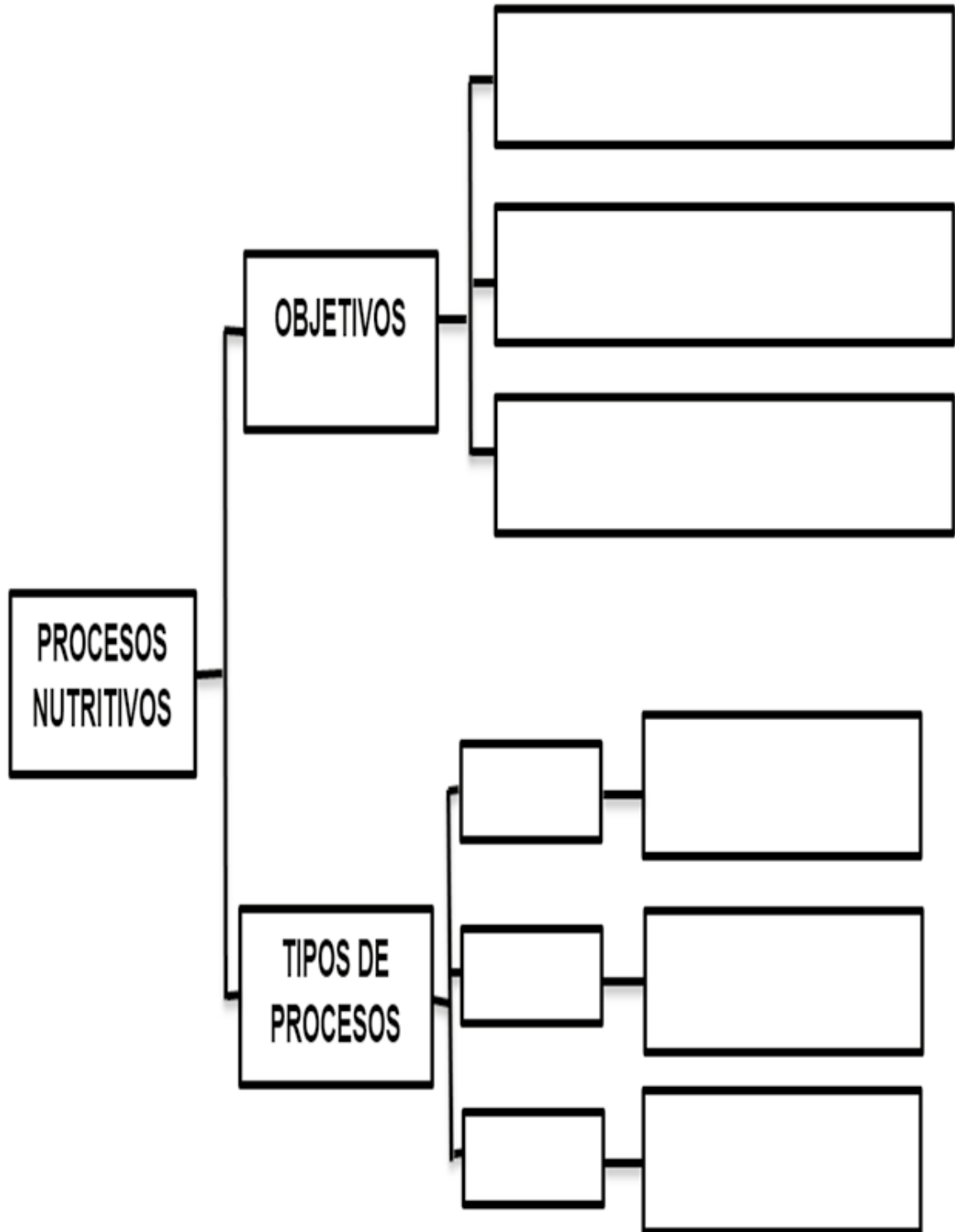
## ¿Cuál es la relación que tiene la alimentación y nutrición?

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Desde tu punto de vista, ¿cómo interpretas el tipo de alimentación y nutrición de las niñas, niños de Bolivia?

[illegible]

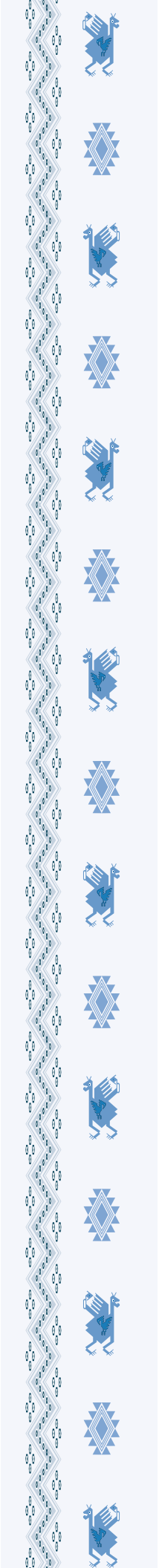
Una vez concluidas tus respuestas, completa el siguiente mapa conceptual:



Posteriormente deberás completar la siguiente tabla con una definición y ejemplos de la misma:

Tipos de Nutrición	Definición	Ejemplo
Nutrición Autótrofa		
Nutrición Heterótrofa		

Ahora que ya conoces sobre los procesos nutritivos, te proponemos observar el video **“La alimentación como parte de la nutrición”**, (00:01:05-05:48 min.), la misma nos revelará la transformación que sufren los alimentos para convertirse en nutrientes, posteriormente deberás realizar una breve síntesis de manera grafica y conceptual, en el siguiente cuadro:



Finalmente para ampliar nuestros conocimientos, observamos el video **“Nutrición- Alimentación Saludable”**, (00:01- 10:11 min.), el cual nos permitirá reflexionar sobre la importancia de tener buenos hábitos de alimentación, culminando te pedimos responder las siguientes preguntas:

¿En qué consiste tener una alimentación saludable?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Por qué es importante que las niñas y niños aprendan a tener una alimentación saludable?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Qué pasa cuando no le damos los nutrientes necesarios al cuerpo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

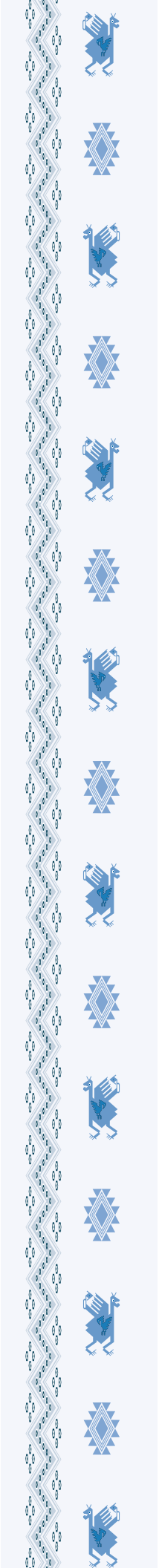
.....

.....

.....

Seguidamente deberás completar el significado de cada palabra, de acuerdo al siguiente cuadro:

ALIMENTACIÓN SALUDABLE	
Proteínas	
Vitaminas	
Minerales	
Carbohidratos	
Grasas	
Agua	



## 2. La alimentación de las mujeres en periodo de embarazo y lactancia

En la etapa del embarazo, las necesidades nutricionales de la mujer aumentan considerablemente, su alimentación deberá proveer todos los elementos necesarios para que el óvulo fertilizado se convierta en un feto y posteriormente éste en un bebe sano. A medida que la mujer se nutre durante esta etapa, también sustenta al feto que se encuentra en crecimiento y a la placenta que se une al embrión por el cordón umbilical en el útero. Al mismo tiempo su tejido mamario se prepara para la lactancia.

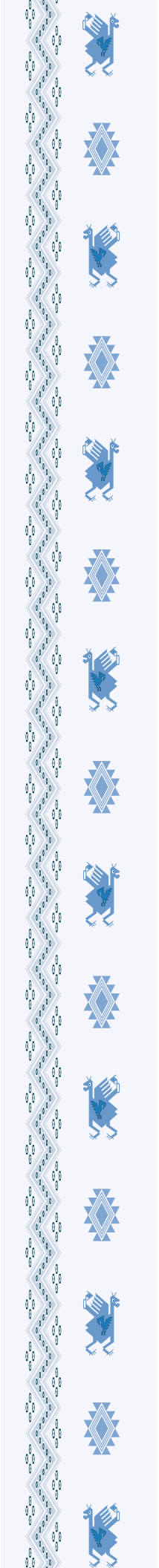
Profundiza tus conocimientos a partir de la lectura (INCAP, s/f), ***“Alimentación de la mujer embarazada y lactante”***, (Pág. 1 - 32), y seguidamente desarrolla las siguientes actividades:

A partir de la lectura, anota con tus palabras cinco características relevantes que una mujer pasa en la etapa de embarazo:

Características:

En la siguiente tabla, describe y realiza una recomendación sobre los problemas de nutrición y digestivos que se pasa durante el embarazo:

Problema	Descripción	Recomendación
Nauseas		
Vómitos		
Hiperemesis Gravídica		
Pirosis o acidez Gástrica		
Estreñimiento		
Sobrepeso		



Terminada la tabla, en el siguiente cuadro anota los principales nutrientes que se debe consumir durante la etapa de embarazo. ¿Por qué?

Para finalizar el contenido, desarrolla la siguiente actividad:

CONSEJOS PARA LA MUJER EMBARAZADA	CONSEJOS PARA LA MUJER LACTANTE



### 3. Lactancia materna y alimentación complementaria

La lactancia materna es la mejor opción de alimentación para la o el recién nacido, aporta los nutrientes necesarios, le previene de enfermedades, permitiéndole crecer sano y seguro, pero ante todo es un acto de amor, que proporciona estrechos vínculos afectivos entre la madre y su hijo.

A continuación te invitamos a revisar el texto (UNICEF, s/f), ***“Hacia la promoción y rescate de la lactancia materna”*** (Pág. 1-12), finalizada la lectura, responde las siguientes preguntas:

¿Cuál es el mejor alimento para el recién nacido? Justifica tu respuesta.

.....

.....

.....

.....

.....

En el contexto en el que vives ¿Qué significa la lactancia materna y cuál es la importancia que se le da?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Con que frecuencia debe amamantar la madre a su hija/o?

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cómo puede saber la madre si su hija/o recibe suficiente cantidad de leche?

.....

.....

.....

.....

.....



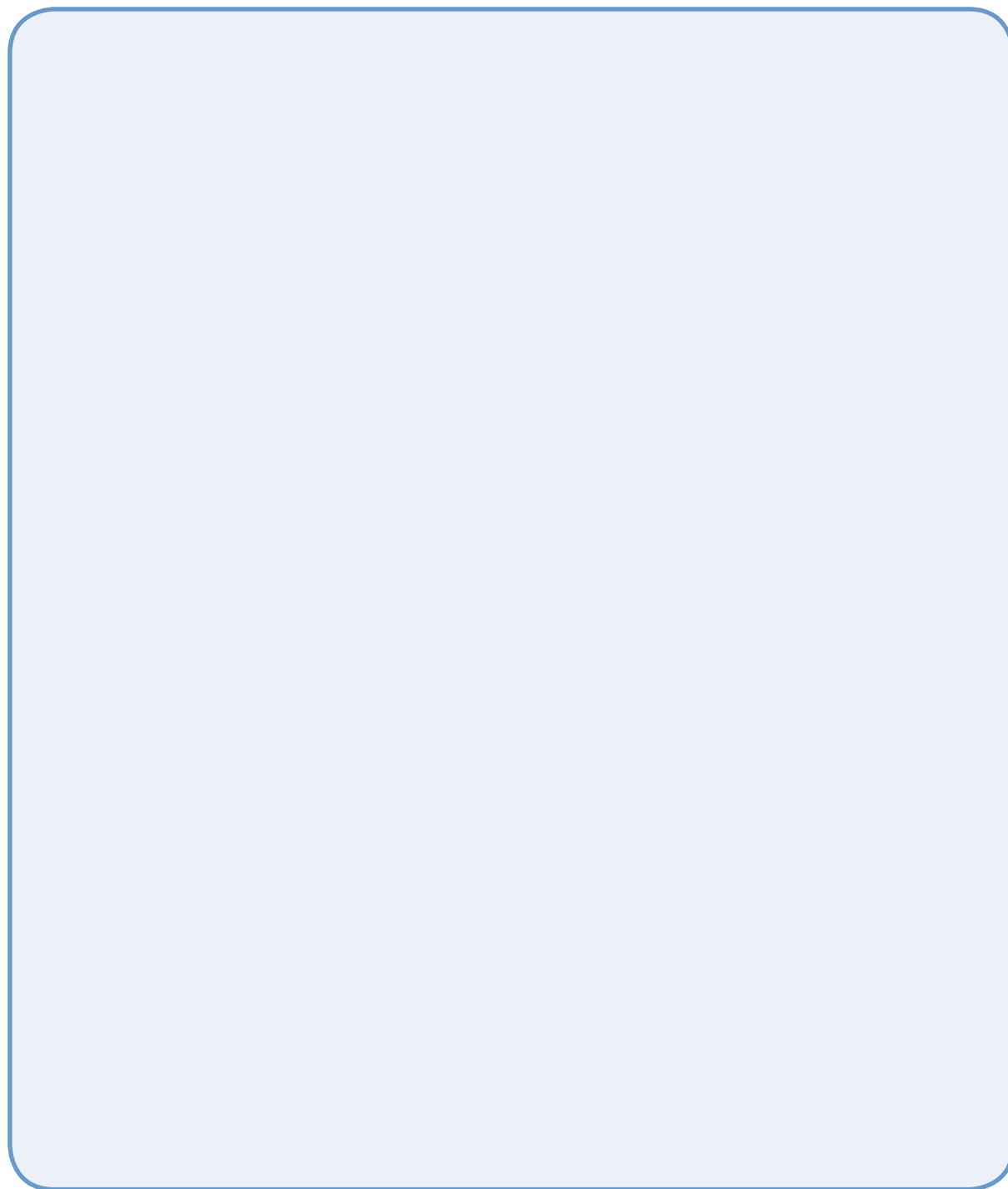
Una vez desarrolladas tus respuestas, deberás realizar en el siguiente cuadro, la producción de un texto sencillo, como por ejemplo un poema, cuento u otra forma de expresión que den a conocer la importancia de la lactancia materna.

A continuación la tutora o tutor deberá organizar tres equipos comunitarios de trabajo, los cuales deberán realizar un afiche sobre “Los beneficios que proporciona la leche materna”.

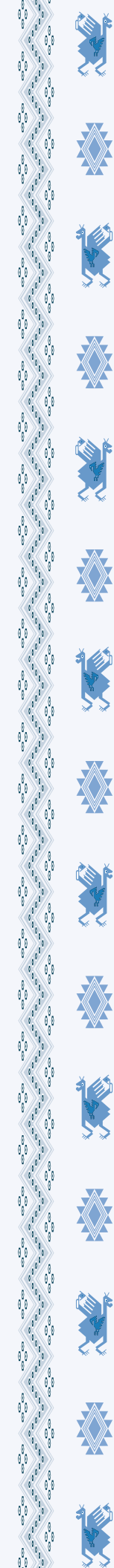


- Equipo 1.- Para la niña, niño.
- Equipo 2.- Para la madre.
- Equipo 3.- Para la familia.

Una vez culminada la actividad, sintetiza tu experiencia:



Ahora que ya sabemos la importancia que tiene la leche materna en los primeros meses del recién nacido, profundizaremos nuestros conocimientos en los alimentos complementarios



que la niña o niño empieza a consumir desde los seis meses para complementar al pecho, el cual seguirá siendo la base fundamental de la alimentación del lactante hasta su año aproximadamente.

A continuación observamos el video ***“Lactancia materna y alimentación complementaria”***, (00:001- 05:41min.), a partir de ello, realizamos una lluvia de ideas, donde daremos a conocer desde nuestras culturas y contexto la importancia de la “lactancia materna y la alimentación complementaria” y concluimos redactando en el cuadro una breve síntesis de esta actividad:



#### 4. Importancia de la alimentación del menor de seis años y las siguientes etapas de la vida.

Observamos la siguiente imagen e interpretamos lo que nos quiere transmitir:



La infancia es una etapa significativa de la vida, ya que en ella se originan cambios en forma constante, por ello es esencial tener en cuenta la importancia de la alimentación infantil. A partir de una nutrición sana, equilibrada y completa, la niña/o podrá lograr un mejor desarrollo tanto corporal como intelectual.

Bajo estas consideraciones nos remitimos al texto, (UNICEF, 2010), ***“Alimentación y nutrición del niño pequeño”***, (Pág. 6-9), en base a lo leído, respondemos las siguientes interrogantes:

¿Cómo maestra o maestro de Educación Inicial en Familia Comunitaria, por qué debemos estar enfocados en el tema de la alimentación del menor de seis años?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Qué consecuencias trae a futuro para la niña y niño una mala alimentación?

Finalizada tu respuesta, deberás plantearte en el siguiente cuadro un problema que observes en tu contexto en base al contenido.



## 5. Higiene personal, del entorno y manipulación de alimentos

La higiene es un conjunto de prácticas y conductas dirigidas a mantener condiciones de limpieza y aseo que favorecen a la salud, para profundizar nuestros conocimientos, te invitamos a leer el texto de (Anónimo, s/f) ***“Alimentos e higiene, hábitos de higiene personal y del medio”***, (Pág. 143 – 156), a partir de ello, respondemos las siguientes preguntas:

¿Qué es la higiene personal y cómo nos beneficia?

¿Cómo nos beneficia la higiene en el entorno y cómo nos perjudica?



A continuación, desarrolla una reflexión en base a las dos imágenes que se observa.



--	--



Posteriormente, la tutora o tutor deberá organizar varios equipos de trabajo comunitario según a la cantidad de participantes que haya, allí deberán compartir su trabajo individual y harán un listado de las diferencias encontradas en cada ilustración. Luego darán a conocer las causas y consecuencias de cada una de las prácticas, ya sean buenas o malas.

Práctica	Causa	Consecuencia
La niña y niño hace popó en el patio.	No hay letrina.	Contaminación del ambiente.

Finalmente, nos autoevaluamos llenando el siguiente cuadro:

Yo soy capaz de ...		S	F	N
1	Reconocer las diferentes prácticas de higiene personal, y del entorno.			
2	Identificar las prácticas de higiene en la escuela.			
3	Identificar las cinco claves para la inocuidad de los alimentos.			
4	Bañarse diariamente o al menos tres veces a la semana.			
5	Cambiar a diario su ropa interior y exterior.			
6	Hacer su aseo bucal a diario, luego de cada comida.			
7	Mantener su pelo peinado y ordenado.			
8	Participar en las actividades grupales de aseo del ambiente y de los baños de la escuela.			
9	Apoyar el desarrollo de labores de aseo de su vivienda.			
10	Enseñar a las madres y padres de familia lo aprendido en relación con la higiene.			

Donde S: siempre F: frecuentemente N: nunca

## 6. El agua, elemento vital

Para los seres vivos en general el agua, es un elemento importante y vital, pues no sólo es parte integrante de su estructura física orgánico-molecular, sino que además le sirve para realizar una infinidad de actividades. A continuación profundizamos nuestros conocimientos con el texto (AYSA, s/f), ***“El agua, un elemento fundamental para la vida”*** (Pág. 1-3), posteriormente, de acuerdo a la lectura, llena los siguientes cuadros:

	El agua en el mundo
El agua en el organismo	
	Algunos datos para tener en cuenta

¿Cuál es la importancia que tiene el agua en nuestro planeta?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



¿Qué estrategias utilizarías para trabajar el cuidado del agua con tus estudiantes?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Inmediatamente concluida la anterior actividad, te invitamos a revisar el video, ***“Cuida el agua: estas a tiempo”***, (00:001-05:01 min.). A partir de lo observado, realizamos una síntesis en el siguiente cuadro:

¡Ahora!, es momento de poner en práctica tu creatividad para la elaboración frases de concienciación sobre el cuidado del agua en los siguientes cuadros:



## 7. Daños nutricionales en Bolivia

Gran parte de la población boliviana desconoce sobre la importancia de la nutrición, por ello es que existe una variedad de enfermedades generadas por una inadecuada alimentación, entre ellas podemos citar a la diabetes, la obesidad y la anemia, entre otros. Profundizamos el tema con el texto (Morales, 1979), ***“Nutrición y rendimiento escolar en Bolivia”***, (Pág. 2-7), a partir de lectura, realizamos un breve ensayo sobre la importancia de la nutrición en nuestras niñas y niños.



TÍTULO:

INTRODUCCIÓN:

DESARROLLO:

CONCLUSIÓN:



## 8. Evaluación nutrición

La evaluación del estado nutricional es de carácter amplio. Desde el punto de vista de la medicina preventiva de un país, es fundamental conocer el estado nutricional del mayor porcentaje posible de su población, para posteriormente, poder hacer las intervenciones pertinentes en materia de salud pública. Otro punto de vista, es la evaluación específica en distintos grupos vulnerables como son las mujeres embarazadas, la infancia y las personas mayores.

Para profundizar nuestros conocimientos nos remitimos al video **“Capacitación en Antropometría”**, (00:01-14:24 min.), a partir de lo observado respondemos las siguientes preguntas:

¿Qué son las medidas antropométricas?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cuál es la importancia de medir y pesar a las niñas y niños de forma adecuada?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cuáles son las enfermedades recurrentes que pueden ocasionar una mala nutrición en las niñas y niños?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Ahora en los siguientes cuadros, sintetizamos las características de los indicadores antropométricos:

Peso/Edad

Peso/Talla

Talla/Edad

Finalmente redacta las características y el uso de los siguientes instrumentos de medición:

TALLÍMETRO:

INFANTÓMETRO:

BALANZA DE BANDEJA:

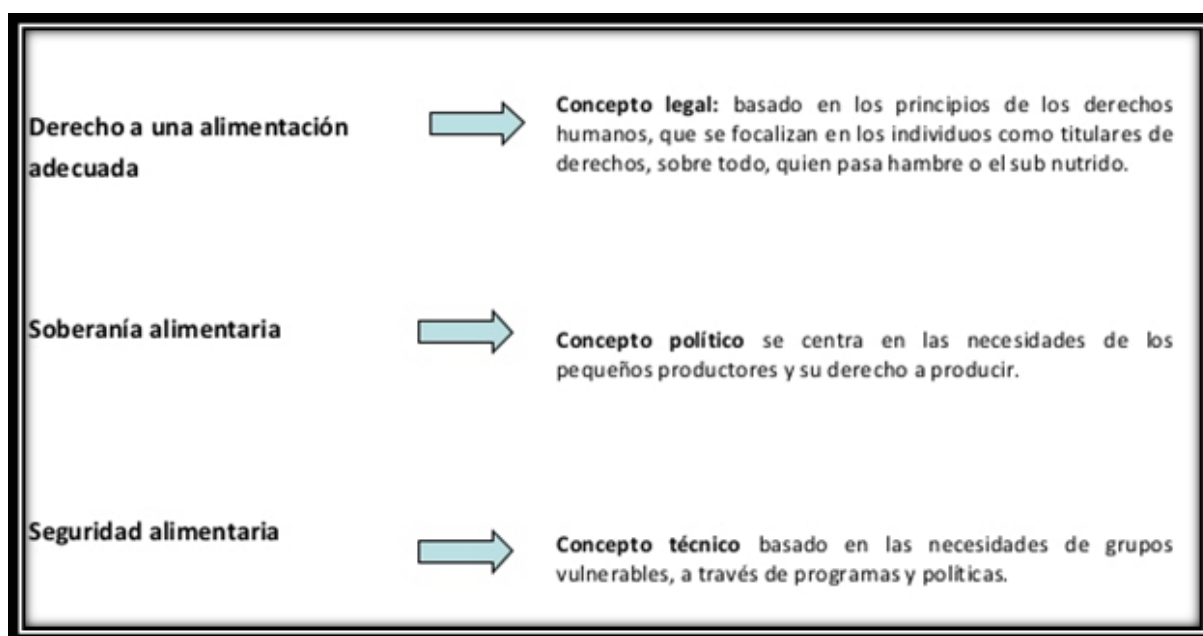
BALANZA DE PIE:

BALANZA MADRE-NIÑO:



## Tema 2

### Soberanía Alimentaria Derecho Humano a la Alimentación Adecuada



Cada Estado debe establecer políticas y estrategias para garantizar de manera permanente y con carácter de prioridad nacional “El Derecho a la Alimentación”, la seguridad alimentaria y nutricional de la población para el disfrute de una vida sana y activa.

Las maestras y maestros deben difundir y socializar sobre la soberanía alimentaria, ya que es un derecho de todas y todos los bolivianos. Debemos enseñar a las niñas y niños desde edades muy tempranas, prácticas que les permita elaborar y producir su propio alimento desde pequeños huertos escolares.

El conocimiento de la unidad de formación permitirá formar estudiantes basados en la práctica, permitiéndoles ser productores de una diversidad de alimentos. Las niñas y niños aprenderán a crear su propio espacio de cultivo y cuidarlo.

## Profundización a partir del diálogo con los autores y el apoyo bibliográfico

### 1. Seguridad alimentaria

La Seguridad Alimentaria en Bolivia es un tema de vital importancia, cada vez se evidencia más, que la población boliviana sufre los efectos de una alimentación insuficiente e inadecuada, la cual se expresa principalmente en las altas tasas de desnutrición. Para tener una visión más amplia del tema nos remitimos al texto (Aldurralde, 1996), ***“Seguridad Alimentaria en Bolivia”***, (Pág. 1 - 2).

Posteriormente describimos los factores determinantes de la seguridad alimentaria:

DISPONIBILIDAD:

ACCESO:

USO:



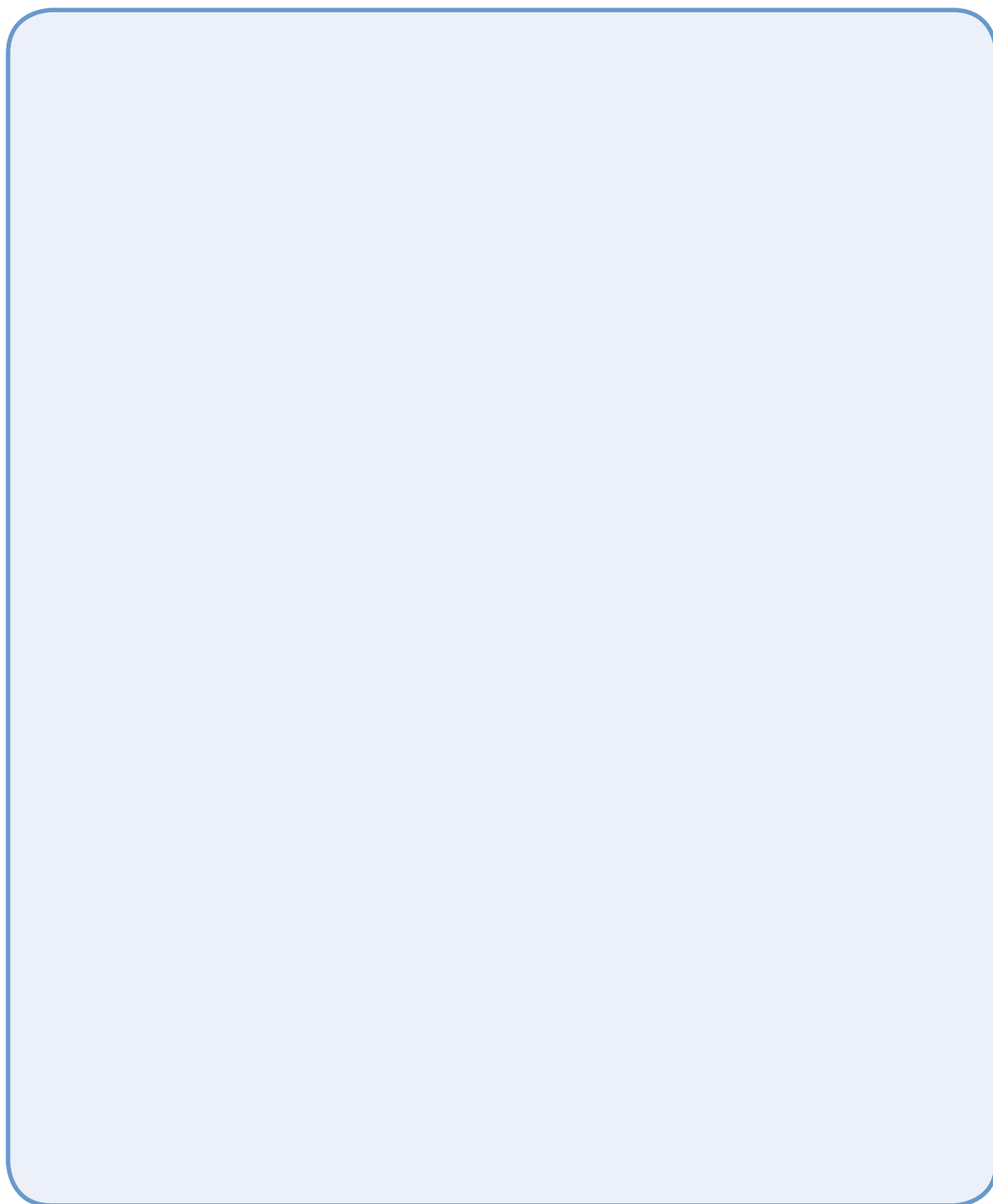
Explica. ¿Qué es lo que no se puede considerar como seguridad alimentaria?

¿Cuál es la disponibilidad de alimentos en Bolivia?



## 2. Cultura Alimentaria

La cultura alimenticia de un pueblo son las tradiciones y costumbres alimentarias que rigen la vida de la mayor parte de la población. Si las costumbres alimentarias son equilibradas, el pueblo tendrá un nivel nutricional adecuado en la mayoría de la población, profundizamos el contenido leyendo (Batalla, 2011) ***“Cultura alimentaria”*** (Pág. 53 - 56), a partir de la lectura elaboramos un mapa conceptual en el siguiente cuadro:



Finalizado tu mapa conceptual, revisa la lectura de (Grunbaum, s/f) “**Nutrinfo- La cultura alimenticia**”. (Pág. 1), y responde a la siguiente interrogante:

¿Cuál es la cultura alimentaria que existe en Bolivia según sus regiones?



3. Huertos escolares

Nuestro país, al igual que los demás, necesita mejorar la calidad y cantidad de la alimentación de sus pobladores. Es necesario fomentar a las escuelas del país para que existan huertos escolares que sirvan como espacios pedagógicos de las y los estudiantes. Al hacerlo, incentivaremos a la práctica de la producción ecológica, al mismo tiempo, a través de las y los estudiantes, promocionaremos los huertos familiares que tienen el potencial de mejorar la alimentación de miles de familias en el corto plazo, puesto que la mayoría de las hortalizas se cosechan en unos tres meses, por ello, nos remitimos a la lectura del libro (FAO, 2010) **“Nueva política de huertos escolares”** (Pág. 1 - 28), el cual será un apoyo para responder las siguientes preguntas:

PREGUNTAS	RESPUESTAS
¿Qué son los huertos escolares?	
¿Por qué, cómo y cuándo debemos implementar en nuestras unidades educativas huertos escolares?	
¿Cuáles son los beneficios de los huertos escolares?	
Nombra las necesidades y los enfoques de los huertos escolares	



Una vez que termines de responder las preguntas, observa el video ***“Escuelas vivas. Guía de orientación para la implementación y mantenimiento del huerto escolar”***, (00:01-17:54 min.), para luego redactar la idea central del mismo en el siguiente espacio:

Nos reunimos en tres equipos comunitarios de trabajo y realizamos un socio-drama que dé a conocer la importancia de los huertos escolares, finalizada la actuación redacta tu experiencia.

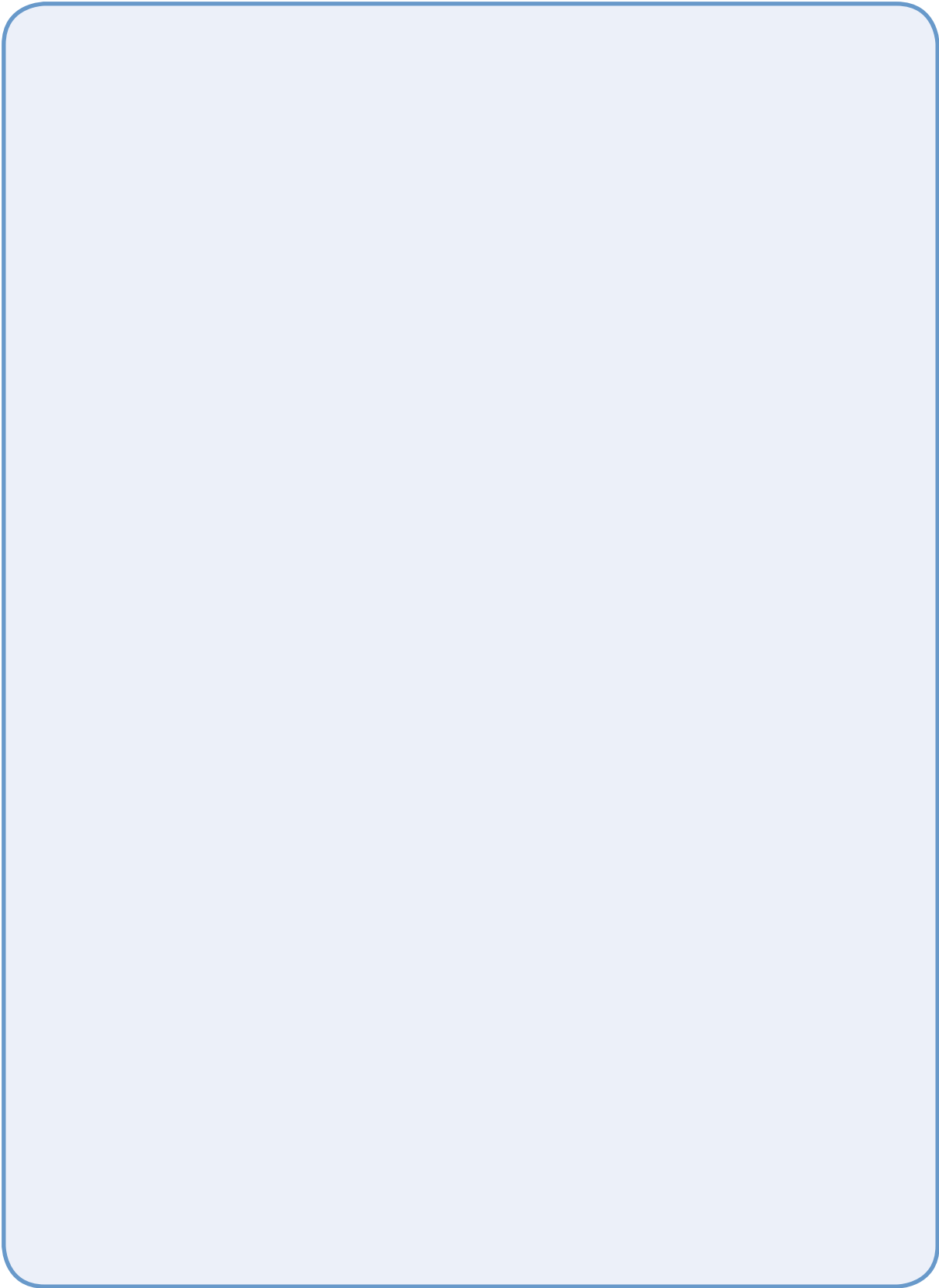


#### 4. Alimentación en situaciones de emergencia

Muchas veces llegan a los hospitales severos casos de niñas y niños en estado de desnutrición al extremo de perder la vida, por ello es importante que tú, como maestra o maestro de Educación Inicial en Familia Comunitaria, sepas como actuar si es que vez este tipo de casos en tu contexto y con tus mismos estudiantes; por ello nos remitimos a la lectura de (Anónimo, s/F) “**Alimentación y nutrición en situaciones de emergencia**”. (Pág. 1-7), posteriormente observaremos el video “**Nutrición en emergencias**”, (00:01 - 04:33 min.); a partir de ello en un pliego de cartulina todas y todos elaboramos una tabla que nos guíe en casos de emergencia alimentaria, como material de verificación deberás pegar en el siguiente espacio una imagen o foto de la tabla.



Finalmente, en el siguiente cuadro elabora una tabla sobre la dieta alimentaria que debería tener una niña o niño en situación de emergencia.





## Orientaciones para la Sesión de Concreción



Estimada y estimado participante, al momento de retornar a la Unidad Educativa, te recomendamos buscar con las niñas y niños, espacios apropiados para el sembrado de una diversidad de plantas alimenticias, la cual se denominará “Nuestro Huerto Escolar”.

Las y los estudiantes tendrán que ser los protagonistas, deberás enseñarles todos los pasos que deben realizar para el sembrado, cómo deben cuidarlas y cosecharlas (Puedes pedir a un padre de familia que sepa del tema para que te ayude a guiar la actividad).

Comprometerás a las madres y padres de familia, con el fin de apoyar la actividad, pidiendo que ayuden con semillas, abono y herramientas de trabajo.

Entre las pruebas de verificación, realizamos un diario de campo, en el cual relatarás lo más sobresaliente de esta experiencia, podrás abarcar seis hojas como mínimo y diez como máximo. También utilizarás una cámara fotográfica para capturar imágenes que muestren el trabajo que realizaste. Espacio para mostrar tus evidencias (trabajos, productos, fotografías, acta, entre otros). De la Guía de Estudio y la Actividad de Concreción.

Sistematizamos la experiencia

Handwriting practice area with 20 sets of horizontal lines (solid top and bottom lines with a dashed midline).



Handwriting practice area with 20 sets of three horizontal lines (top solid, middle dashed, bottom solid) on a light blue background.



En este espacio debes de adjuntas tus evidencias de concrecion



# Orientaciones para la Sesión de Socialización



Durante todo este proceso de formación planteado en la presente guía a través de diferentes actividades formativas, se debe tener como resultado la apropiación de los contenidos abordados.

La tutora o tutor a cargo deberá realizar la evaluación correspondiente a la Unidad de Formación “Seguridad alimentaria en las niñas, niños, la familia y la comunidad”, de acuerdo a los siguientes parámetros:

## **Evaluación de Evidencias**

- La tutora o tutor a cargo debe hacer la revisión correspondiente de todas las evidencias y actividades realizadas.
- También están las evidencias de la concreción, como: actas, videos, fotografías, diario de campo, Planes de Desarrollo Curricular, etc

## **Evaluación de la socialización de la concreción**

- Se debe socializar cómo y a partir de qué se hizo la articulación de los contenidos con la Malla Curricular, el Plan de Desarrollo Curricular y el Proyecto Sociocomunitario de la Unidad Educativa.
- El uso de los materiales y su adecuación a los contenidos.
- La aceptación e involucramiento de la comunidad en el trabajo realizado.
- El o los productos tangibles e intangibles, que se originaron a partir de la concreción.
- Conclusiones.

## **Evaluación Objetiva:**

Será una evaluación individual, en donde el participante debe tomar en cuenta todo lo relacionado con:

- La seguridad alimentaria nutricional base del desarrollo y crecimiento de la niña/o.
- Soberanía alimentaria derecho humano a la alimentación adecuada.



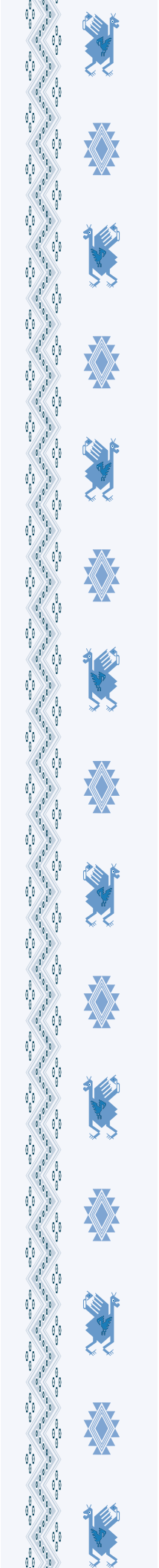
## Bibliografía

- A.A., (s/f). Nutrición y metabolismo. Fuente: URL:<http://www.aytotarifa.com/Aula%20abierta/Biologia/tema%205.pdf>.
- INCAP, (s/f). „Alimentación de la mujer embarazada y lactante”. Fuente: [www.incap.int/.../599-5-alimentacion-en-el-embarazo-y-la-lactancia-pdf](http://www.incap.int/.../599-5-alimentacion-en-el-embarazo-y-la-lactancia-pdf).
- UNICEF. (s/f). “Hacia la promoción y rescate de la lactancia materna”
- Morales, J. (1979). “Nutrición y rendimiento escolar en Bolivia”
- Batalla, M. (2011). “Cultura alimentaria”
- Grunbaum, R. (s/f). “Nutrinfo- La cultura alimenticia”.

## ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN INICIAL EN FAMILIA COMUNITARIA UNIDAD DE FORMACIÓN: SEGURIDAD ALIMENTARIA EN NIÑAS/OS, LA FAMILIA Y LA COMUNIDAD

Temas	Utilidad para la o el maestro	Aplicabilidad en la vida	Contenidos	Bibliografía de profundización
La seguridad alimentaria nutricional base del desarrollo y crecimiento de la niña/o	Las y los maestros de Educación Inicial en Familia Comunitaria deben estar conscientes que es la infancia donde se moldea las conductas que dañan la salud, por ello, esta etapa resulta adecuada para tratar de potenciar los estilos de vida saludables. Los hábitos alimenticios deben ser cuidados desde las primeras etapas del crecimiento por la importancia fisiológica y social que la alimentación tiene en nuestros días.	Es fundamental vigilar la alimentación de la niña y niño, para que esta se lleve a cabo de la forma más equilibrada posible. La etapa de la lactancia y la educación alimentaria son básicas para el desarrollo inmediato a futuro ya que tienen gran importancia en la prevención de posteriores enfermedades y darán la pauta de los hábitos alimenticios a lo largo de la vida. De aquí la importancia que hoy día está alcanzando la dietética y nutrición en edades tempranas.	<p><b>La alimentación y nutrición</b> Anónimo, (s/f). "Nutrición y metabolismo" (Pág. 1-3). video "La alimentación como parte de la nutrición", (00:01:05-05:48min) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=edhThLpninE">https://www.youtube.com/watch?v=edhThLpninE</a></p> <p>video "Nutrición- Alimentación Saludable", (00:00:1-10:11min), <a href="https://www.youtube.com/watch?v=GU8WfY9io4Y">https://www.youtube.com/watch?v=GU8WfY9io4Y</a></p> <p><b>La alimentación de las mujeres en período de embarazo y lactancia.</b> Incap, (s/f). ; Alimentación de la mujer embarazada y lactante", (Pág. 1 - 32).</p> <p><b>Lactancia materna y alimentación complementaria</b> UNICEF. (s/f). "Hacia la promoción y rescate de la lactancia materna" (Pág. 1-12). video "Lactancia materna y alimentación complementaria", <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zXUV6Z1QJY">https://www.youtube.com/watch?v=zXUV6Z1QJY</a></p> <p><b>Importancia de la alimentación del menor de 6 años y las siguientes etapas de la vida.</b> UNICEF. 2010. "Alimentación y nutrición del niño pequeño", (Pág. 6-9).</p> <p><b>Higiene personal, del entorno y manipulación de alimentos.</b> A.A. (s/f). "Alimentos e higiene, hábitos de higiene personal y del medio", (Pág. 143 – 156).</p> <p><b>El agua elemento vital.</b> AYSA. (s/f). "El agua, un elemento fundamental para la vida" (Pág. 1-3), video, "Cuida el agua: estas a tiempo", (00:00:1-05:01min.) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=j-W5piaU5M">https://www.youtube.com/watch?v=j-W5piaU5M</a></p> <p><b>Daños nutricionales en Bolivia.</b> Morales, Juan Antonio. 1979. "Nutrición y rendimiento escolar en Bolivia", (Pág. 2-7).</p> <p><b>Evaluación nutricional.</b> Video "Capacitación en Antropometría", (00:01-14:24min.) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YVAJn0kbhU">https://www.youtube.com/watch?v=YVAJn0kbhU</a></p>	<p>Anónimo, (s.f.). ; Alimentación de la mujer embarazada y lactante.</p> <p>UNICEF. (s.f.). "Hacia la promoción y rescate de la lactancia materna"</p>

Soberanía Alimentaria Derecho Humano a la Alimentación Adecuada	Las maestras y maestros deben difundir sobre la soberanía alimentaria ya que es un derecho de todas y todos los bolivianos. Debemos enseñar a las niñas y niños desde edades muy tempranas prácticas que les permita elaborar y producir su propio alimento desde pequeños huertos escolares	El conocimiento de la unidad de formación permitirá formar estudiantes basados en la práctica, permitiéndoles ser productores de diversidad de alimentos, las niñas y niños aprenderán a crear su propio espacio de cultivo y cuidarlo.	<p><b>Seguridad alimentaria.</b> Aldurraide, Rosario. 1996. "Seguridad Alimentaria en Bolivia", (Pág. 1-2).</p> <p><b>Cultura Alimentaria.</b> Batalla, Montse Vilaplana I. 2011. "Cultura alimentaria" (Pág. 53-56). Grunbaum, Rosa A. (s/f). "Nutrinfo- La cultura alimenticia". (Pág. 1),</p> <p><b>Huertos escolares.</b> FAO. 2010. "Nueva política de huertos escolares" (Pág. 1-28). Video "Escuelas vivas. Guía de orientación para la implementación y mantenimiento del huerto escolar", (00:01:17:54min.) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7444pfBUuJ">https://www.youtube.com/watch?v=7444pfBUuJ</a></p> <p><b>Alimentación en situaciones de emergencia.</b> Anónimo. (s/f). " Alimentación y nutrición en situaciones de emergencia". (Pág. 1-7). Video "Nutrición en emergencias", (00:01-04:33min.) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=q1JY5Ons4NE">https://www.youtube.com/watch?v=q1JY5Ons4NE</a></p>	
--	--	---	---	--







**Revolución Educativa  
con Revolución Docente  
para Vivir Bien**