INFORME FINAL

Bitácora 7
Proyecto Enjambre - FOCIEP Norte de Santander
Mes Agosto de 2016

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

PROMOCIÓN DE UNA CULTURA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE UTILIZANDO MÉTODOS DE CONSERVACIÓN Y TRANSFORMACIÓN DE LOS ALIMENTOS EN CER EL SILENCIO DEL MUNICIPIO DE CÁCHIRA

PROTECTORES DE LA ALIMENTACIÓN C.E.R.E.S

Investigadores

Karen Yulipsa Guerrero Jaimes
Diego Alexander Sepulveda Mora
Eliana Vega Perez
Alfredo Vargas Blanco
Jose Angel Guerrero Jaimes
Andres Felipe Gonzales Rodriguez
Laura Camila Jaimes Guerrero
Nicol Yesenia Rubio Ortega
Karen Guerrero Castro
Heber Elian Mora Rolon
Angela Rocio Jimenez Torres
Kevin Alexis Mora Florez
Wendy Nayeli Bermudez Duran
Juan David Guerrero Florez
Miguel Andrey Acevedo Caceres
Dilenia Cañas Rodriguez
Ana Karina Gutierres Cañas
Ruben Dario Paez Castro
Liseth Lorena Pineda Duran

Co-investigador:

Diocelina Santamaría Mora

Centro Educativo Rural El Silencio, Cáchira

RESUMEN

La propuesta se enmarca dentro del proyecto protectores de la alimentación “comer bien es salud” el cual se desarrolla a lo largo del proyecto de investigación del Centro Educativo Rural El Silencio.

Este proyecto ofrece la posibilidad de recibir una educación para el consumo de alimentos derivando a su vez hacia una educación para la salud.

Se trabajó con los alumnos la importancia de una buena alimentación para estar sanos y prevenir algunas enfermedades, quienes a su vez hicieron el papel de promotores de la salud para el resto de la comunidad escolar.

El proyecto estuvo orientado para dar conocer los hábitos alimenticios del alumnado, dar a conocer hábitos saludables en la alimentación, sustituir golosinas y otros productos no saludables por fruta del tiempo y frutos secos, analizar las etiquetas de distintos alimentos, trabajar para conocer enfermedades relacionadas con la alimentación, analizar la influencia de la publicidad sobre los hábitos alimenticios.

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

INTRODUCCION

Existen factores socioculturales, económicos y ambientales que influyen en los hábitos y en la cultura alimentaria de la población. En algunos casos, estos factores pueden incidir de manera poco favorable en las prácticas alimentarias y en los estilos de vida. Por ello, la educación alimentaria, desde los primeros años de escolaridad, constituye una estrategia fundamental para promover actitudes y hábitos saludables en relación con la alimentación en toda la comunidad educativa. La educación para una alimentación saludable implica la enseñanza de hábitos que comienzan a formarse desde los primeros años de vida, tanto desde el ámbito familiar como escolar; la familia y la escuela actúan, por lo tanto, como agentes modeladores. Pero también hay otras fuerzas influyentes, provenientes (por lo general) de otros sectores de la sociedad, que interfieren en las costumbres alimentarias, ya que impiden la construcción de un estilo de vida saludable. De aquí se deriva la importancia de educar a la población escolar en la capacidad crítica para poder elegir y tomar decisiones de manera acertada y favorable para la salud.

Este documento tiene la intención de brindar un aporte conceptual, un marco general a las instituciones escolares, abarcando todos los niveles educativos e iniciando su recorrido desde los primeros años de vida, debido a que las intervenciones a temprana edad tienen un alto impacto en el resto de la vida. De esta manera, podrá conformarse en una herramienta para maestros y directivos, co-responsables, junto a los padres, de favorecer una adecuada y saludable alimentación de los chicos en edad escolar, con el objetivo de contribuir a la mejora de su alimentación. Su puesta en práctica podrá incidir positivamente sobre los aprendizajes de los alumnos, debido a que un niño bien alimentado cuenta con las energías suficientes y necesarias para hacer frente a las demandas, tanto intelectuales como físicas, que presenta la escuela.

Los objetivos del proyecto de investigación, se tienen en cuenta; para cambiar la cultura de los estudiantes y la comunidad en el manejo de una buena alimentación que no contenga tantas conservas y químicos que son los causantes y hacen parte de formación de enfermedades que impiden el buen desarrollo de la persona y a través de la herramientas TIC nos permitan ampliar la información y llegar a todos los miembros de la comunidad estudiantil y generar conciencia y conservación de una buena salud alimentaria.

JUSTIFICACIÓN

La conservación de los alimentos es una actividad fundamental para evitar la pérdida de la materia prima o productos de la región y además darle un valor agregado que mejore la economía de los hogares; si bien es cierto los habitantes de las zonas rurales no solo se basan en el sector primario de la economía, ya están incursionando en la transformación de productos, lo que permitirá mejorar su calidad de vida.

El grupo de investigación protectores de la alimentación pretende indagar acerca de aquellos métodos de conservación que se podrían utilizar en la vereda, basados en el diagnóstico de producción, de tal forma que la comunidad educativa aprenda a utilizarlos promoviendo hábitos de sana alimentación.

El problema inicia cuando hay abundante producción en las fincas y no se logra comercializar, las pérdidas se dan por la falta de métodos de conservación, si las personas aprenden y realizan un verdadero proceso, mejoraría la calidad de los productos y las utilidades.

De esta manera se trata de aportar al desarrollo de la economía campesina, dándole una posible solución a la problemática de la migración de los jóvenes campesinos a la ciudad, dejando sin oportunidades de desarrollo a la comunidad rural.

El proceso de investigación también dará cuenta de los productos más cultivados en nuestra región y las causas de la escaza producción de otros, teniendo en cuenta la participación de la población objeto de estudio los niños, jóvenes y adultos de la vereda el silencio, además se tendrá noción de la proyección que los habitantes tiene para con sus fincas.

OBJETIVOS

Objetivo general: Promover el consumo responsable de alimentos benéficos para el organismo en el CER el Silencio para prevenir enfermedades derivadas de la mala nutrición.

Objetivos específicos:

1. Enseñar buenas prácticas de manipulación de alimentación.
2. Elaborar procesos para la fabricación de alimentos con productos de la región.
3. Diseñar estrategias que permitan difundir la información recolectada.

CONFORMACIÓN DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN

Nombre	Edad	Grado
Karen Yulipsa Guerrero Jaimes	13	Cuarto
Diego Alender Sepulveda Mora	10	Cuarto
Eliana Vega Perez	9	Cuarto
Alfredo Vargas Blanco	11	Cuarto
Jose Angel Guerrero Jaimes	13	Cuarto
Andres Felipe Gonzales Rodriguez	11	Cuarto
Laura Camila Jaimes Guerrero	10	Cuarto
Nicol Yesenia Rubio Ortega	11	Quinto
Karen Guerrero Castro	12	Quinto
Heber Elian Mora Rolon	12	Quinto
Angela Rocio Jimenez Torres	11	Quinto
Kevin Alexis Mora Florez	12	Sexto
Wendy Nayeli Bermudez Duran	13	Sexto
Juan David Guerrero Florez	11	Sexto
Miguel Andrey Acevedo Caceres	12	Sexto
Dilenia Cañas Rodriguez	11	Sexto
Ana Karina Gutierres Cañas	12	Sexto
Ruben Dario Paez Castro	13	Sexto

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Nombre	Edad	Grado
Liseth Lorena Pineda Duran	13	Sexto

INTEGRANTES DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN

Logo del Semillero de investigación Protectores de la Alimentación diseñado por los estudiantes del CER El Silencio

LA PREGUNTA COMO PUNTO DE PARTIDA

Para el desarrollo del taller de la pregunta se reunió al grupo investigador y a partir de la técnica de codificación y decodificación de imágenes se realizó una lluvia de preguntas por parte de los estudiantes y luego en un debate se escogió la pregunta que orientara el proyecto de investigación.

A partir de este encuentro se puede concluir que los estudiantes tienen muchos interrogantes acerca de lo que sucede a su alrededor pero a su vez tienen un amplio conocimiento empírico basado en las interacciones con el entorno rural, lo que facilita el proceso investigativo y permite el desarrollo de aprendizaje significativo en el que se relaciona el nuevo conocimiento con los pre-saberes y con el contexto.

Después de realizada la oleada de preguntas y de investigar en las fuentes de internet se llegó a la conclusión que la pregunta que orientara el proyecto es **¿Cuáles métodos se utilizan para conservar los alimentos en la vereda El Silencio del municipio de Cáchira?** Teniendo en cuenta que es del interés del grupo conocer los métodos mediante los cuales se conservan y transforman los alimentos en nuestra región.

A partir del desarrollo del proyecto se empiezan a fortalecer las competencias en investigación por parte de los estudiantes, se despierta interés por indagar y realizar búsquedas en internet para dar posible soluciones a la problemática, de tal manera que el maestro incentiva y orienta al estudiante al aprendizaje colaborativo y la participación activa.

EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

El sector rural se caracteriza por su actividad económica, generalmente la producción agrícola y ganadera; y la vereda el silencio del municipio de Cáchira no es la excepción, es así como los estudiantes del Centro Educativo Rural El Silencio se preguntan ¿cómo transformar los productos que se dan en nuestra región? Ya que en tiempo de cosecha abundan y a los productores no les dan lo justo o no les compran y la cosecha se pierde por no saber darles un fin favorable.

Con la crisis económica que afrontan los campesinos, es injusto que esto suceda, los productores están dejando de sembrar y empiezan a pensar en migrar a las ciudades y abandonar sus parcelas; lo que para la región es una gran problemática.

De tal forma que el grupo investigador protectores de la alimentación pretende indagar acerca de aquellos procesos para la elaboración de tortas, postres, dulces y yogures en nuestro colegio de manera que pueda prestar una utilidad y a la vez enseñarle a nuestros padres el fin que se le puede dar a los diferentes productos sin que obtengan perdidas.

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

TRAYECTORIA DE LA INVESTIGACIÓN

Trayectoria diseñada por los estudiantes del grupo de investigación

Tipo de investigación: Cualitativa.

Herramientas para recolectar información: La encuesta y experimentación al elaborar alimentos.

Población: Alumnos del CER El Silencio.

RECORRIDO DE LAS TRAYECTORIAS DE INDAGACIÓN

Nombre	Desde	Hasta	responsable		
5. Prácticas de transformación de alimentos(elaboración yogurt, torta de yuca, mantecada de ahuyama, arequipe)	2016-08-08	2016-07-12	docentes y estudiantes investigadores		
1. Búsqueda de la información relacionada con los métodos de conservación de alimentos (internet, libros)	2016-07-05	2016-07-15	investigadores		
2. Elaborar los instrumentos de registro(encuesta, rejilla de una observación)	2016-07-15	2016-07-25	investigadores y docentes		
3. Salida a la planta procesadora de lácteos DAMALAC y tostadora de café san agustin	2016-07-19	2016-07-29	investigadores y docentes		
4. Elaboración de carteles y afiches alusivos a la conservación de los alimentos	2016-08-01	2016-08-05	investigadores y docentes		

En la etapa indagación donde el Punto de partida es la pregunta y que en nuestra investigación va encaminada a:

¿Qué métodos se usan para conservar los alimentos en la vereda el silencio del municipio de Cáchira?

Los investigadores abordaron varias preguntas en el Taller de la Pregunta, estableciendo criterios claros sobre la forma de globalizar las problemáticas, encontrar puntos comunes y su relación con las TIC.

Planteando el Problema de investigación del Proyecto Enjambre con el Grupo protectores de la alimentación (Sala de Enjambre)

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

El proceso investigativo fue interesante y constructivo tanto para el docente co-investigador como para los estudiantes; al momento de conformar el grupo de investigación fue de gran importancia la motivación para que los estudiantes pudieran dar ideas acerca de cómo se llamaría el grupo de investigación; esta motivación se dio a través de asesorías por parte de los tutores, los docentes acompañantes del proyecto, internet, cartillas y videos de otros estudiantes que ya han desarrollado proyectos.

Luego para realizar el planteamiento de la pregunta se trabajó a partir de la estrategia de codificación y decodificación de textos visuales, vivencias en la familia y en la comunidad, para posteriormente realizar una oleada de preguntas de la cual salió la pregunta de investigación; los estudiantes tienen una manera muy sencilla de preguntar pero es labor del docente reorganizar esas preguntas para darle la verdadera intención. Después se describió el problema en base a lo que se quería lograr y la importancia de este proyecto para el colegio y la comunidad.

Elaboración de la ruta - trayectoria de la investigación proyecto enjambre (aula enjambre)

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Elaboración estado del arte, bitácora 6(aula de clases)

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Uso del Entorno Virtual de Enjambre (Sala Enjambre)

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Elaboración de productos alimenticios por parte de los estudiantes investigadores con productos de la región. (Cocina restaurante escolar)

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Diario de campo de los investigadores

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Aplicación de encuestas a los estudiantes (salón de clase)

Tabulación de las encuestas por parte de los estudiantes (salón de clases)

Salida de campo (finca del señor Manuel Silva)

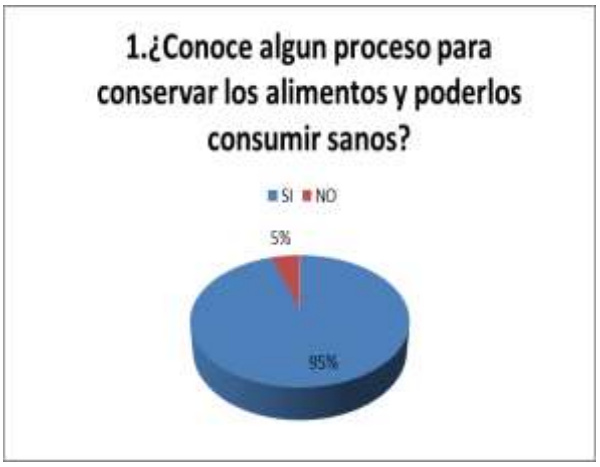
ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

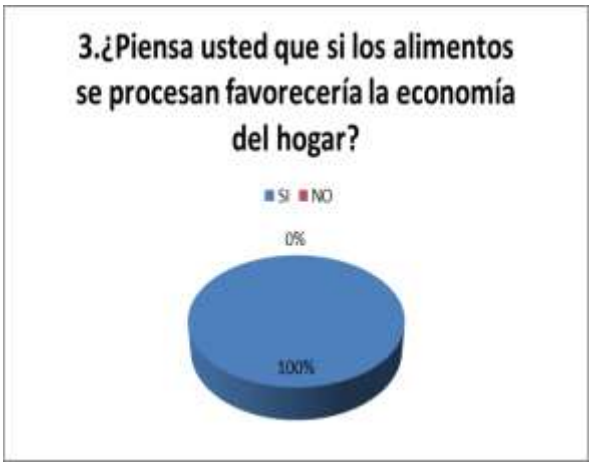
ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

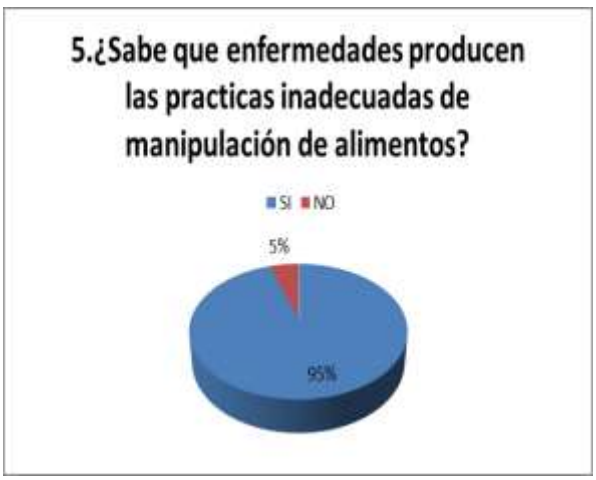
REFLEXION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS

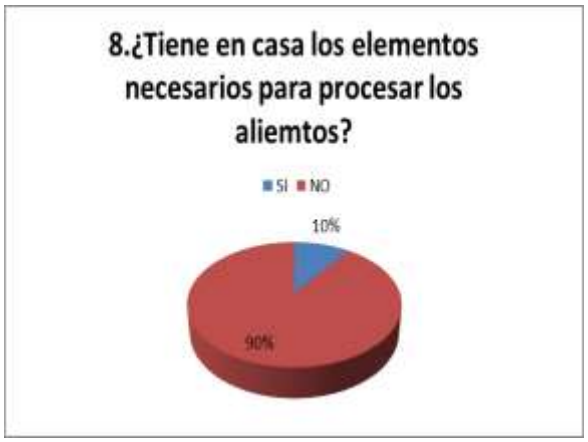
RESULTADOS DE LA ENCUESTA

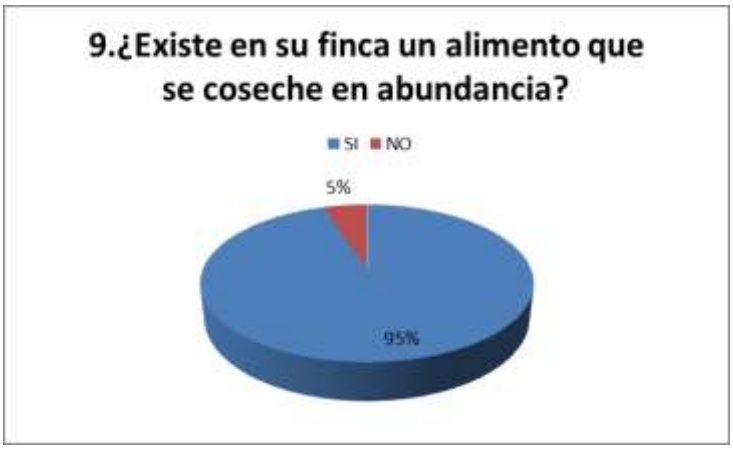
Objetivo: conocer que tanto conocen del proceso de alimentos y hábitos alimenticios.











Toda investigación dirigida a mejorar la alimentación de determinados grupos poblaciones, requiere de un marco conceptual que oriente y delimite esta intervención; de manera que sus resultados sean eficaces y sostenibles. Alcanzar estos resultados son posibles, sólo sí el marco conceptual seleccionado es lo suficientemente claro para identificar la esencia del problema alimentario nutricional, su cadena causal y la jerarquía de alternativas posibles para la solución del problema. Sin embargo, estas intervenciones suelen utilizar marcos conceptuales modelos que no necesariamente corresponden a la realidad del contexto socio cultural, geográfico y económico del ámbito a intervenir. Como consecuencia, los proyectos terminan con escasos resultados, de bajo impacto, ineficientes o solucionan el problema sólo en un corto plazo.

CONCLUSIONES

Los jóvenes protectores de la alimentación adquirieron capacidades en cuanto al espíritu científico, en la capacidad analítica, crítica, en la necesidad de innovar, en la curiosidad por conocer, en la necesidad de documentarse y conocer nuevas experiencias en torno a la alimentación benéfica para los niños, niñas y jóvenes.

Durante la ejecución de la investigación ellos pudieron darse cuenta de la importancia que tiene las Buenas Prácticas de Manufactura en la conservación de los alimentos, además de la importancia que tienen para que los alimentos no causen ninguna enfermedad que pueda ir deteriorando la salud del consumidor.

Como conclusión el grupo de investigación reconoció cuales eran los alimentos benéficos para el ser humano entre ellos las frutas, cereales, vegetales, los alimentos como la carne y el pollo que aportan fuentes de proteína y el pescado cuyo contenido de aminoácidos es esencial para los niños en crecimiento.

Dentro de los procesos de conservación y preservación de alimentos más usados en El Silencio se conocieron: La salazón, la adición de altas concentraciones de azúcar, la cocción a altas temperaturas y el empleo de agentes químicos que pueden ser nocivos para la salud si no se utiliza la cantidad sugerida.

BIBLIOGRAFÍA

Ciencia Bromatológica. José Bello Gutiérrez. Publicado por Ediciones Díaz de Santos, 2000.

Hurst, William C., A. Estes Reynolds, George Schuler, and P.T. Tybor. “Getting Started in the Specialty Food Business” (Como comenzar en el negocio de los alimentos especializados) (Extension Bulletin 1051). Universidad de Georgia, Facultad de Agricultura y Ciencias ambientales, 1997.

http://evolucion982.blogspot.com.co/2012/05/por-que-se-descomponen-los-alimentos.html

http://www.profesorenlinea.cl/Ciencias/AlimentosEnfermedades.htm

http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/es/

https://www.extension.purdue.edu/extmedia/FS/FS-15-S-W.pdf

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos muy especialmente a los asesores asignados por el Proyecto Enjambre a quienes queremos expresarles nuestros reconocimientos por las orientaciones que permitieron desarrollarla de manera exitosa.

A los estudiantes integrantes del semillero de investigación Protectores de la alimentación que siempre estuvieron atentos a dar cada paso que nos llevará a culminar exitosamente el proyecto.

A los padres de familia que de uno u otra manera se vincularon con sus aportes para obtener mejores respuestas a las necesidades del proyecto.