
Enseñanza de la Nutrición Humana¹. Revisión de antecedentes

Dueñas Romero Ana María²

Categoría 2. Investigación de investigación.

Resumen

En el proceso de realización de la investigación sobre el Conocimiento Didáctico del Contenido (CDC) de la nutrición humana, se abordó el análisis de los antecedentes de su enseñanza con el propósito de caracterizarla buscando particularidades y semejanzas. Una revisión documental de tipo cualitativo de 50 artículos relacionados con el tema permitió establecer algunas categorías del CDC y nos indicó que se debe abordar su enseñanza desde diferentes enfoques, no solamente el biológico. La problemática principal que dificulta la enseñanza–aprendizaje de este tema tiene que ver con la enseñanza desarticulada de los diferentes sistemas; los conocimientos inadecuados de algunos docentes y las concepciones de los estudiantes. Las principales finalidades de la enseñanza se dirigen hacia la adopción de estilos de vida saludables.

Palabras clave

Nutrición, Conocimiento didáctico del contenido, educación, enseñanza.

Objetivos

Caracterizar algunas categorías del CDC de la nutrición humana.

Construir un documento teórico actualizado en relación a los antecedentes de la enseñanza de la nutrición humana.

Marco teórico

En el marco de realización de la tesis doctoral sobre el CDC de la nutrición humana, se hace necesario el análisis y la revisión de antecedentes sobre el

¹ Este documento hace parte de la formulación del proyecto de tesis doctoral, el cual se desarrolla en el Grupo de Investigación Conocimiento Profesional del Profesor de Ciencias.

² Universidad Pedagógica Nacional, doc_amduenasr879@pedagogica.edu.co.

tema. Algunos resultados obtenidos hasta el momento constituyen la base para la formulación de esta ponencia.

El CDC se construye de la reflexión sobre la práctica docente, describe su capacidad para transformar pedagógicamente el conocimiento que posee de un tema particular en formas comprensibles para los estudiantes (Bolívar, 2005).

En la revisión documental efectuada, no se han encontrado estudios sobre el CDC de la nutrición humana realizados en Colombia. Su investigación permitirá generar nuevo conocimiento que redundará en la calidad de la educación y en el aprendizaje de los estudiantes, contribuyendo de ésta forma a mejorar la educación nutricional para que los individuos sean reflexivos, autónomos y responsables, adoptando estilos de vida saludables.

La enseñanza de la nutrición constituye una prioridad a nivel mundial, debido a los problemas que genera la malnutrición: obesidad, sobrepeso y desnutrición, entre otros; estos se presentan en la población en diferentes rangos de edad, es así como “entidades como Organización Mundial de la Salud (OMS, 1998, 2002 y 2006; WHO³, 1986) están liderando múltiples iniciativas que buscan mejorar los hábitos alimentarios empezando por la población escolar” (Rodrigo, Ejeda y Caballero, 2013, pág.244).

De acuerdo con Albuquerque, Pontes y Osorio (2013) cuando la educación sobre la nutrición es realizada en edades tempranas se obtienen resultados positivos, debido a que los niños están formando su personalidad y es más fácil que cambien sus concepciones y adopten otras más saludables. Por lo tanto es determinante la educación que se brinde a los niños y jóvenes en el contexto escolar.

Según la Organización Panamericana de la Salud (como se citó en Hernández, 2011) en los estudiantes durante su crecimiento y desarrollo, el riesgo de desarrollar patologías relacionadas con la malnutrición es alto, generado:

No solo por la etapa biológica en la que se encuentran, sino también por el tipo de hábitos alimentarios que tienen: no desayunar, consumo de mecatos y comidas altas en hidratos de carbono, refinados y lípidos, y la reducción de la actividad física; es decir, cada vez se hacen menos actividades moderadas y ejercicio físico, y se realizan más actividades

³ WHO World Health Organization

sedentarias, como ver por muchas horas televisión, dedicar bastante tiempo a los juegos de video, navegar diariamente en internet, etc. (pág. 87)

La última Encuesta Nacional de Situación Nutricional en Colombia (ENSIN) realizada en el 2010, establece un aumento en los índices de sobrepeso y obesidad; la disminución en el retraso de crecimiento y la desnutrición crónica en niños menores de 5 años, este último indicador pasó de 15,9% en el 2005 a 13,2% en el 2010. Esto indica que 1 de cada 8 niños en esa franja de edad presenta desnutrición crónica (Foro de Atención Integral a la Primera Infancia, 2011).

Teniendo en cuenta los datos presentados anteriormente, se observa la necesidad de ahondar en los estudios e investigaciones que pretendan dar solución a los problemas de malnutrición y la educación tiene la obligación de responder a las necesidades que la sociedad presenta, generados por estilos de vida inadecuados. En este sentido la caracterización del CDC de la nutrición humana podría brindar las herramientas adecuadas para lograr una educación nutricional pertinente que incida en las conductas, decisiones y estilo de vida de las personas, que les permitan gozar de su salud.

Metodología

La revisión documental de tipo cualitativo de los artículos relacionados con la enseñanza de la nutrición humana se realizó, con el fin de establecer sus antecedentes. Como criterio de inclusión de los documentos se tuvo en cuenta que tuvieran relación con el tema de estudio. Para el análisis documental se elaboraron diferentes categorías principalmente, aquellas que permitían caracterizar el CDC de la nutrición.

Resultados

A continuación se presentan algunas categorías relacionadas con el CDC de la nutrición y su correspondiente análisis:

Contenidos de enseñanza: La mayor parte de los contenidos de la enseñanza está centrada en las relaciones entre diferentes sistemas que intervienen en la nutrición. Al respecto el grupo de investigación de Enrique Banet en España tiene una amplia producción bibliográfica. En ella se establece la preocupación que la enseñanza de la nutrición se realice de forma fragmentada, se estudie cada proceso por separado, y muchas veces cada órgano tenga una visión finalista.

En segundo lugar, se trata mayoritariamente la alimentación-nutrición. El objetivo principal es que los estudiantes sean capaces de elaborar su propia dieta, generando en ellos autonomía a nivel nutricional, sabiendo que así se podrá incidir en su salud y en su calidad de vida. Al respecto (Rodrigo et al, 2013) señalan que “la motivación mayor para que los estudiantes afronten cuestiones dietéticas está relacionada con cuestiones de mejora de la salud” (pág. 257). Y (Albuquerque et al, 2013) indican que “entender las dimensiones de la dieta, alimentación y seguridad alimentaria puede mejorar la calidad de vida en la escuela, comunidad y la sociedad” (pág. 299).

Hay pocos estudios que hacen énfasis en contenidos sociales (estereotipo, publicidad, familia, cultura, entre otros). En el contexto actual, debe ser una preocupación mayor, debido a la influencia que ejerce la publicidad en los niños y adolescentes, por un lado incentivándolos a consumir alimentos hipercalóricos y poco saludables, por otro promoviendo los cuerpos esbeltos y delgados como sinónimo de éxito. Además, al enseñar la nutrición se debe concientizar a la familia sobre la importancia de una adecuada alimentación, ya que allí se consolidará lo aprendido por los estudiantes en la escuela. En el ámbito colombiano resaltamos al respecto los aportes realizados por Restrepo (2003).

Problemática relacionada con la enseñanza-aprendizaje de la nutrición: La mayor dificultad tiene que ver con las concepciones de los estudiantes las cuales interfieren en su aprendizaje posterior; generalmente ellos ignoran los tipos de alimentos y nutrientes así como su función; también hay desconocimiento a nivel anatómico-fisiológico y de relación entre sistemas. Por ejemplo: la digestión es relacionada por muchos estudiantes como un proceso solamente mecánico; desconocen el destino de las sustancias nutritivas que se obtienen de los alimentos; piensan que no todos los órganos necesitan nutrientes; etc. Banet y Núñez (2006).

La segunda problemática tratada es la presencia de profesores que no tienen la capacitación adecuada para enseñar la nutrición. Al respecto, Alvarado, Cisterna y Crovetto (2007) resaltan la importancia del conocimiento del profesor para promover una educación nutricional adecuada.

La tercera problemática encontrada está relacionada con los libros de texto descontextualizados. Varios autores entre ellos Núñez y Banet (1996); Banet y Núñez (2006) establecen que algunas dificultades en el aprendizaje de la nutrición está relacionado con los textos que tratan cada sistema y/o aparato de forma aislada y en los cuales no existe una progresión adecuada en los contenidos.

La problemática relacionada con las prácticas pedagógicas, tales como estrategias didácticas inadecuadas o clases monótonas, se presentan en un menor porcentaje en los artículos revisados.

Finalidades de la enseñanza-aprendizaje: En mayor porcentaje se observa una preocupación por incidir sobre el estilo de vida de los estudiantes, para mejorar sus conductas alimentarias y que adquieran estilos de vida saludables; al respecto, Gil (2011) recalca la importancia de intervenir educativamente desde la escuela en colaboración con la familia, para construir conocimientos y actitudes en los niños, que perdurarán durante toda su vida. En un menor porcentaje se observa una gran preocupación por realizar un cambio conceptual en los estudiantes para que aprendan aspectos relacionados con la nutrición humana y establezcan relaciones entre los diferentes sistemas que intervienen en ella.

Conocimientos previos de los estudiantes: gran parte de los artículos tratan contenidos (n=43) y pocos trabajan los conocimientos previos de los estudiantes (n=24). En relación a estos últimos, se analizan en mayor porcentaje aspectos anatómicos y de relación entre los sistemas. En un menor porcentaje aquellas relacionadas con la alimentación y la nutrición.

Estrategias de enseñanza: al enseñar nutrición en mayor proporción se utilizan estrategias teórico-prácticas, tales como: prácticas de laboratorio, talleres de cocina, obras de teatro, etc. En menor proporción se utilizan las actividades teóricas y los trabajos que utilizan las TICs. Esta última estrategia es desarrollada en Colombia por López, Quijano y Erazo (2005)

Conclusión

La educación nutricional debe integrar los diferentes sistemas que intervienen en este proceso; debe realizarse desde diferentes enfoques, teniendo en cuenta no solamente el biológico, sino también el social, familiar, psicoafectivo, etc. Se debe propender porque los estudiantes tengan una actitud crítica frente a la constante publicidad que incita conductas alimentarias inadecuadas. Además, los estudiantes deben desarrollar una cierta autonomía para saber elegir conscientemente el tipo de alimentos que desea consumir, teniendo en cuenta que solo lo podrán hacer si tienen claro la relación entre alimento, su nutriente y su función dietética desempeñada según Rodrigo y Ejeda (2008); en la revisión realizada no se encuentran referencias sobre el estudio de la nutrición a través del metabolismo y son escasos los artículos que establecen relaciones de los sistemas y las células.

Referencias bibliográficas

- Albuquerque, A., Pontes, C., y Osorio, M. (2013). Knowledge of educators and dieticians on food and nutrition education in the school environment. *Rev. Nutr., Campinas, 26*(3), 291-300
- Alvarado, K., Cisterna, P., y Crovetto, M. (2007). Estudio descriptivo de los conocimientos en la Unidad Nutrición de estudiantes de primer año medio. Valparaíso 2007. *Revista Iberoamericana de educación, 53* (1), 1-23.
- Banet, E., y Núñez, F. (2006). Actividades en el aula para la reestructuración de ideas: un ejemplo relacionado con la nutrición humana. *Antología. Primer taller sobre actualización sobre los Programas de Estudio 2006*, 59-78
- Bolívar, A. Conocimiento didáctico del contenido y didácticas específicas. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado, 9*, 2 (2005). Recuperado de: <http://www.ugr.es/local/recfpro/Rev92ART6.pdf>
- Comisión Intersectorial para la primera infancia. (2011). La estrategia de atención integral a la primera infancia como posible ruta para la materialización de la política pública. Foro sobre política pública para la infancia.
- Gil, V. (2011). Alimentación, nutrición y dietética en educación infantil. *Revista digital transversalidad educativa, 60*, 1- 16.
- Hernández, G. (2011). *Prevalencia de sobrepeso y obesidad, y factores de riesgo en niños de 7-12 años, en una escuela pública de Cartagena, septiembre-octubre de 2010*, Tesis de Maestría. Universidad Nacional, Bogotá-Colombia.
- López, D., Quijano, S., y Erazo, I. (2005). El problema de la nutrición: una mirada desde el aula de clase. *Revista Electrónica de la red de investigación educativa, 1* (3), 1-21.
- Membiola, P., y Cid, M. (1998). Desarrollo de una unidad didáctica centrada en la alimentación humana, social y culturalmente contextualizada. *Enseñanza de las ciencias. 16* (3), 499-511.

Núñez, F., y Banet, E. (1996). Modelos conceptuales sobre la relación entre digestión, respiración y circulación. *Investigación y experiencias didácticas*, 14(3), 271-278.

Restrepo, S. (2003). *La alimentación y la nutrición en el escolar. Tesis de maestría.* Universidad de Antioquia. Colombia.

Rodrigo, M., y Ejeda, J. (2008). Concepciones erróneas sobre alimentación en futuros profesores. Construcción de conocimiento pedagógico. *Ediciones Universidad de Salamanca. Teor. Educ*, 20, 225-247

Rodrigo, M., Ejeda, J., y Caballero, A. (2013). Una década enseñando e investigando en Educación Alimentaria para maestros. *Revista Complutense de Educación*, 24 (2), 1130-2496