

Lanzamiento de la Guía para la enseñanza de Nutrición en la Escuela – “Enseñar a Comer”

El miércoles 30 de mayo se realizó en el partido de Lomas de Zamora, el lanzamiento de la guía “Enseñar a Comer” que constituye la herramienta de trabajo básica para los docentes de las escuelas que forman parte del proyecto “Nutrición en la Escuela”.

Esta guía es la base de apoyo teórica que tendrán los docentes para trabajar los temas básicos de nutrición con los alumnos. La publicación consta de diez capítulos, el primero es el eje central, ya que presenta los conceptos nutricionales básicos necesarios para continuar trabajando con el resto de los capítulos.

El índice con los títulos de los capítulos figura a continuación:

1. Alimentación saludable
2. Balance entre los alimentos y la actividad física
3. Buenos hábitos desde el comienzo
4. Arrancar con energía
5. Calcio la clave para los huesos
6. ¿Grasas buenas o malas?
7. Alimentos saludables en la escuela
8. Rotulado de alimentos, una herramienta fundamental
9. Menos costo más nutrición
10. Alimentos seguros

En otro cuadernillo aparte figuran las actividades prácticas para que el docente trabaje la “Guía para la enseñanza de Nutrición en la Escuela” con los alumnos. Las actividades propuestas fueron creadas con la idea que resulten entretenidas, logrando de esta manera, que los alumnos aprendan y se diviertan a la vez.

El objetivo que tiene tanto la guía teórica como el cuadernillo de actividades prácticas es ayudar a los maestros y a sus escuelas a recrear espacios de alimentación saludables, con los recursos disponibles y a transmitir conocimientos y prácticas a los alumnos para mejorar las prácticas y hábitos alimentarios de toda la escuela.