

INFORME DE CONCLUSIÓN SERVICIO SOCIAL

Nombre del proyecto en el que se participó

“Rescate del conocimiento tradicional a través del diálogo de saberes para el mejoramiento de la nutrición y la salud ecosistémica en población escolar de Oaxaca.”

Lugar y periodo de realización

Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ) ;
Departamento de Estudios Experimentales y Rurales. Del 13 de mayo 2024 al 13 de noviembre 2024.

Datos generales y matrícula de la alumna

Nombre: Soto García Jaqueline Ivette

Matrícula: 2193070747

Unidad, División y Licenciatura

Universidad: Universidad Autónoma Metropolitana

Unidad: Xochimilco

División: Ciencias Biológicas y de la Salud (CBS)

Licenciatura: Nutrición Humana

Nombre de las asesoras



Mtra. Silvia Diez-Urdanivia Coria

Asesora externa



Dra. Sara Elena Pérez Gil Romo

Asesora Interna

Introducción

El proyecto “Rescate del conocimiento tradicional a través del diálogo de saberes para el mejoramiento de la nutrición y la salud ecosistémica en población escolar de Oaxaca” abordó una problemática clave: la malnutrición en sus formas de desnutrición y sobrepeso-obesidad, que afecta de manera significativa a las niñas y niños en comunidades rurales. Estas condiciones, además de representar un desafío para el crecimiento y desarrollo, están vinculadas con desigualdades sociales, económicas y educativas en el contexto mexicano. (UNICEF, 2023)

La malnutrición en contextos rurales, como en Oaxaca, refleja desafíos estructurales relacionados con el acceso a alimentos nutritivos y educación en salud. Iniciativas como esta son fundamentales para avanzar hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible, particularmente en áreas de reducción de desigualdades y hambre cero. (FAO, 2023)

El proyecto adopta un enfoque integral, combinando estrategias como la evaluación del estado nutricional, la promoción de hábitos alimenticios saludables y la recuperación de conocimientos tradicionales relacionados con la alimentación. Las actividades incluyen talleres comunitarios, dinámicas interactivas con estudiantes y la implementación de desayunos balanceados en los comedores escolares. Estas acciones no solo buscaban mejorar la salud infantil de manera inmediata, sino también fomentar prácticas sostenibles y culturalmente pertinentes dentro de las comunidades atendidas.

De acuerdo con Martínez Villagrana (2023), la escuela es un espacio idóneo para transformar hábitos alimenticios al integrar a docentes, familias y profesionales de la salud. Este entorno permite promover una alimentación saludable desde una edad temprana, respetando las costumbres locales y fomentando la sostenibilidad ambiental. Así, el proyecto no solo buscó abordar el impacto directo de la malnutrición, sino también fortalecer el papel de la comunidad escolar como promotora de salud y bienestar, sentando las bases para cambios duraderos.

Metodología utilizada. Descripción específica de las actividades desarrolladas.

Actividades en el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán

- **Elaboración de gráficas diagnósticas:** Desarrollé y analicé gráficas basadas en información recabada en 2023, reflejando la situación nutricional de las niñas y niños en las tres comunidades de Oaxaca.
- **Elaboración de un recetario nutricional:** Creé un recetario detallado con 57 platillos proporcionados a las niñas y niños, acompañado de tablas nutrimentales.
- **Creación de material educativo:** Elaboré material informativo dirigido a la comunidad escolar, para fomentar una comprensión integral sobre nutrición y salud.
- **Promoción de la actividad física:** Realicé una investigación sobre juegos prehispánicos y los adapté a actividades que fueran fáciles de realizar para las niñas y niños, con el objetivo de promover la actividad física.

Actividades en las Comunidades de Oaxaca

- **Evaluación antropométrica:** Realicé mediciones de peso y estatura, así como medición de glucosa y hemoglobina capilar de las niñas y niños de escuelas primarias en las comunidades.
- **Diagnóstico nutricional:** Interpreté los resultados de las mediciones para hacer diagnósticos nutricionales y detectar problemas específicos en la población infantil.
- **Educación sobre alimentación saludable:** Llevé a cabo pláticas sobre alimentación saludable para las niñas y niños, adaptadas a las costumbres locales.

Objetivo de las actividades realizadas.

Objetivo General: Contribuir al mejoramiento de la nutrición de la población escolar de Oaxaca mediante la evaluación del estado nutricional, la implementación de intervenciones educativas, la promoción del conocimiento tradicional sobre alimentación y el apoyo al desarrollo rural.

Objetivos Particulares:

- Evaluar el estado nutricional de la población escolar para identificar problemas de malnutrición.
- Crear material de educación nutricional dirigido a estudiantes, madres y padres de familia, enfocado en la importancia de una alimentación balanceada y nutritiva.
- Organizar talleres que promuevan el conocimiento tradicional sobre alimentación y su aplicación en la vida diaria.
- Fomentar hábitos alimenticios saludables entre los niños y niñas y sus familias mediante actividades interactivas que involucren a toda la comunidad escolar.
- Evaluar el impacto de las intervenciones educativas y nutricionales en el estado de salud de las niñas y niños.

Metas alcanzadas

A lo largo de mi participación en el proyecto, pude cumplir diversas metas que contribuyeron tanto al desarrollo del programa como a mi formación como futura profesional de la nutrición.

En primer lugar, realicé un **análisis del estado nutricional** de las niñas y niños correspondientes a los años 2022, 2023 y la primera parte de 2024. Como parte de este proceso, diseñé bases de datos, llevé a cabo análisis estadísticos y generé gráficas que facilitaron la visualización de los cambios en los indicadores nutricionales a lo largo de este tiempo. Este trabajo me permitió identificar patrones de progreso en el estado nutricional de los escolares y, a partir de estos resultados, se desarrollaron estrategias tanto generales como individuales. Estas últimas estuvieron dirigidas a casos específicos que requerían una

mayor vigilancia y seguimiento, garantizando así un enfoque integral y adaptado a las necesidades de cada niña y niño.

De igual forma participé en la **creación de material educativo** dirigido a estudiantes y padres de familia. Este material se enfocó en la promoción de una alimentación equilibrada, respetando las tradiciones culturales de las comunidades. Durante este proceso, aprendí a adaptar los mensajes educativos a diferentes públicos, priorizando su comprensión y aplicabilidad.

También tuve la oportunidad de organizar **talleres comunitarios** sobre alimentación saludable y conocimiento tradicional. Estas actividades no solo me permitieron interactuar directamente con las niñas y niños, así como con sus familias, sino que también me ayudaron a desarrollar habilidades en comunicación y manejo grupal.

Asimismo, llevé a cabo la **evaluación antropométrica de los escolares**, realizando mediciones de peso y estatura, así como la toma de glucosa y hemoglobina capilar. Esta experiencia práctica me permitió aplicar conocimientos técnicos y garantizar un diagnóstico preciso de su estado nutricional.

Finalmente, participé en la **implementación de estrategias para promover la actividad física**, investigando sobre los juegos prehispánicos más importantes del país y adaptándolos a actividades que los niños pudieran realizar en su entorno. Este componente fue esencial para complementar los esfuerzos en la mejora de hábitos saludables.

Resultados y conclusiones

A través de las actividades realizadas, logré reforzar habilidades prácticas en la evaluación nutricional, la educación en salud y la interacción con comunidades rurales. En agosto del año en curso, se llevaron a cabo evaluaciones antropométricas de 148 niñas y niños, identificando que un 54% presentaba algún grado de malnutrición. Estos resultados me permitieron adaptar estrategias específicas para cada comunidad, enfocándome en las necesidades particulares de los escolares. Además, elaboré un recetario con 57 platillos tradicionales con sus respectivos aportes nutricionales, fomentando el uso de alimentos locales y respetando las costumbres culturales.

En cuanto a mi desarrollo profesional, fortalecí mis habilidades en la evaluación nutricional y en el análisis de datos, para tener un manejo adecuado de los indicadores de salud. Asimismo, aprendí a comunicar conceptos más complejos de manera sencilla y accesible, lo que facilitó la participación activa de las niñas y niños.

En conclusión, la integración de los conocimientos tradicionales, combinada con un enfoque integral y adaptado a las características de cada comunidad, fue clave para garantizar que las intervenciones tuvieran un impacto positivo y que se pudieran generar cambios reales en los hábitos alimenticios de las niñas y niños.

Recomendaciones

Las recomendaciones que considero más relevantes con respecto al proyecto son:

- Dar seguimiento a las intervenciones realizadas con el fin de medir el impacto de las estrategias implementadas y realizar ajustes cuando sea necesario.
- Extender el proyecto a otras comunidades con problemáticas similares, adaptando las estrategias a sus necesidades específicas y fortaleciendo la red de apoyo entre instituciones y profesionales de la salud.
- Fomentar la participación de otros profesionales de distintas áreas para abordar la problemática desde un enfoque más integral.
- Fortalecer la capacitación de docentes, madres y padres de familia en educación nutricional, para que puedan replicar y reforzar los conocimientos adquiridos de las niñas y niños.
- Seguir promoviendo el uso de alimentos locales y tradicionales, impulsando la producción y el consumo de ingredientes accesibles que formen parte de la identidad cultural de cada comunidad.

En cuanto a mis recomendaciones con respecto a la formación académica en la licenciatura:

- Ampliar el tiempo y profundidad de los contenidos relacionados con nutrición en comunidades rurales dentro del plan de estudios.
- Promover más la participación activa del alumnado en este tipo de iniciativas de impacto social.

Referencias bibliográficas.

- FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. 2023. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023. Urbanización, transformación de los sistemas agroalimentarios y dietas saludables a lo largo del continuo rural-urbano. Roma, FAO.
- UNICEF. (2023). *Country Office Annual Report 2023 Mexico (RAM3 COAR)*.
- Villagrana, M. M. (2023). Educación nutricional en la escuela: pedagogía para la vida saludable. Caso: primaria rural en municipio zacatecano. *Revista de Investigación Educativa, Intervención Pedagógica y Docencia*, 1(1), 74-98.