

Secretaría de Educación y Secretaría de Políticas Sociales

Proyecto de Educación Alimentaria: Sin Filtros: alimentos, cuerpo y bienestar

Fundamentación

El sobrepeso y la obesidad forman parte de los principales factores que aumentan el riesgo de padecer Enfermedades No Transmisibles (ENT), entre ellas las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes. Las ENT constituyen así un reto importante para el desarrollo sostenible en el marco de los objetivos planteados para la Agenda 2030 (OMS, 2023).

La desnutrición y la malnutrición infantil constituyen una de las problemáticas sociales y sanitarias más sensibles de la Argentina actual, con impactos directos en el crecimiento, el desarrollo cognitivo, la salud y las trayectorias educativas de niños y niñas, especialmente en contextos de vulnerabilidad social. En Argentina, la prevalencia del sobrepeso y la obesidad a lo largo de los años muestra una tendencia ascendente en todos los grupos etarios y sociales. Los principales factores de riesgo para el sobrepeso y la obesidad son el consumo elevado de energía a través de productos ultra procesados, de bajo valor nutricional y alto contenido en sal, azúcares y grasas (denominados nutrientes críticos); la ingesta habitual de bebidas azucaradas y la actividad física insuficiente (ENFR, 2019). Esta problemática no escapa a la población infantil, donde el 30 % de niñas y niños de edad escolar presentan sobrepeso, el 6% obesidad y el 41,1% de niños, niñas y adolescentes (NNyA) de 5 a 17 años presenta exceso de peso (Ministerio de Salud, 2020).

Diversos estudios y relevamientos recientes evidencian que, a nivel nacional, una proporción significativa de niños y niñas no accede diariamente a una alimentación suficiente y de calidad. Según datos de UNICEF, 1,5 millones de niños en Argentina se saltean al menos una comida por día, mientras que más del 70 % presenta déficits en el consumo de frutas, verduras y micronutrientes esenciales, fenómeno conocido como *malnutrición oculta*. Esta situación se agrava en sectores populares, donde la inseguridad alimentaria se combina con dificultades de acceso a servicios de salud y a información nutricional adecuada. Según el documento publicado por la Coalición Nacional para prevenir la obesidad en niños, niñas y adolescentes en la 2ª ENNyS (2019) -en consonancia con otras encuestas, como la 4ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR), surge que el consumo de frutas frescas, verduras, carnes, leche, yogur o quesos, se encuentra por debajo de las recomendaciones de consumo. Por el contrario, se consumen diaria o frecuentemente alimentos no recomendados como bebidas azucaradas, productos de pastelería, productos de copetín y golosinas, que poseen contenido excesivo de azúcar, grasas y sal/sodio, y bajo valor nutricional,

asimismo, el perfil alimentario de NNyA es significativamente menos saludable que el de las personas adultas. Los niños, niñas y adolescentes consumen un 40% más de bebidas azucaradas, el doble de productos de pastelería o productos de copetín, y el triple de golosinas, respecto de las personas adultas (COAL, 2023).

En la provincia de Santa Fe y particularmente en áreas urbanas vulnerables, relevamientos periodísticos y sanitarios han mostrado altos niveles de malnutrición crónica y casos de desnutrición aguda en la primera infancia, lo que refuerza la necesidad de políticas públicas integrales, tempranas y sostenidas, con fuerte anclaje territorial.

Existen fundamentos sólidos que respaldan las acciones políticas en el ámbito escolar. Por un lado, se apoyan en los derechos de los niños, niñas y adolescentes (NNyA) a desarrollarse en un entorno saludable y seguro. En este contexto, los gobiernos juegan un papel crucial para asegurar estos derechos. El marco normativo actual proporciona el respaldo necesario para promulgar normas y políticas que transforman los entornos escolares obesogénicos en entornos saludables (FAGRAN, 2018).

Estas políticas también buscan fortalecer los ambientes educativos, facilitando que los NNyA adquieran conocimientos y habilidades para cuidar y mejorar su salud, así como la de sus familias y comunidades. Esto se logra mediante la promoción de la salud en los espacios donde las personas estudian, juegan, conviven y trabajan (FAGRAN, 2018).

La evidencia científica disponible sobre la efectividad de las intervenciones escolares para modificar hábitos y prevenir la obesidad en los NNyA es consistente y proporciona un marco adecuado para orientar estas intervenciones (FAGRAN, 2018).

Particularmente, en Latinoamérica se han propuesto políticas y programas alimentarios para prevenir el sobrepeso y la obesidad (FAO, OPS /OMS, 2018). Entre ellas se puede mencionar para Argentina, La Ley de Promoción de Alimentación Saludable (PAS) N° 27.642, que además de garantizar información clara, sencilla y fácil de interpretar por toda la población; promueve la alimentación saludable a través de la prevención de la malnutrición en la población y la reducción de ENT (FAGRAN, 2022).

Sin Filtros: alimentos, cuerpo y bienestar

Objetivo: Promover elecciones alimentarias saludables en adolescentes y prevenir trastornos de la conducta alimentaria.

Actividad: Proyección de material audiovisual de tres partes (10 minutos en total): Ley PAS, alimentos ultraprocesados y hábitos saludables en la adolescencia. Espacio de

diálogo sobre valoración corporal, desmitificación de dietas de moda y el impacto real de los ultraprocesados en la salud a largo plazo.

Propuesta educativa destinada a estudiantes de nivel secundario que busca promover elecciones alimentarias saludables y generar un espacio de reflexión sobre la relación con la comida y el cuerpo en la adolescencia.

La actividad incluye la proyección de un material audiovisual breve (10 minutos) dividido en tres ejes: Ley de Promoción de la Alimentación Saludable (Ley de Etiquetado Frontal), consumo de alimentos ultraprocesados y hábitos saludables en la adolescencia. A partir de este disparador, el equipo de nutrición de la Municipalidad coordina un espacio de diálogo con los estudiantes para abordar temas como la valoración corporal, la desmitificación de dietas de moda y el impacto de los ultraprocesados en la salud a largo plazo.

La propuesta busca brindar herramientas para desarrollar una mirada crítica sobre la alimentación, promover el bienestar integral y fortalecer hábitos saludables en esta etapa clave del desarrollo.

Actividad en colaboración con la Concejala: María Luengo (Honorable Concejo Municipal de Santa Fe).