



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

**FUNDAMENTOS**

Las escuelas cumplen un destacado papel en influir en la dieta de niños y adolescentes. Estos pasan una buena parte de su tiempo en ellas y muchos de los factores de estilo de vida y conductas influyen en sus conceptos de una dieta saludable.

Un ambiente escolar saludable ayuda a los estudiantes a mantener esos hábitos, al desarrollo académico y puede ofrecer herramientas de conocimiento para considerar las mejores alternativas de una dieta saludable.

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación reconoce que los escolares son una prioridad para las intervenciones de nutrición y considera la escuela como un lugar ideal para la enseñanza de conocimientos básicos en alimentación, nutrición y salud. En muchas comunidades, las escuelas pueden ser el único lugar donde los niños adquieran estas habilidades importantes para la vida".

Se insiste en que las escuelas deben ser tomadas en cuenta en la prevención y deben proveer un ambiente que favorezca la dieta sana y el ejercicio físico acorde con una política general donde participen niños, padres y los docentes, es decir toda la comunidad educativa. El hecho de que continúa la prevalencia baja en la ingesta de frutas, generada, posiblemente, por la cultura y los hábitos alimentarios, el costo de los alimentos y la influencia de los medios de comunicación entre otros, lleva a pensar en que las estrategias implementadas no han sido suficientes o no han generado experiencias necesarias que impliquen reflexiones profundas sobre conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias, y consecuentemente la transformación voluntaria de éstas.

Es por ello que el Ministerio de Salud de la Nación nos recomienda que la alimentación este basada principalmente en alimentos sin procesar y mínimamente procesados. Propone volver a la comida hecha en casa, moderar el consumo de los alimentos procesados y evitar el consumo de productos ultra procesados. Nos sugiere tomar agua segura, por lo menos 8 vasos diarios y evitar el consumo de bebidas azucaradas (gaseosas, jugos y aguas saborizadas). Consumir alimentos naturales frescos y mínimamente procesados ayuda a tener una alimentación saludable. Estos alimentos, por ejemplo, son los obtenidos de plantas o de animales que no sufren ninguna alteración tras extraerse de la naturaleza. Por ejemplo, frutas, verduras, carnes y huevos.



## *Legislatura de la Provincia de Río Negro*

Teniendo esto en cuenta toda esta información, el Profesor Eduardo MORA junto a sus pares y alumnos del Área Científica y Tecnológica ESRN N°87 trabajaron arduamente para elaborar el proyecto "Frutas para mi escuela", que ya se encuentra en marcha.

En el Valle de Río Negro y Neuquén hay una gran producción de frutas (Manzanas, peras, duraznos, ciruelas, etc.). Como muchos productores deciden no avanzar con la cosecha, debido a que se estropean las frutas por las inclemencias climáticas o el mal pago de las producciones y queda en los árboles frutales, se le pedirá que la donen para su distribución.

Se contactó a muchos productores y se realizó un Convenio con la Cámara de Productores de Río Negro para traer fruta del Alto Valle, que será distribuida a los alumnos en la escuela y de esta forma concientizar sobre una dieta saludable.

### **OBJETIVOS**

- Contribuir a reducir problemas de salud relacionados con la alimentación, y en definitiva a mejorar hábitos alimenticios.
- Incrementar y consolidar la proporción de frutas en la dieta de los alumnos, invirtiendo la tendencia actual al descenso en el consumo de estos productos.
- Formar y concientizar de los beneficios saludables de las frutas.
- Crear nuevos estilos de vida saludables y respetuosos con el medio ambiente. Hacer partícipes a las familias y a los profesores como piezas claves.

### **DESTINATARIOS**

- Alumnos de ESRN n° 87 Valcheta R.N.
- Alumnos de los jardines de Infantes de Valcheta.
- Alumnos de las escuelas primarias de Valcheta.
- Alumnos de la localidad de Ministro Ramos Mexía.
- Pobladores locales y de los parajes vecinos.

### **RESPONSABLES**

- Docentes del Área Científica y Tecnológica ESRN N°87



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

- Personal de la ESRN N° 87 Valcheta.

**DESARROLLO**

- Se planificarán clases con saberes sobre la nutrición saludable y la importancia del consumo de frutas y verduras en la dieta saludable.
- Se hará la difusión del proyecto mediante el conductor radial Arturo Vera, de la radio FM Cinco Saltos 96.3, para contactar a los productores que deseen donar la fruta.
- Luego se ubicará un lugar para la carga de la fruta que se enviará.
- Se harán los contactos pertinentes para conseguir un vehículo de transporte para trasladar la fruta.
- Luego una parte de la carga se bajará en Ramos Mexía para las escuelas de la localidad.
- Para la descarga se solicitará a los comerciantes de la localidad las herramientas necesarias para hacerlo: autoelevador y zorrita de descarga. También se solicitaran bolsas para su distribución.
- Una vez que se recepcione la fruta en la escuela ESRN N°87 de Valcheta, los alumnos de 5to año procederán a distribuirla en bolsas y repartirlas entre sus compañeros de los otros años. Cada alumno de la escuela, procederá a llevarse una bolsa de fruta (aprox. 1,5 kg).
- Se tendrá en cuenta el Protocolo Provincial "Cuidarnos", uso de solución alcohólica, distanciamiento social y uso de barbijo.

También los alumnos de 5to año distribuirán la fruta a las escuelas de la ciudad como:

- Jardines de Infantes.
- Escuelas Primarias.
- Parajes vecinos: Chanquín, Nahuel Niyeu y Aguada Cecilio.

**EVALUACION DEL PROYECTO**



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

- Se realizará una actividad evaluativa, en la cual podrán expresar de manera verbal los aprendizajes tenidos en el proyecto, cuáles fueron los aspectos que más les gustaron y cuáles no y dar sus recomendaciones finales.
- Se presentarán los resultados finales del proyecto, a partir de un encuentro con las instituciones involucradas en el proceso, participantes, padres de familia y entes gubernamentales, que incluirá al final una feria realizada por los escolares participantes con apoyo de su padres, docentes y facilitadores del proceso donde se realizará una muestra gastronómica, con diferentes recetas donde las frutas sean las protagonistas.
- Se hará difusión de los resultados del proyecto en diferentes medios de comunicación internos de la Institución, páginas web, redes sociales.
- Se hará la difusión en medios de comunicación externos con los cuales se tiene contacto, como por ejemplo, emisoras locales.

Por ello:

**Autor:** Nayibe Gattoni.



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

## **LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO**

### **D E C L A R A**

**Artículo 1°.-** De interés social, cultural y educativo el proyecto "Frutas para mi escuela" realizado por el Profesor Eduardo Mora junto a sus pares y alumnos del Área Científica y Tecnológica ESRN n° 87 de la localidad de Valcheta. que busca contribuir a reducir problemas de salud relacionados con la alimentación, y en definitiva a mejorar hábitos alimenticios.

**Artículo 2°.-** De forma.