

LA FORMACIÓN DE LA CULTURA ALIMENTARIA EN LA PRIMERA INFANCIA DEL CÍRCULO INFANTIL NUEVA GENERACIÓN

Por M. Sc. **Oristela Camero Gutiérrez***, M. Sc. **Leticia Hernández González****, M. Sc. **Norma González Lorenzo*****, M. Sc. **Damiana Hernández Cañizares****** y M. Sc. **Marbelis Olivera Lorenzo*******

* Profesora asistente. Centro Universitario Municipal (CUM) Enrique José Varona de Taguasco, Cuba.
E-mail: oristelacg@uniss.edu.cu

<https://orcid.org/0000-0003-3578-0839>

** Profesora asistente. CUM Enrique José Varona de Taguasco, Cuba.

E-mail: leticia@uniss.edu.cu

<https://orcid.org/0000-0001-5039-769X>

*** Profesora asistente. CUM Enrique José Varona de Taguasco, Cuba.

E-mail: normag@uniss.edu.cu

<https://orcid.org/0000-0003-4887-1617>

**** Profesora Instructora. CUM Enrique José Varona de Taguasco, Cuba.

E-mail: dhernández@nauta.cu

<https://orcid.org/0000-0003-1834-4998>

***** Profesora Instructora. CUM Enrique José Varona de Taguasco, Cuba.

E-mail: marbilisol78@nauta.cu

<https://orcid.org/0000-0002-6396-4427>

Resumen

El artículo aborda aspectos relacionados con la cultura alimentaria en la primera infancia, cuyo objetivo se relaciona con presentar y desarrollar actividades con los niños y niñas del Círculo Infantil Nueva Generación, de la localidad de Zaza del Medio, con el enfoque de formar motivaciones y modos de actuación sobre la producción y consumo de alimentos sobre bases agroecológicas y una cultura alimentaria coherente con sus principios, desde la dimensión educación y el desarrollo social personal. En el desarrollo de la investigación se emplearon los métodos: analítico-sintético, el inductivo-deductivo, así como el análisis documental. Dentro de las técnicas se aplicaron la entrevista y la observación participante, para constatar su implicación en las tareas orientadas. Las actividades realizadas contribuyeron a la formación de nuevos valores y hábitos en la producción y consumo de alimentos de niños, niñas y sus familias, así como la articulación con otros proyectos e instituciones de la comunidad

Palabras clave: Educación; formación; aprendizaje; agroecología.

THE FORMATION OF FOOD CULTURE IN EARLY CHILDHOOD AT THE NUEVA GENERACIÓN DAY CARE CENTER

Abstract

The article addresses aspects related to food culture in early childhood, whose objective is related to presenting and developing activities with the children of the "New Generation" day care center in Zaza del Medio, under the approach of forming motivations and modes of action on the production and consumption of food on agroecological bases and a food culture consistent with its principles, from the dimension of education and personal social development. In the development of the research, the methods used were: analytical-

synthetic, inductive-deductive, as well as documentary analysis. Within the techniques, the interview and participant observation were applied to verify their involvement in the oriented tasks. The activities carried out contributed to the formation of new values and habits in the production and consumption of food by children and their families, as well as the articulation with other projects and institutions in the community.

Keywords: Education, training, learning, agroecolog.

Introducción

En Cuba, la Educación Preescolar es el primer eslabón del Sistema Nacional de Educación, que tiene como propósito lograr el adecuado desarrollo del niño en este período de su vida y contribuir a su preparación para el aprendizaje escolar, de modo que el perfeccionamiento de las vías institucionales y no institucionales propias de este nivel educativo se fortalezcan desde el círculo infantil, el grado preescolar de la escuela primaria o el grupo del programa Educa a tu Hijo, que constituyen prioridades en la política del Ministerio de Educación [García, 2017].

En este contexto la cultura alimentaria y educación nutricional constituye uno de los elementos clave que, dentro de ese ámbito educativo en los primeros años de vida, puede contribuir a fortalecer hábitos y conductas beneficiosas para los individuos y la sociedad.

La cultura alimentaria es un conjunto de valores, sintetizados en múltiples manifestaciones asociadas a los modos y estilos de producir y comer, que constituyen reflejos del proceso histórico local y mundial en que se desarrollan, presupone una unidad entre lo biológico y lo socio-histórico-cultural, y contiene elementos afectivos [Vázquez, 2017].

La alimentación y la nutrición son dos procesos sumamente importantes en la vida del hombre, ya que ambos garantizan su crecimiento y desarrollo adecuados dentro de la sociedad, así como la prevención de diversas enfermedades en todas las etapas de la vida.

La educación nutricional debe iniciarse desde que el niño nace, continuarse en el círculo infantil y prolongarla durante toda su vida. Se debe tener presente que mediante su aplicación se contribuye a la satisfacción de las necesidades nutricionales, no solo desde el punto de vista cuantitativo sino además cualitativo; por ejemplo, la elaboración de alimentos que tengan buena aceptabilidad, valor nutricional e higiene adecuada.

La alimentación es una necesidad fisiológica fundamental de todo ser vivo. Mediante la misma se reponen las energías que se pierden en la actividad del organismo y se incorporan los componentes necesarios para el crecimiento y desarrollo físico. Es un derecho de los niños y las niñas, y su realización garantiza la supervivencia y desarrollo físico y en general su bienestar emocional.

En el artículo 77 de la Constitución de la República y en la Política Económica y Social de Cuba, se incluyen lineamientos dirigidos a elevar la producción de alimentos para garantizar una alimentación balanceada, nutritiva e inocua a la población [Constitución de la República de Cuba 2019, p.24].

Asimismo, el Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional de Cuba contempla las directrices que

orienta el Estado cubano para la gestión de los sistemas alimentarios locales, soberanos y sostenibles, que se basan en la articulación intersectorial y la participación de todos los actores vinculados con la producción, transformación, comercialización y consumo de alimentos; así como el fomento de una cultura alimentaria y educación nutricional para el logro de la mejora de la salud de la población cubana [Plan SAN, 2020].

En este contexto, la formación de niños y niñas para una alimentación adecuada debe estar soportada en el conocimiento de la fuente de los alimentos y en la importancia de la producción y consumo agroecológicos.

De acuerdo a Moreno y Galiano [2015] una alimentación saludable debe poseer los niveles nutricionales adecuados para cada persona, lo que depende directamente de enfoques de producción y consumo de productos sin productos químicos sintéticos desfavorables a la salud, en lo cual la agroecología es un fundamento teórico y práctico para el logro de tales fines [Casimiro, 2017].

Teniendo en cuenta lo anterior, la formación de hábitos alimentarios es una necesidad para mejorar la calidad de vida, y que sirva de base para que la población adopte actitudes y prácticas alimentarias adecuadas y saludables.

Lo anterior corrobora la necesidad de formar la cultura alimentaria en edades tempranas, o sea, desde la primera infancia, aspectos abordados en los programas educativos de este nivel de educación.

Por tanto el objetivo de la investigación fue desarrollar un programa de actividades educativas que contribuyeran a elevar la cultura alimentaria en infantes, así como la evaluación de su impacto en niños y niñas del círculo infantil Nueva Generación.

Materiales y métodos

Como parte del tema abordado se tomó como escenario el Círculo Infantil Nueva Generación, por su vínculo con el proyecto «Miel en los años» del Centro Universitario Municipal Taguasco, desde los huertos productivos y los festivales de cocina ecológica, realizando encuentros de intercambio entre los adultos mayores, integrantes del proyecto, los trabajadores y padres de los niños y niñas [González, 2020].

En el desarrollo de las actividades se aplicaron varios métodos y técnicas de la metodología cualitativa, que propiciaron la comunicación entre el investigador y los sujetos investigados, así como el análisis cualitativo de los datos obtenidos. Permite la aplicación del método de investigación-acción participativa, seleccionado para lograr la motivación de los niños y niñas hacia una alimentación sana y su participación en la agroecología.

Se evaluó de muy conveniente la aplicación de este método por la posibilidad que brinda en cada actividad, de transformar no solo el conocimiento de la primera infancia, sino también de los agentes educativos que intervienen en la formación de los infantes.

Se emplearon, además, los siguientes métodos teóricos y empíricos: el estudio de contenidos relacionados con las características de esta edad y con el desarrollo local sostenible. El análisis- síntesis está presente en cada parte y momento de los pasos acometidos dentro del proceso de la investigación.

El histórico-lógico permitió partir de determinados antecedentes filosóficos, psicológicos y pedagógicos en el estudio de la primera infancia y su desarrollo en las condiciones actuales; el inductivo-deductivo para establecer los razonamientos generales y particulares para su intervención en la cultura alimentaria y el desarrollo local sostenible desde los huertos productivos del círculo infantil y patios productivos del proyecto Miel en los años.

Dentro de las técnicas empíricas se aplicaron la entrevista y la observación participante a los implicados para conocer sus características individuales, la necesidad de su formación y su disposición para participar de forma voluntaria en las actividades; la observación participante fue el instrumento fundamental en la obtención de la información sobre la motivación para participar en las actividades.

Del nivel matemático-estadístico se aplica el cálculo porcentual y la tabulación durante el procesamiento de la información obtenida con la aplicación de los métodos empíricos.

Los métodos y técnicas aplicadas propiciaron jerarquizar el accionar integrado de los diferentes agentes educativos de la comunidad en la primera infancia, y su participación en la cultura alimentaria y otros procesos sociales que se desarrollan, desde la dimensión educación y desarrollo social personal.

Resultados y discusión

A partir de la intervención en el Círculo Infantil se apreciaron limitaciones relacionadas con la formación de la cultura alimentaria en la primaria infancia, dadas por:

- No se logra desde el hogar y la institución la familiarización con los vegetales antes de introducirlos en la dieta.
- Falta convencimiento de los agentes educativos que inciden sobre los niños y niñas para que ingieran los vegetales que se les ofrecen.
- Necesidad de practicar estímulos que corroboren la conducta alimentaria correcta.

Se desarrolló un programa de actividades para mejorar estos aspectos en particular, y en general fomentar una cultura alimentaria coherente con los principios de la agroecología.

El programa se logró mediante la aplicación de las actividades durante el horario establecido para las actividades independientes en el proceso educativo del Círculo

Infantil, aplicadas en el curso escolar 2018-2019. En este estudio participaron 20 niños y niñas del sexto año de vida, 20 familias de los niños seleccionados, 10 adultos mayores del proyecto «Miel en los años» jubilados de esa institución y los agentes educativos (maestras, auxiliares pedagógicas y educadoras).

La formación de hábitos alimentarios se puede lograr desde el trabajo con los contenidos de la dimensión educación y desarrollo social personal que se inicia desde que el niño nace, se continúa en el círculo infantil y se prolonga durante toda su vida. Se debe tener presente que mediante su aplicación se contribuye a la satisfacción de las necesidades nutricionales, no solo desde el punto de vista cuantitativo sino cualitativo; por ejemplo, la elaboración de alimentos que tengan buena aceptabilidad, valor nutricional e higiene adecuada.

Para el cumplimiento de este propósito se realizaron diversas actividades que contribuyeron a la formación de valores y actitudes nuevas en cuanto a la cultura alimentaria de la población seleccionada. Dichas actividades se ejecutaron con los objetivos siguientes:

- Incrementar la calidad de vida en los niños de la primera infancia.
- Fortalecer, a través del vínculo institución educativa y comunidad, espacios de participación y enriquecimiento sobre la cultura alimentaria.
- Incrementar la capacidad de investigación científica de docentes y estudiantes sobre la cultura alimentaria.

Para ello se desarrollaron las actividades siguientes:

1. Talleres de capacitación a docentes y familias sobre la importancia de una adecuada alimentación en la primera infancia.
2. Diferentes actividades culturales y socialmente útiles, para elevar la autoestima de niños y niñas y sus conocimientos sobre la producción y el consumo de alimentos agroecológicos, entre las que se destacan las siguientes:

Siembra de vegetales en el huerto

Se crearon parcelas y canteros con variedades de cultivos de hortalizas y vegetales para el autoabastecimiento, priorizando los de ciclo corto (lechuga, acelga, espinaca, rábano, remolacha, entre otros). En esta actividad participaron los niños y docentes con el objetivo de conocer en la práctica como se producen los vegetales, utilizando los instrumentos de trabajo para ellos diseñados. Resultó estimulante ver la motivación de los niños ante las técnicas de siembra. De esta forma introdujeron la ciencia en sus conocimientos, al vincular la teoría con la práctica, en concordancia con FAO [2019].

Fertilización, sana y saludable

En esta actividad los niños acudieron al huerto con el objetivo de cuidar y fertilizar los vegetales por ellos sembrados en la actividad anterior, conociendo de diferentes prácticas agroecológicas y el uso de abonos orgánicos beneficiosos para el suelo, la salud de los cultivos y una

futura alimentación sana a partir del consumo de esos productos libres de químicos.

Escuela de Educación Familiar

El papel de la familia en la conducta alimentaria de sus hijos se trató en las charlas educativas, dirigidas por una dietista, que profundizó en las consecuencias de la mal nutrición en la salud de los niños y las niñas menores de seis años, sensibilizando a las familias involucradas sobre la necesidad de cumplir el horario y la alimentación sana orientada para la edad. Se concluyó la actividad con el siguiente mensaje educativo: «La alimentación adecuada es uno de los índices y condiciones más importante para el desarrollo psíquico y fisiológico de las niñas y los niños. Contribuyamos a que crezcan y se desarrollen felizmente».

Mi patio productivo

Se efectuó un trabajo sistemático y diferenciado con las familias y trabajadores del Círculo para sensibilizarlos en el aprovechamiento de sus patios para hacer canteros y utilizarlos en la siembra de plantas alimenticias para el autoconsumo familiar, involucrando a los niños, niñas, adolescentes y adultos mayores.

Nace una semillita

Este experimento de germinación se hace en el Círculo Infantil con el apoyo de las educadoras y en la casa con la ayuda de la familia, pero los infantes son los protagonistas y custodios de la actividad. Dentro de un pomo de vidrio se coloca papel gaceta desechable, previamente enrollado en forma de cilindro. Dentro del espacio que limita el papel, colocamos algodón, una esponja o aserrín previamente humedecidos. Introducimos las semillas de tomate entre la pared del pomo y el papel enrollado. Es necesario agregar diariamente un poquito de agua para que el material se mantenga humedecido. Las semillas, al absorber agua aumentan mucho de volumen hasta que rompen el tegumento. La radícula se alarga, perfora la envoltura de la semilla, se dirige hacia abajo y se convierte en la raíz de la futura planta, la que se ramifica a medida que crece. Esto motiva la prolongación del tallito y da origen al tallo de la planta, que posteriormente se cubre de hojas. Los niños disfrutaban mucho del experimento y lo demuestran con sus opiniones sobre el fenómeno ocurrido.

Elaborando alimentos (Juego de roles)

Se desarrolló para crear argumentos en el juego de roles que propicien el desarrollo de una cultura alimentaria adecuada desde los primeros años de vida. El juego constituye la actividad principal en esta edad y a través de él llevan a la práctica sus sueños y conocimientos del mundo que los rodea. En este caso los niños van al huerto a recoger la cosecha por ellos sembrada y preparar platos de forma imaginaria con su familia. Aquí imitan las acciones de cocinar, lavar los vegetales, picarlos, etc. Resulta conmovedor cuando ellos realizan acciones prácticas con los vegetales que recolectaron en el huerto, los prueban, brindan a los compañeros y aplican las reglas para el uso correcto de los cubiertos. Estos hábitos adquiridos en el

niño perduran en su desarrollo biológico y social, ya que en este período de vida se establecen las bases del aprendizaje, del cual dependerá su futura capacidad intelectual.

La ayuda solidaria

De mucha utilidad fue la ayuda solidaria, desde los convenios con el Centro Universitario, campesinos y agrónomos para asesorar a trabajadores y familias en la siembra de diferentes cultivos y sus requerimientos, sobre bases agroecológicas.

Paseos y excursiones

Se realizaron paseos y excursiones dirigidos a huertos y patios productivos de la comunidad, también a otros lugares seleccionados donde se evidenció el desarrollo de actividades agrícolas y la producción de alimentos en la localidad.

«Miel en los años» con el Círculo Infantil

El vínculo del proyecto Miel en los Años con el Círculo Infantil, se establece desde la Cátedra del Adulto Mayor en Zaza del Medio. En ese sentido 10 mujeres miembros de la cátedra trabajaron en el Círculo Infantil Nueva Generación de este poblado hasta su jubilación. Las experiencias vividas y contadas con amor y hasta con lágrimas de añoranza, fueron el lazo que motivó a establecer convenio con esta institución el 28 de enero de 2010, fecha del aniversario de su fundación en 1960, y fecha en que niños y adultos mayores se unieron en tierno abrazo. Cada año Miel en los Años conmemora ese día con la entrega de vegetales, hortalizas y juguetes producidos en sus Patios Productivos y en los Círculos de Artesanas. También se brindan deliciosos y nutritivos platos elaborados por el manual de recetas de cocina del adulto mayor explicando sus formas de elaboración e importancia de su consumo [González, 2020].

La memoria fotográfica

Se ha logrado una compilación de fotografías de las actividades realizadas, recortes de revistas y periódicos acerca de los resultados de la producción de alimentos que conforman un álbum; este es mostrado en las visitas y se exhibe en las exposiciones. Los niños disfrutaban ser reconocidos en las fotos y son capaces de expresar lo que representan las fotografías.

La evaluación de los resultados se efectúa con el análisis crítico en cada actividad realizada, valorando la transformación individual en lo cognitivo, motivacional y en los modos de actuación de los niños y niñas, las familias y los agentes educativos (maestras, auxiliares pedagógicas y educadoras), antes, durante y después de cada actividad.

Este momento de control permite comprobar la efectividad de las acciones realizadas y de los resultados obtenidos para realizar los ajustes y correcciones requeridas en la siguiente actividad.

El control está presente desde la etapa de orientación en la que los participantes han recibido los modos de actuación y se preparan para el análisis reflexivo y colectivo sobre lo que aprenden, lo que se aporta para una correcta salud individual y colectiva que favorece el correcto desarrollo y la calidad de vida.

Algunos impactos fueron:

Se ha logrado despertar el interés de los niños y niñas hacia la producción y el consumo de vegetales.

Se promueven el protagonismo y las habilidades de los niños y niñas de la institución en la realización de actividades que tributan a la protección del medioambiente y el desarrollo de una cultura alimentaria bajo el enfoque agroecológico.

Se fortalece el vínculo entre la familia y la institución con respecto a la aplicación de los procedimientos de las actividades desde el hogar.

Se establece el vínculo con el proyecto «Miel en los años» en cuanto a la cultura alimentaria y el desarrollo local sostenible desde los huertos y patios productivos de la comunidad.

Se potencia la preparación y el protagonismo de los agentes educativos (maestras, auxiliares pedagógicas y educadoras) para la realización de actividades hacia los temas relacionados con el quehacer científico y la cultura alimentaria, lo que induce al niño a hacer ciencia desde sus posibilidades y conocimientos adquiridos en este nivel educativo.

Se fortalece el vínculo de la institución con el Centro Universitario Municipal y la comunidad.

Conclusiones

Se realizaron un conjunto de actividades con elementos teóricos y prácticos que contribuyeron a desarrollar en los niños y niñas de la primera infancia nuevos conocimientos y habilidades, a despertar interés hacia la producción y el consumo de vegetales, a fortalecer su protagonismo en la realización de actividades que tributan a una producción y consumo de alimentos bajo el enfoque agroecológico, y al vínculo entre sus familias e instituciones de la comunidad.

Referencias bibliográficas

CASIMIRO R, L. CASIMIRO G, J. SUÁREZ H, J. (2017). *Resiliencia socioecológica de fincas familiares en Cuba*. Editora Estación Experimental de Pastos y Forrajes Indio Hatuey, Matanzas. 252 p.

Colectivo de autores. (2019). *Constitución de la República de Cuba*, art 77. La Habana, Cuba. 24 p.

DÍAZ-CANEL, M. (14 de octubre de 2019). «Crear y aportar desde la Universidad». Periódico Granma. p. 5.

DÍAZ-CANEL, M. (27 de abril de 2020). «Producción de alimentos tarea de todos los días». Periódico Granma. p.2.

FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. (2019). «El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2019. Protegerse frente a la desaceleración y el debilitamiento de la economía». Roma, FAO. 256 p.

GARCÍA, O. (2017). «Los círculos infantiles en Cuba: una obra de la Revolución». *Revista Laplage*, 3 (1), (117-126). DOI: <https://doi.org/10.24115/S2446-6220201731240p.117-126>

GONZÁLEZ L, N. CASIMIRO R, L. PIMIENTA G, M. ALBA H, D. PÉREZ C, M. (2020). «Impacto del proyecto Miel en los años en la cultura alimentaria del adulto mayor en Zaza del Medio». *Revista Eco Solar*, (73). Tomo 12 folio 27. ISSN 1028-6004.

MACIAS M, A.I. GORDILLO S, L.G CAMACHO R, E.J. (2012). «Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud». *Rev Chil Nutr*, 39(3), (40-43). DOI: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnut/v39n3/arto6.pdf>

MORENO V, J.M. GALIANO S, M.J. (2015). «Alimentación del niño pre-escolar, escolar y adolescente». *Revista Pediatría integral*, 19(4), (268-276). DOI: https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2015/xix04/05/n4-268-276_Jose%20Moreno.pdf

Plan SAN. (2020). Plan de Soberanía Alimentaria y Educación Nutricional de Cuba. 52 p.

UNICEF. (2019). «Niños, alimentos y nutrición». *Estado Mundial de la Infancia*, (1-24). DOI: <https://www.unicef.org/media/61091/file/Estado-mundial-infancia-2019-resumen-ejecutivo.pdf>

VÁZQUEZ, M. (2017). «Programa docente de formación de profesores en cultura alimentaria para adultos mayores». [Tesis de Maestría, Universidad de la Habana]. La Habana, Cuba.

Recibido: 25 de noviembre de 2021.

Aceptado: 24 de diciembre de 2021.

Conflicto de intereses: Los autores declaran que no existe conflictos de intereses.

Contribución de los autores: Conceptualización, investigación y supervisión: Oristela Camero Gutiérrez y Tomasa Norma González Lorenzo. Curación de datos, análisis formal, redacción-revisión y edición: Leticia Hernández González. Preparación, creación y presentación del trabajo: Damiana Hernández Cañizarez y Marbelis Olivera Lorenzo.