

# Alimentación Saludable y Etiquetado de Alimentos

Category: Comunidad de Comunicación  
30 de enero de 2025



---

## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Alimentación Saludable y Etiquetado de Alimentos

### Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos difundir cómo nos afectan las etiquetas en los alimentos?

### Contexto:

Los niños acuden al comedor escolar y tienen problemas para consumir la fruta, también hay problemas en el kiosco. además hay problemas de niños con sobrepeso.

### Objetivo general del proyecto:

Involucrar a la comunidad escolar y a los vecinos en la promoción de hábitos alimenticios saludables mediante actividades interactivas y educativas.

---

## DISEÑO PEDAGÓGICO

### Objetivos de Capacidades y de Aprendizajes que se desarrollarán con el proyecto:

- Investigar y entender la Ley de Etiquetado de Alimentos.
- Desarrollar habilidades para leer y analizar etiquetas nutricionales.
- Identificar cómo la información en las etiquetas influye en las elecciones alimenticias.
- Promover el uso de la información de las etiquetas para hacer elecciones saludables en la comunidad.

- Difundir desde la escuela y hacia la comunidad la alimentación saludable

## **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Lengua  
Matemática  
ciencias Sociales y Naturales  
Tecnología  
Plástica

### **Contenidos curriculares:**

Encuestas, entrevistas  
gráficos  
investigación . nutrición  
Instructivo : recetas. elaboración de alimentos  
folletos, stand.

### **Producto final esperable:**

Cambio en sus hábitos alimenticios a lo largo del proyecto.  
Comprensión de los estudiantes sobre la relación entre etiquetado y alimentación saludable.

---

## **PLANIFICACIÓN**

### **Duración del proyecto:**

2025

### **Acciones a llevar a cabo:**

Talleres de Cocina Saludable  
Stand de Información Nutricional  
Feria de Alimentación Saludable

## **RECURSOS**

### **Disponibles en la institución:**

- Acceso a internet y materiales de investigación.
- Materiales para la campaña de concienciación (papel, marcadores, software de presentación).
- Espacio para montar la feria de alimentación saludable.y para los talleres de

cocina saludable

### **Necesarios para llevar adelante el proyecto:**

Apoyo del Supermercado.

### **Organizaciones aliadas:**

Supermercado La Reina

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

- Explicación de la Ley de Etiquetado de Alimentos y su propósito en la promoción de la salud pública.

Aprender sobre cómo leer etiquetas nutricionales

---

## **EVALUACIÓN**

### **Criterios e instrumentos de evaluación:**

- Evaluación continua mediante observaciones y rubricas específicas para cada actividad.
  - Presentaciones de grupo y feedback de compañeros.
  - Reflexiones personales y autoevaluación.
- 

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

- Feria de Alimentación Saludable
- Organizar una feria en la escuela o en colaboración con el supermercado del barrio para presentar los hallazgos del proyecto. Los estudiantes pueden tener stands donde expliquen la ley, cómo leer etiquetas y presenten recetas saludables.
- Talleres de Cocina Saludable
- Organizar talleres de cocina en vivo, donde los padres, abuelos, tíos o hermanos de los alumnos enseñan a preparar recetas saludables.

- Los alumnos pueden participar como asistentes y ayudar a los visitantes a seguir las recetas

#### **De los resultados:**

- Stand de Información Nutricional
  - Los estudiantes crean y presentan stands con información sobre diferentes grupos de alimentos, sus beneficios y cómo incorporarlos en la dieta diaria.
  - Materiales interactivos como folletos, carteles y diapositivas para facilitar la comprensión, gráficos etc
- 

## **IDENTIFICACIÓN**

### **Integrantes del proyecto:**

Rosa Magdalena Ponce - Vicedirectora  
Cortés Mónica - Docente de Grado  
Mezzacane, Beatriz - Docente de Grado  
Rugeri, Carina - Docente de Grado  
Quintana Viviana - Docente de Grado  
Muñiz, Andrea - Docente de Grado  
Escobar, Belkis - Docente de Grado  
Vega, Claudia - Docente de Grado

### **Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 8  
Estudiantes: 120

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Ponce, Rosa  
Email del referente: tmescuola@gmail.com