



En el año 2013 el ministerio de Educación propuso trazar de manera colectiva "El Camino de la Educación Santafesina" para celebrar el Día del Maestro. Con propuestas recibidas desde escuelas de toda la provincia, un jurado integrado por destacados de la Educación elige referentes, tanto históricos como actuales, de la tradición pedagógica santafesina.

El siguiente trabajo fue seleccionado para las instancias finales de "Camino de la educación santafesina" edición 2018.

TITULO

Reeducando el paladar

ESCUELA

Escuela Enseñanza Técnica N° 394 "Dr. Francisco de Gurruchaga" – Región VI – Rosario

AUTORES

Gabriela Mazzotta, Maria Alejandra Anunziata, Daniela Fernandez, Maria Eugenia Schiavon

CATEGORÍA

Metodología de la enseñanza

OBJETIVO GENERAL

Valorar la importancia de la buena alimentación
Reconocer la selección de los alimentos naturales y/o enriquecidos/ fortificados para la preparación de viandas acordes a la etapa biofísicapsíquica y social.
Testeo de alimentos enriquecidos/fortalecidos con Yodo y ácido fólico presentes en nuestras góndolas.
Valorar el Código Alimentario Argentino y las leyes sobre el enriquecimiento o fortalecimiento de algunos alimentos.



Diagramar recetas para la elaboración de viandas que aporten cantidad y calidad de micronutrientes en especial Yodo y ácido fólico.

FUNDAMENTACIÓN

La década de los 90 implicó muchos cambios en los modos de vida de los argentinos y los hábitos alimentarios no estuvieron al margen. Las consecuencias de no cumplir con una buena alimentación, es decir con una dieta equilibrada en calidad y cantidad se denomina malnutrición, ésta puede ser por déficit o exceso de macronutrientes, o por déficit de micronutrientes (Desnutrición oculta). En nuestro país prevalecen en la actualidad, enfermedades nutricionales relacionadas con el escaso consumo de Yodo y de ácido Fólico. Sabemos que una dieta pobre en Yodo ocasiona precozmente Hipotiroidismo (Argentina es endémica en Bocio) y que dietas escasas en ácido Fólico producen anemia y malformaciones congénitas, alteraciones en el crecimiento y desarrollo. Otra problemática, es nuestra poca conciencia de aprovechar mejor los alimentos que compramos (cáscaras, tallos y semillas), éstos pueden dar sabor a nuestras comidas y muchos nutrientes a nuestra dieta que en la mayoría de los casos no consumimos.

DESCRIPCIÓN

El curso que participa es 5º año de la especialidad Tecnología de los Alimentos, las materias involucradas son: Bioquímica Alimentaria, Microbiología Alimentaria, Química Analítica, Producción de Alimentos; Ciencia de los Alimentos. Los estudiantes gestionaron una campaña de divulgación sobre la buena alimentación, fortaleciendo el consumo de alimentos naturales , además se prepararon recetas y producción de viandas o comidas con alimentos naturales ricos en Yodo y ácido fólico y con alimentos enriquecidos/fortalecidos con Yodo/ ácido fólico que estén en góndola, y por último la puesta en marcha y selección de alimentos que potencialmente puedan enriquecerse o fortalecerse, su producción y su posterior análisis de biopotencialidad.

AMBIENTACIÓN

En nuestro colegio contamos con una sala de elaboración de alimentos (planta piloto) que cuenta con mesadas y los insumos apropiados para tal fin. Además contamos con el laboratorio de Análisis de Alimentos que funciona en el espacio del laboratorio de Química.

MATERIALES



Las materias primas utilizadas para este proyecto son semillas de girasol, semillas de calabaza, brotes de legumbres y sal marina enriquecida en Yodo, con el fin de obtener una pasta untable con las semillas .

VÍNCULOS CON LA COMUNIDAD

El proyecto surge de la información, que Argentina es acreedora de enfermedades endémicas como el Bocio (consumo deficitario del Yodo) y además hay un problema que afecta a la mujer en su etapa gestacional, y es el consumo deficitario de ácido fólico que provoca anemias y malformaciones congénitas (Mielomeningoceles) que se desarrollan durante el primer trimestre de la gestación. Este proyecto no solo beneficiaría en cuanto a la modificación de los hábitos alimentarios, sino en crear nuevos hábitos a partir de la incorporación de semillas enteras con el objetivo de considerar la sustentabilidad de los alimentos.

RESULTADOS

La experiencia fue un trabajo desarrollado en Planta Piloto, los alumnos demostraron interés y vieron la viabilidad del producto. Las imágenes que se publican se corresponden algunos con un proyecto realizado el año pasado, sobre un alimento innovador y la muestra anual sobre lo producido que se realiza en la escuela año tras año.