



Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires
Secretaría de Educación

JORNADAS VIRTUALES

en el
Instituto Superior del Profesorado
Dr. Joaquín V. González



Reflexiones sobre el uso de NTIC en una experiencia acerca de hábitos de higiene y buena alimentación llevada a cabo en el nivel inicial.

Cristina Caballero¹, María Claudia Degrossi² y Susana Carnevali de Falke³

¹ Instituto Santa María de Luján - 3 de febrero 760 - Capital; ² Universidad de Belgrano - Villanueva 1324- Capital; ³ Instituto Universitario de Ciencias de la salud Fundación Barceló - Larrea 770 - Capital

Dra. Degrossi

Resumen

Durante los años 2005 y 2006 se llevó adelante el proyecto educativo “Aprendamos a cuidarnos” en las salas de 4 y 5 años del Nivel Inicial del Instituto Santa María de Luján. Participaron en su diseño la maestra de sala de 5 y 2 docentes del nivel superior del área de alimentos, quienes se mantuvieron comunicadas por correo electrónico. Se abarcaron diferentes aspectos, incluyendo, la importancia de una correcta alimentación, de la higiene personal y del manejo higiénico de los alimentos. Se realizaron actividades como: lectura de un libro sobre lavado de manos, visita de expertos, experimentos para observar el crecimiento de gérmenes, preparación de desayunos saludables, visita al supermercado, búsquedas de información en la red y juegos en Internet sobre cuándo lavarse las manos. Se comunicó lo aprendido a los padres y vecinos mediante un tríptico elaborado en Power Point. La experiencia se registró a través de una cámara de video. Si bien resultó sumamente positiva podría haberse enriquecido mediante la inclusión genuina de las NTIC. La utilización de un Blog hubiera facilitado la comunicación con las familias, favoreciendo la integración en los hogares de los temas aprendidos. También se podría haber compartido la experiencia, mediante el Blog o por medio del correo electrónico, con Instituciones de otras partes del país.

Introducción

La experiencia sobre el cuidado del cuerpo fue desarrollada durante los años 2005 y 2006 en el Nivel Inicial del colegio Santa María de Lujan. Tradicionalmente los chicos traían su merienda desde la casa. En la mayoría de los casos consistía en golosinas, papas fritas u otros productos de copetín. Ante esta situación, sumado a la detección de una serie de casos de gastroenteritis a comienzos del año 2005 en el colegio, la maestra de sala de 5 decidió iniciar un proyecto denominado “Aprendamos a cuidarnos” que abarcara el aspecto nutricional, la higiene personal y el cuidado de los alimentos. Lugo se sumaron los alumnos de sala de 4.

Nos convocó para su desarrollo, siendo nuestra actividad principal la docencia en el nivel superior en asignaturas relacionadas a la temática. Luego de una primera reunión presencial, el contacto lo mantuvimos esencialmente por correo electrónico

En su diseño se consideró que es en los primeros años de vida en los que resulta más sencillo incorporar hábitos saludables que permiten prevenir distintas enfermedades. Con este proyecto esperábamos que el grupo reflexionara sobre sus posibilidades y potencialidades para hacerse cargo del cuidado de algunos aspectos de la salud y se motivaran para transmitirlo a los demás miembros de sus respectivas familias y a la comunidad. De esta manera plantemos en conjunto los siguientes objetivos:

Objetivo general: Cuidar la salud aprendiendo a elegir los alimentos nutritivos y conociendo la importancia de la higiene y conservación de los alimentos.

Objetivos específicos: que los chicos

1. Conocieran la importancia de una buena alimentación.
2. Descubrieran los aspectos más importantes a tener en cuenta para mantener la calidad y salubridad de los alimentos desde el campo a la mesa (producción primaria, transporte, fábrica, supermercado, hogares)
3. Se interiorizaran sobre el problema de la contaminación de los alimentos.
4. Intentaran gratificar las diferentes experiencias realizadas
5. Transmitiesen a la comunidad la importancia de la higiene personal y de la correcta manipulación de los alimentos.

Recursos, actividades y metodología

- 1. Recursos Humanos:** las maestras de sala de 4 y 5, padres de los alumnos y las especialistas que participamos en el diseño y/o implementación del proyecto.
- 2. Materiales:** un cuento sobre el lavado de manos; jabón y toalla para lavarlas correctamente; licuadora y distintos alimentos para preparar desayunos nutritivos; placas de Petri para comprobar la presencia de microorganismos en la sala y en las manos aportados por una Universidad privada del mismo barrio; frascos y panes para observar el crecimiento de mohos en distintas condiciones; cartulinas, lápices y otros materiales para escribir y dibujar lo aprendido; cámara de fotos para registrar las distintas instancias del proceso; computadora con conexión a Internet; TV y video para mirar una grabación del autobús mágico sobre el tránsito de los alimentos por el intestino.
- 3. Actividades:** las planificamos para ser realizadas en la sala, en la biblioteca, en el laboratorio del colegio y en el barrio.

Actividades de Iniciación: Lectura del cuento “Manos limpias” y reflexión sobre su mensaje; visita de un papá - médico para contarle a las salas de los cuidados necesarios para evitar enfermarse y para enseñarles sobre la importancia de la higiene de manos y el lavado de dientes.

Actividades de desarrollo: Investigación en Internet sobre los alimentos que necesitamos comer para ayudarnos a crecer saludables y sanos; investigación sobre el recorrido de los alimentos en nuestro organismo una vez que los comimos y observación de un video de la serie del autobús mágico sobre el tema; visita de una mamá para enseñarnos a cocinar una receta nutritiva; visita al supermercado y compra de los ingredientes necesarios para cocinar galletas, observando las indicaciones de los envases (fecha de elaboración y vencimiento) y controlando la higiene del lugar y que las heladeras estuviesen funcionando correctamente; investigación en la red de cómo llega la leche desde la vaca a la botella pasteurizada y sobre qué tipos de leche existen (en sachet, cartón, botella, etc.), sus semejanzas y sus diferencias (grupo de sala de 5); investigación sobre las frutas y de cómo se alteran al pelarlas, picarlas y rallarlas (grupo de sala de 4); preparación de galletas artesanales; juegos de Internet sobre cuándo lavarse las manos.

También se realizó un experimento para observar en qué condiciones desarrollan los mohos del pan: las rodajas de pan lacteado fueron colocadas en frascos transparentes y herméticos luego de realizarles distintos tratamientos (una rebanada con agregado de gotas de agua, una rebanada frotada por el piso, otra frotada por el piso con agregado de gotas de agua y una rebanada de pan sin ningún tratamiento como control). La experiencia se registró en una cartulina en la que se iban haciendo anotaciones sobre los cambios observados. Además, se contaminaron placas de Petri con muestras de las manos, del piso, de las mochilas, la alfombra y la almohada del sector de juegos. Luego de unos días, fuimos a observar los resultados y sacar conclusiones con los chicos, aprovechando a enseñarles los cuidados que necesitamos tener al manipular alimentos.

Actividad de cierre: Armado de un tríptico en computadora, en Power Point, por parte de la maestra de sala de 5, con información general sobre la importancia de una buena alimentación, juegos de ingenio sobre la nutrición y el cuidado de los alimentos, cuentos y poesías, información sobre la importancia de la higiene de los alimentos antes de ingerirlos y otros datos útiles (direcciones de Internet, teléfono de Fundaciones, revistas como la nuestra para consultar); armado de imanes para la heladera, transmitiendo mensajes de prevención para las familias. Entrega del tríptico e imanes a vecinos del barrio y a los padres.

4. Contenidos abordados

Indagación del Ambiente Social y Natural

- Establecimiento de relaciones entre las funciones que cumplen los objetos y las necesidades y los intereses de las personas: la heladera permite conservar los alimentos frescos.
- Comparación de distintos objetos que se utilizan para satisfacer necesidades e intereses semejantes en distintas comunidades: utensilios que se usan para comer, elementos que se utilizan para conservar los alimentos.
- Comparación de objetos que se utilizan para satisfacer necesidades e intereses semejantes a lo largo del tiempo. Por ejemplo, la heladera eléctrica / la heladera de hielo.
- Reconocimiento de cambios que ocurren en los objetos y materiales: cambios irreversibles (putrefacción).

El cuidado de uno mismo y de los otros

- Comparación entre diferentes personas en relación con los gustos y las necesidades, por ejemplo los alimentos que consumen.
- Aproximación de la idea de la existencia de las partes internas del cuerpo y algunas de sus funciones. Los pulmones y la respiración, los huesos y los músculos y el sostén y el movimiento, etc.
- Apropiación y reconocimiento del sentido de los hábitos y cuidados necesarios para promover la salud (higiene, abrigo, juego, descanso, alimentarse correctamente).
- Comparación de algunos cambios y permanencias en los cuidados de la salud a lo largo de la vida. Todas las personas se alimentan pero tienen distintas necesidades según la edad.
- Identificación y reconocimiento de algunas normas que se elaboran para cuidar la salud de la población: los alimentos tienen fecha de elaboración y vencimiento.
- Comunicación del resultado de las indagaciones.

5. Implementación.

A comienzos del año 2005 se desarrolló el proyecto con los 14 alumnos de sala de 5 y 17 de sala de 4. En la primera reunión de padres quedaron planteados los objetivos del mismo y su implementación fue paulatina a lo largo del período escolar. Se comenzó por el aspecto nutricional e higiene personal para luego avanzar sobre el manejo de los alimentos y los experimentos con los panes y las placas de Petri en la segunda parte del año. Los trípticos e imanes fueron repartidos en el barrio y se entregaron a los padres al finalizar el año. En el año 2006 se continuó el trabajo con los nuevos alumnos de sala de 5 (los 17 alumnos del año anterior de sala de 4), ampliando y profundizando los distintos temas previamente abordados con ellos durante el año 2005.

Resultados

El Grupo del año 2005 alcanzó los objetivos que nos propusimos:

- A partir de la experiencia los desayunos en el Jardín pasaron a ser, para todo el grupo, cereales, fruta, pan con dulce, yogurt y leche. Es decir, mejoraron su dieta.
- Los chicos aprendieron a realizar un correcto lavado de manos y cuándo debían hacerlo, especialmente, en forma previa a cada comida.
- Los padres comentaron que los chicos hablaban del tema en sus propios hogares y señalaron que ellos también aprendieron algunos aspectos importantes sobre el correcto manejo de los alimentos.

- No sólo favorecimos la concientización de una alimentación balanceada favorable para un crecimiento saludable, sino que a través de una higiene correcta de manos y alimentos, disminuimos la cantidad de cuadros de gastroenteritis en la población educativa.
- Los chicos, en la experiencia con los panes, utilizaron el método científico
- El hecho de haber interactuado durante dos años con un mismo grupo (en sala de 4 en 2005 y en sala de 5 en 2006), permitió un mayor aprendizaje en los chicos y el enriquecimiento del proyecto ya que fue optimizado en diferentes aspectos.
- Resulto indispensable la comunicación entre la escuela y la Universidad para la realización de esta experiencia.

Reflexiones sobre cómo optimizar el uso de las NTIC

Si bien se utilizaron las NTIC, no se aprovecharon al máximo para lograr aun mejores resultados y para amplificar la experiencia en otros centros educativos.

En este sentido:

- Podríamos haber planteado entre los objetivos aspectos vinculados al uso de los Tics y el trabajo colaborativo.
- Los chicos podrían haber utilizado programas de la computadora para crear afiches sobre el lavado de manos para pegar en las distintas aulas del colegio.
- También podrían haber utilizado la computadora para ver imágenes de microorganismos a través de Internet. Existe la posibilidad de comprender su verdadero tamaño en ciertos sitios de la red (comienza mostrando un alfiler y luego se va magnificando para mostrar estructuras más pequeñas).
- Podrían haber diseñado los imanes con mensajes sobre manejo de alimentos en la computadora.
- Podrían haber utilizado el mail para contactarse con otras instituciones para contar el proyecto e intercambiar ideas o informaciones.
- Podría haberse creado un Blog para ir mostrando a los padres el progreso a lo largo del año. También para que ellos se involucraran más implementando en casa las recomendaciones sobre lavado de dientes, de manos, higiene en la cocina, etc. El Blog hubiera resultado ideal para interactuar con otros colegios y así conocer otras realidades, problemáticas referidas a la calidad del agua, de los alimentos, recetas típicas de cada zona, etc.

Conclusiones

Resulta fundamental incorporar los temas desarrollados en esta experiencia tanto en Nivel Inicial como otros niveles educativos para lograr en la población infantil un crecimiento saludable, reduciendo el impacto de las distintas enfermedades, especialmente las de transmisión alimentaria. También es importante fomentar la comunicación tanto entre la escuela y la Universidad como entre las instituciones educativas y la comunidad para facilitar este tipo de experiencias y así lograr un efecto multiplicador de los resultados positivos aquí observados.

Sin lugar a dudas, la gama de posibilidades en cuanto a la incorporación de las NTIC es infinita, y lo terrible es que no hubiera sido necesario más equipamiento del que hoy dispone la escuela para hacerlo, sino abrir las cabezas pensando en la inclusión de los chicos en un mundo complejo en el cual las nuevas tecnologías pueden achicar “distancias”.

Bibliografía

- Dirección General de Cultura y Educación, Gobierno de la Provincia de Buenos Aires. 2003. Orientaciones Didácticas para el Nivel Inicial, 3era. Parte. Disponible en: <http://abc.gov.ar/lainstitucion/sistemaeducativo/educacioninicial/capacitacion/DocumentosCirculares/default.htm>
- Ferrada Cubillos, M. 2005. Weblogs o bitácoras; un recurso de colaboración en línea para Profesionales de la Información. Serio Biotecnología y Gestión de Información N° 6. http://eprints.rclis.org/archive/00004829/01/serie_6.pdf
- Novelino Barato, J. 2004. El Alma de las WebQuest. <http://www.webquest.futuro.usp.br>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la ciencia y La cultura. 2008. Estándares de Competencias en TUIIC para docentes. Disponible en: <http://www.eduteka.org/EstandaresDocentesUnesco.php>
- Orihuela, L (2003) ¿Qué son las bitácoras y por qué deberían importarnos? <http://www.unav.es/noticias/opinion/op200103.html>
- Scagnoli, N. 2004. De lo presencial a lo virtual. <http://students.ed.uiuc.edu/scagnoli/pubs/presencial-A-virtual.pdf>
- . Stamboulian, C. y col. Manos Limpias. FUNCEI.

