

Desarrollo de un proyecto de extensión universitaria en una escuela pública de Juiz de Fora: relato de la experiencia

Ana Paula Souza Pereira

Alumna del curso de Nutrición de la Universidad Federal de Juiz de Fora (UFJF) y voluntaria del proyecto de extensión universitaria “Acciones Dirigidas a la Prevención de la Obesidad Infantil”.

Hellen Katianne Gomes Queiroz

Alumna del curso de Nutrición de la Universidad Federal de Juiz de Fora (UFJF) y voluntaria del proyecto de extensión universitaria “Acciones Dirigidas a la Prevención de la Obesidad Infantil”.

Carlos Alberto Mourão Júnior

Profesor adjunto del Departamento de Fisiología de la UFJF. Coordinador del proyecto de extensión universitaria “Acciones Dirigidas a la Prevención de la Obesidad Infantil”.

197

Resumen

Este relato, que resulta del proyecto de extensión universitaria denominado “Acciones Dirigidas a la Prevención de la Obesidad Infantil”, presenta las dificultades y experiencias de las académicas del curso de Nutrición de la Universidad Federal de Juiz de Fora durante la realización de las actividades en una escuela municipal. Los temas abordados tuvieron por objetivo trabajar el incentivo de los hábitos de vida saludables a través de acciones educativas, que son una importante herramienta en las prácticas de combate y prevención de esta enfermedad, especialmente cuando se insertan en el ambiente escolar. En total se realizaron seis encuentros. En cada uno de ellos se utilizó una dinámica diferente, entre ellas, teatro con títeres, juegos y conversaciones. En este período, fue posible observar la precariedad de la educación pública, ya que la mayor parte de los alumnos apenas sabía escribir simples palabras. También hubo relatos sobre la difícil rutina que algunos de los mismos tienen en su casa. Se encontraron muchas dificultades durante la realización de las actividades, que, por otro lado, contribuyeron con la formación profesional de todo el equipo.

Palabras-clave: Educación. Obesidad. Niños.

Introducción

La obesidad es una enfermedad crónica que alcanza un número cada vez más grande de individuos en todo el mundo, tanto en países desarrollados como en los menos desarrollados y tiene como característica la acumulación excesiva de grasa corporal. De la misma manera, los índices de sobrepeso y obesidad vienen creciendo en todo Brasil, especialmente en las últimas décadas, alcanzando todas las regiones y acometiendo, principalmente, a la población de baja escolaridad y pocos ingresos (BRASIL, 2014). Las consecuencias de este problema son bastante preocupantes, ya que pueden ocasionar desde la disminución de la calidad de vida hasta la asociación de innumerables enfermedades, con modificaciones metabólicas, como la dislipidemia, la hipertensión y la intolerancia a la glucosa, considerados factores de riesgo para la diabetes *mellitus* tipo 2, las enfermedades cardiovasculares, entre otras, afectando no sólo al individuo, sino también a la población en general (WHO, 1997).

Tanto en la infancia como en todas las otras fases de la vida, el estado nutricional se puede determinar por factores intrínsecos, como la genética y, por factores extrínsecos, como los hábitos alimenticios, la situación económica y los factores culturales (WEFFORT; LAMOUNIER, 2009).

Los hábitos de vida modernos desempeñan una gran influencia sobre el cuadro de sobrepeso y obesidad en el que se encuentra actualmente la población. El consumo cada vez más grande de alimentos procesados y ultraprocesados, con la adición de azúcar y grasa para hacer los atractivos y aumentar su duración, aliado a la reducción de la práctica de actividades físicas, termina generando un desequilibrio en el balance energético (BRASIL, 2014).

De esta forma, la promoción de una alimentación adecuada y saludable, que se constituye en un conjunto de estrategias que tiene por objetivo mejorar la calidad de vida y proteger la salud, tanto en el ámbito individual como colectivo, se convierte en una importante herramienta en las prácticas de combate y prevención de la obesidad.

La escuela desempeña un papel fundamental en la construcción de conocimientos, convirtiéndola en un ambiente propicio para el desarrollo de programas de educación en salud, ya que se encuentra inserta en todas las dimensiones del aprendizaje, además de estar involucrada en la realidad social y

cultural de cada alumno y hacer posible una similitud comunicativa (CASTOLDI; BIAZETTO; FERRAZ, 2010).

Objetivo

El objetivo de este relato es presentar las experiencias y dificultades enfrentadas en el desarrollo de un proyecto de extensión universitaria realizado con niños de una escuela municipal de Juiz de Fora-MG.

199

Metodología

El proyecto de extensión universitaria referido fue ejecutado por académicos del curso de Nutrición de la Universidad Federal de Juiz de Fora (UFJF).

Para la ejecución del proyecto, se eligió una escuela ubicada en el Barrio *São Pedro*, en Juiz de Fora. La institución cuenta con aproximadamente 900 alumnos, de los cuales participaron 80 niños de 4° grado de nivel primario. La propuesta comenzó en noviembre de 2014 y finalizó en abril de 2015.

Antes de comenzar las actividades, se enviaron las propuestas en un documento por escrito a la escuela. Fueron trabajos, a través de abordajes cualitativos, temas relacionados con la obesidad y los hábitos de vida saludables, de manera lúdica, por medio de juegos, teatros con títeres, charlas y observación. A través de la dirección de la escuela, los padres y responsables pudieron comparecer a algunas de las reuniones con el objetivo de conocer las actividades ejecutadas con los alumnos. Cada encuentro fue registrado en la forma de informe, en donde se evaluó el nivel de conocimiento sobre el tema trabajado.

Relatos y discusión

Se optó por trabajar en esta escuela debido a la escasez de proyectos que aborden el tema de prevención de la obesidad con alumnos más jóvenes pertenecientes a la red pública de enseñanza de Juiz de Fora en el Barrio *São Pedro*, visto que el tema es comúnmente debatido en las escuelas de la región central del municipio.

Se realizaron seis encuentros con los tres grupos de 4° grado de la escuela. Este número fue inferior al esperado, debido a la necesidad de paralización del

proyecto. Los encuentros tuvieron lugar en el teatro, en la biblioteca, en el patio de recreación y en el aula. El primer contacto con la escuela fue difícil, pues no se conseguía agendar una reunión con el principal responsable por la misma, muchas veces alegando haber un intercambio entre los tres directores en días y horarios diferentes durante la semana.

En el aula, durante el primer encuentro, fue posible percibir cómo funciona la jerarquía entre el profesor y el alumno y cómo éstos se relacionan. La recepción por la profesora responsable, que en un primer momento demostró buen control sobre el grupo, fue muy buena. Se realizó la presentación del proyecto a los alumnos y se habló de la importancia de mantener una alimentación saludable, solamente para introducir la primera actividad a los mismos.

La primera actividad consistió en conocer los gustos y preferencias de los alumnos con relación a la alimentación que éstos realizan dentro y fuera del ambiente escolar y familiar, buscando de esta forma, estar a la par del día a día de los estudiantes con referencia a las comidas. Sin embargo, durante la ejecución de la actividad, la educadora responsable se ausentó de la clase y de este modo los alumnos se dispersaron y algunos de ellos se pusieron a jugar y hasta hubo insultos, dificultando la comunicación con el grupo. De esta forma, no fue posible finalizar la actividad de acuerdo a lo planificado por el equipo. El material distribuido fue recogido y analizado posteriormente. En los dibujos y durante la aplicación de la actividad, fue posible averiguar que la mayor parte de los alumnos no tiene dominio/conocimiento básico del idioma portugués, ya que muchos no supieron escribir palabras tales como “fruta”, “manzana”, etc., y precisaron de ayuda del equipo para finalizar la actividad, lo que deja en evidencia la precariedad de la educación pública brasileña. Cabe destacar que los materiales utilizados con los niños fueron elaborados y entregados por el equipo.

Se realizaron intervenciones dentro y fuera del aula. En el ambiente externo – patio de recreación- sólo se produjo un solo encuentro. En el mismo se hizo un juego conocido entre los alumnos como “papa caliente”, con el objetivo de hacer la actividad más dinámica y participativa, de modo que los alumnos estuvieran más relajados para responder a las preguntas del equipo. Una vez más, los alumnos fueron dejados sin la supervisión del profesor. El objetivo primordial fue descubrir la realidad vivida dentro y fuera de la casa, con relación a los hábitos y costumbres alimenticias. Se puede decir que este objetivo fue alcanzado y, a través de este cuestionario oral, también fue

posible percibir por las respuestas, el estilo de vida que algunos de los alumnos enfrentan en el ambiente familiar. Entre éstos, tanto las niñas como los niños de aproximadamente 9 años de edad afirmaron permanecer solos y prepararse algunas comidas (generalmente el almuerzo), sin la supervisión de un adulto. También hubo relatos de algunos alumnos en los cuales se descubrió que también realizan trabajos domésticos y tienen la responsabilidad de cuidar de sus hermanos menores.

De todas las reuniones con los escolares, ésta fue la más difícil, pues el equipo estuvo a merced de la situación, con total responsabilidad de los alumnos y sin soporte por parte de la profesora, inclusive cuando le fue solicitado. Algunos alumnos estaban muy exaltados, corriendo por el patio y otros se negaron a participar de la actividad.

Debido al problema de comunicación del equipo con el grupo, se solicitó que algún profesional capacitado pudiese acompañarnos en las próximas reuniones que serían realizadas.

Los demás encuentros se realizaron de forma similar en lo que respecta a la participación y colaboración de los cuerpos discente y docente.

Consideraciones finales

Basado en las experiencias, se observó que es imprescindible la realización de proyectos educativos dirigidos a la red pública de enseñanza de Juiz de Fora. De acuerdo a lo discutido, es posible notar que la realidad de la ejecución del proyecto en una escuela pública no se ejecutó según lo planificado, teniendo en cuenta los distintos e inesperados obstáculos y dificultades, sobre todo por parte del cuerpo docente. La escuela se mostró dispuesta y entusiasmada con el proyecto, aceptando nuestras propuestas pero, en contrapartida, no brindó soporte cuando fue solicitado. Por lo tanto, considerando el desarrollo de las actividades, se concluye que es necesaria una participación con más ahínco por parte del equipo escolar, dado que no se tuvo el soporte esperado por parte de la misma.

Development of an extension project in a public school in Juiz de Fora city: experience report

Abstract

This report, which is the result of an extension project entitled “Actions to Prevent Childhood Obesity”, shows the difficulties and experiences of students of the Nutrition

Desarrollo de un proyecto de extensión universitaria en una escuela pública de Juiz de Fora: relato de la experiencia

course at the Federal University of Juiz de Fora in carrying out activities in a municipal school. The actions aimed at encouraging healthy living habits through educational activities, which are an important tool in practices to combat and prevent this disease, especially in the school environment. We did six meetings in the school. We performed different strategies, including theater with puppets, jokes and conversations. During this period, we observed the precariousness of public education, since most of the students could hardly write simple words. There were also reports about the difficult routine that some of them live at home. We found many difficulties in carrying out our activities, but, on the other hand, such difficulties contributed to the personal maturation of our team.

Keywords: Education. Obesity. Children.

Referências

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. *Estratégia intersectorial de prevenção e controle da obesidade: recomendações para estados e municípios*. Brasília: MDS, 2014.

CASTOLDI, R.; BIAZETTO, A. C. F.; FERRAZ, D. F. Aplicação de módulo didático com o tema nutrição a alunos do ensino fundamental. *Experiências em Ensino de Ciências*, Cascavel, v. 5, n. 1, p. 89-95, 2010.

WEFFORT, V. R. S.; LAMOUNIER, J. A. *Nutrição em pediatria: da neologia à adolescência*. Barueri: Manole, 2009.

WHO – World Health Organization. *Obesity: preventing and managing the global epidemic*. Report on a WHO Expert Consultation on Obesity. Geneva, 1997.