

LA EDUCACION HIGIENICA Y LA NUTRICION ESCOLAR*

Por JUAN OLAYA R., B.S., M.P.H.

Asesor Técnico en Educación Sanitaria del Servicio Cooperativo Interamericano de Salud Pública de Colombia

La Conferencia Internacional sobre Alimentación y Agricultura de Hot Springs (1943), a la cual asistieron representantes de todos los países miembros de las Naciones Unidas, presentó un informe del cual los siguientes párrafos indican claramente la importancia que tiene la nutrición en el bienestar de los pueblos y el futuro de la Humanidad:

“La buena alimentación es garantía de buena salud. Ella aumenta en el hombre la capacidad de contribuir a la civilización y al progreso y fomenta la felicidad humana. Los regímenes alimenticios que no se ajustan a los principios de la nutrición adecuada, conducen a un pobre desarrollo físico, mala salud y muerte prematura.

“Hay pruebas claras y convincentes de la íntima relación que existe entre la alimentación deficiente, y la mala salud. Múltiples son los efectos nocivos que causa el no comer suficiente cantidad de alimentos adecuados. En primer lugar, la nutrición deficiente reduce el vigor y la vitalidad, y por consiguiente sus víctimas no pueden desempeñar bien la función de ciudadanos activos y útiles. En segundo lugar, son más frecuentes las enfermedades e invariablemente más alto el índice de la mortalidad de infantes, niños de corta edad, mujeres embarazadas y grupos de todas las edades, en poblaciones mal alimentadas” (1).

Los conceptos mencionados ponen de manifiesto la extraordinaria importancia de la buena nutrición, y justifican plenamente la necesidad de incluir enseñanza y servicios nutricionales en los programas escolares. Porque aun para el observador poco avezado es evidente que nuestros pueblos son, sin distinción de clases sociales o económicas, conglomerados cuya alimentación no satisface las condiciones que requiere para ser “garantía de buena salud”, según el concepto de los convencionalistas de Hot Springs. Justo es hacer notar que la subalimentación mencionada no es el resultado de una carencia absoluta de alimentos producidos en nuestro suelo. Se trata más bien de una equivocada utilización que obedece a causas variadas y complejas; entre ellas, aparte del factor económico que impide a muchas gentes aprovecharse de ciertos nutrientes esenciales, los hábitos, la tradición alimenticia y la falta de conocimientos científicos sobre nutrición son las causas más importantes de la mala nutrición de nuestros pueblos.

Hábitos, imposiciones tradicionales e ignorancia son tres factores de índole meramente cultural; en consecuencia, tales factores pueden y deben ser modificados por la acción cultural de la institución escolar, único organismo que por trabajar con un material humano en vía de formación, es la más capacitada para impartir conocimientos, crear

* Manuscrito recibido en marzo de 1952.

nuevas actitudes y fomentar determinados hábitos en materia tan importante.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE NUTRICIÓN ESCOLAR

En términos generales, los objetivos de un programa de nutrición escolar pueden resumirse así:

- (a) Educar tanto a los escolares como a sus padres, en el concepto de que para lograr el bienestar individual y social es necesario estar bien alimentado.
- (b) Lograr que los niños, así como los padres de familia, obtengan un conocimiento claro de lo que constituye una buena dieta.
- (c) Conocer el valor nutritivo de las dietas familiares y la manera más económica de mejorarlas.
- (d) Crear en la escuela servicios de nutrición escolar, tales como la tienda escolar, la huerta escolar, y las cooperativas de producción y consumo, las cuales intervendrán en la organización y buen funcionamiento del restaurante escolar.
- (e) Formar en los escolares hábitos nutricionales correctos.
- (f) Impartir a los escolares conocimientos científicos sobre nutrición.
- (g) Desarrollar en los escolares nuevas actitudes ante los problemas de orden nutricional, más acordes con los nuevos postulados de orden nutricional y con sus propias necesidades.
- (h) Proporcionar a los escolares los nutrimentos esenciales que escasean en las dietas hogareñas, es decir, ofrecer servicios de nutrición en la escuela, objetivo éste que consideramos como el punto fundamental en todo programa de nutrición escolar, y al cual deben converger todos los demás.

Nuestra experiencia en el medio ambiente colombiano nos da pie para afirmar que para el buen desarrollo de un programa de esta índole, es necesario atender previamente a los siguientes aspectos:

PREPARACIÓN DEL PERSONAL DOCENTE

Preparación del personal docente encargado de llevar a la práctica el programa. Entre nosotros el programa de las escuelas normales no incluye estudios de educación sanitaria escolar, de la cual la educación nutricional es apenas una parte. En consecuencia, nos vimos forzados a iniciar nuestro programa experimental de nutrición escolar con cursos de entrenamiento para maestros en ejercicio. Los temas principales de esos cursos de entrenamiento fueron los siguientes:

- (a) Nociones básicas sobre nutrición: constitución de los alimentos. Necesidades nutricionales de los individuos según la edad, el trabajo, el sexo y el clima.
- (b) Elaboración de dietas balanceadas.
- (c) Relaciones entre nutrición y economía; investigación de las necesidades de los escolares en el terreno nutricional.
- (d) Estudio de las formas de financiación de los servicios nutricionales en la escuela.
- (e) Estudio de las formas de cooperación de las autoridades y grupos organizados en la solución de los problemas nutricionales de los escolares.

- (f) Métodos de investigación de las necesidades nutricionales de los escolares.
- (g) Participación de los escolares en el desarrollo del programa de nutrición.

FINANCIACIÓN DE LOS SERVICIOS NUTRICIONALES EN LA ESCUELA

Ningún programa de nutrición escolar puede tener el éxito que se desea si no se fundamenta sobre la satisfacción de las necesidades nutricionales de los estudiantes. Naturalmente, no se trata aquí de exigirle a la escuela que sustituya al hogar en la provisión de los alimentos para el niño; esa es una responsabilidad exclusiva de los padres de familia. Pero la escuela, si quiere llevar a la práctica un buen programa de nutrición escolar, debe organizar servicios nutricionales sobre los cuales pueda sustentar toda la labor propuesta (impartir conocimientos, crear actitudes y hábitos nutricionales) a la vez que satisfacer algunas, las más importantes, de las necesidades alimenticias no cubiertas en el hogar.

En Colombia, un primer intento de organización de servicios nutricionales totalmente financiados por el tesoro público culminó en fracaso completo, tanto desde el punto de vista nutricional como en sus aplicaciones educativas. Desde el principio, los padres de familia calificaron el servicio como una cuestión de beneficencia, lo cual dió como resultado que los niños de padres calificados como "gentes bien" no tuvieran derecho a participar del servicio nutricional; sólo los pobres podían acercarse a los comedores escolares. Por otra parte, en torno a esos servicios nutricionales no se programaron ni realizaron actividades educativas de ninguna índole, de suerte que el fracaso no tardó en presentarse y los servicios así constituídos hubieron de suspenderse.

Nosotros consideramos que los servicios nutricionales escolares deben erogarse con la participación de los escolares, la cual puede estar representada por dinero, comestibles o productos del huerto escolar. De esa manera participan todos y cada uno de los escolares en la medida de sus propias capacidades. Además, los servicios nutricionales así financiados dan a todos los escolares la oportunidad de participar en las actividades educacionales derivadas o implícitas en el programa de educación nutricional, lo cual constituye uno de los objetivos fundamentales de tal programa. Es así, con la participación económica de los escolares, como en el Departamento del Valle del Cauca se han organizado unas 50 cooperativas escolares de nutrición, las cuales están funcionando con muy buen éxito (2).

LA PARTICIPACIÓN DE LA COMUNIDAD SOCIAL

Este tercer aspecto, que debe tenerse muy en cuenta en la organización del programa de nutrición escolar, ofrece a la institución escolar un amplio campo de acción educativa fuera de los límites materiales del aula de clases. En Colombia la escuela ha vivido tradicionalmente al margen de la comunidad social, de tal manera que resulta un tanto

difícil lograr la colaboración de ella en el desarrollo de los programas escolares. Conocedores de ese estado de ánimo, en nuestro experimento del Valle del Cauca empezamos la labor de acercamiento entre la escuela y la comunidad por medio de la técnica de la investigación de las necesidades más urgentes de la población escolar, necesidades que eran luego presentadas a los padres de los alumnos en reuniones semanales que organizamos con la colaboración de los mismos maestros. Igualmente, tales informes fueron presentados después por nosotros mismos ante las autoridades de higiene y civiles, con el propósito de interesarlos en la solución de los problemas de salud correspondientes.

De esa manera logramos organizar en la ciudad capital del departamento mencionado numerosas asociaciones de padres de familia, las ya mencionadas cooperativas de nutrición escolar, y un Consejo de Salud Escolar, constituido por representantes de la autoridad civil y de higiene pública, así como por algunos de los líderes naturales del sector urbano en donde se llevó a cabo el experimento.

Sobra destacar aquí la importancia que tiene, para el buen éxito de todas las actividades escolares, la cooperación de la comunidad social obtenida, en el caso que nos ocupa, con propósitos aparentemente de orden nutricional. En primer término, organizados los padres de los escolares en "asociaciones", pudo la escuela proyectar sus enseñanzas hasta el ambiente familiar a través de las enseñanzas impartidas a los padres de familia en las reuniones de la "asociación". Igualmente, al ponerse en contacto con los innumerables problemas que afectan la vida de la escuela, y por consiguiente el bienestar de sus propios hijos, los padres cambiaron su actitud hacia la institución y ella, a su turno, ganó en apreciación y entendimiento de parte del conglomerado social, lo cual se tradujo inmediatamente en un interés mayor por las cuestiones escolares y en una franca cooperación de todos los grupos para el estudio y solución de los problemas de la escuela de su sector.

En la actualidad, el programa de nutrición escolar que se está desarrollando sobre estas bases en el Departamento del Valle del Cauca, es observado con evidente interés por las autoridades higiénicas y escolares de otros Departamentos, con mira a organizar en ellos actividades similares.

CONOCIMIENTO Y UTILIZACIÓN DE LOS RECURSOS ALIMENTARIOS LOCALES

El Comité de Expertos en Servicios de Higiene Escolar de la Organización Mundial de la Salud, en su Informe de la Primera Reunión, Ginebra, agosto 7-12 de 1950 (3), dice lo siguiente en la página 12:

"... la escuela puede ser una fuerza potencial para atacar el problema a través de la familia y de la integración de planes para mejorar la nutrición del pre-escolar. Resulta obvio que toda enseñanza relativa a la alimentación debe guardar relación positiva con los alimentos del país."

Cualquier programa de nutrición escolar que no tenga en cuenta el conocimiento y la utilización de los recursos alimentarios locales, está destinado a tropezar con innumerables dificultades para su correcta aplicación, especialmente en el terreno económico. Porque resultaría inoperante organizar un programa de nutrición escolar sobre una dieta cuyos componentes sean escasos en la localidad y estén, por consiguiente, fuera de las posibilidades económicas o de mercado en el sitio en donde el programa se va a poner en marcha. En consecuencia, es indispensable el conocimiento cabal de los recursos alimentarios de origen local y su valor como substitutos de los nutrimentos clásicos, para darle al programa propuesto su significación nutricional y educativa, no sólo entre el grupo escolar sino en el ambiente hogareño, hasta donde debe proyectarse toda labor educativa bien planeada.

BIBLIOGRAFIA

- (1) Pinto, Luis E.: "Manual de Salud del Escolar," Publicación provisional del SCISP (Colombia), enero de 1951; pp. 107 y 108.
- (2) Perlaza, Francisco: "Informe de labores de la Campaña de Nutrición y Educación Sanitaria del Valle," agosto de 1951, p. 14.
- (3) Organización Mundial de la Salud: Serie de Informes Técnicos, No. 30, Comité de Expertos en Servicios de Higiene Escolar, Informe de la Primera Reunión, p. 12 (Publicación No. 265 de la Oficina Sanitaria Panamericana).

HEALTH EDUCATION AND SCHOOL NUTRITION (*Summary*)

Plans in Colombia for an experimental health education and school nutrition program revealed the lack of teachers equipped to undertake the program. Consequently, curricula were modified to include courses in nutrition and dietetics, and in organization, development and financing of health education and school nutrition programs at elementary school level.

The objectives of a health education and nutrition program should be to educate children, parents, and the community at large, in the principle that adequate nutrition is essential to individual and community health, and in the fundamentals of nutrition and dietetics (body needs and requirements, correct dietary habits, what constitutes a balanced diet, proper utilization of local and seasonal foods and how to plan low-cost nutritious meals); to complement a deficient home diet with a school lunch when the home income is insufficient; and to create an awareness of school-community interdependence.

Program financing should be made through community participation—with children, parents, civic institutions and government, contributing money or its equivalent in food and garden produce. School nutrition services can be established, such as grocery stores, truck gardens and cooperatives for the production and utilization of food and food products.

A health education school nutrition program which includes lunches should never be made into one of charity for underprivileged children, excluding the "well-to-do"; such action would defeat the health education objective of the program.

The results obtained in the Valle del Cauca experimental school nutrition program, now in operation with 50 cooperatives, may induce other Departments to engage in similar activities.