

## **Proyecto de Extensión Institucional, Federalismo Regional**

### **Título:**

**“Educación alimentaria en situación de vulnerabilidad. Implementación de talleres y prácticas en barrios y zonas periféricas de Villa Regina”**

### **Objetivos Generales del proyecto**

**Objetivo 1.** Relevar información sobre el estado alimentario-nutricional de la población en situación de vulnerabilidad.

**Objetivo 2.** Implementar estrategias de acción para la mejora de la situación alimentario-nutricional de la población barrial.

**Objetivo 3.** Brindar herramientas para el aprovechamiento de las materias primas producidas en las huertas comunitarias.

**Objetivo 4.** Implementar estrategias de acción para la mejora en la elaboración y conservación de los alimentos

**Objetivo 5:** Facilitar herramientas para el cuidado básico de la salud

### **Contexto:**

En Argentina, el hambre y la pobreza acompañan nuestra historia. En un país rico en recursos naturales, capaz de producir casi todos los alimentos para una adecuada nutrición, un sector de la población padece malnutrición, que se refleja en obesidad o sobrepeso con carencia de nutrientes. Una de las causas de este problema es la falta de información sobre una adecuada alimentación, acompañado de la imposibilidad de acceder y/o preparar adecuadamente los alimentos.

Se ha provocado una crisis de actividad productiva histórica de la región que se observa en una redefinición del vínculo rural-urbano, reflejando una gradual desagrarización del espacio rural y el surgimiento de otros usos del suelo: turístico, de explotación inmobiliaria, de extracción y prospección de petróleo, entre los más relevantes.

Abordar la cuestión alimentaria requiere de una mirada muy amplia, desde el modo de producir, comercializar, distribuir, consumir los alimentos hasta el modo en que esos alimentos se hacen cuerpo. Las poblaciones marginadas y desfavorecidas económicamente carecen de acceso seguro a los alimentos nutritivos, locales, frescos y sanos; por el contrario, la alimentación tiende a ser monótona y basada en carbohidratos y azúcares simples.

Consideramos central la vinculación entre la agricultura familiar y/o local y la alimentación de las poblaciones marginadas. Este encuentro permite que los alimentos saludables con raigambre territorial nutran a niños, niñas y jóvenes en situación de vulnerabilidad social y , al mismo tiempo, apoyen el desarrollo sustentable de los agricultores familiares locales.

En el norte de la Patagonia, el Alto Valle de Río Negro, se extiende en los valles inferiores de los ríos Limay y Neuquén hasta el valle superior del Río Negro abarcando una superficie aproximada de 100.000 has, de las cuales tres cuartas partes pertenecen a la provincia de Río Negro y el resto a la provincia de Neuquén.

El municipio de Villa Regina, localizado en la provincia de Río Negro, se encuentra ubicado en el extremo este del Alto Valle, zona de mayor concentración poblacional y productiva de la Patagonia. La ciudad cuenta con 30.028 habitantes (INDEC, 2010), siendo así el tercer aglomerado de la zona y el quinto de la provincia. Se ha propuesto trabajar con un Barrio periférico de la ciudad donde ya funciona un Centro Parroquial Comunitario " Jesús Buen Pastor" que imparte cursos escolares, talleres de manualidades, deportes y brinda merienda a numerosos chicos del barrio. El Barrio toma el nombre de los Sauces que crecen del brote de una vertiente donde vive un chivero. Siempre se dice que la geografía determina la vida de las personas, el barrio se encuentra ensamblado por el lado norte el límite natural, la Barda que se eleva por más de 70 metros, y por otro lado al sur, las vías del tren, la ruta 22 que con la construcción de la autovía que termina separándolo de la ciudad como muros. Pensar que no tiene acceso si no lo hace por debajo de las vías del tren .En el año 2015-2016 se proyecta un centro deportivo-recreativo con una ayuda de la Sedronar a través del programa CEPLA. con la posibilidad de trabajar más directamente con jóvenes en consumo. Esta problemática de fuerte incidencia en el barrio (sobre 848 habitantes se estima 128 jóvenes y adultos con adicciones), conlleva otras problemáticas, madres adolescentes que no tienen sustento, familias monoparentales, niño que son abandonados, etc., todas realidades muy complejas. La falta de trabajo un problemática sentida y muchos tratan a través de trueque o pequeños emprendimientos de elaboración de panificados, por ejemplo de ganar algún sustento sin contar en la mayoría de los casos con conocimientos de Buenas Prácticas que son indispensables en la manipulación de alimentos es uno de los objetivos que propone el Proyecto.

En estos últimos dos años, a partir de la llegada de los chicos en consumo al centro barrial, se comenzó un nuevo proceso, muy movilizador, por cierto. Movilizador para el espacio, para el barrio y para la comunidad de Regina y surge la posibilidad de contar con una chacra para que los jóvenes puedan acercarse , compartir vivencias e integrar lo que se da en llamar la Familia , que hoy en día empezó a formar parte de los Hogares de Cristo a nivel nacional. En la chacra ENEI, se dan diversos cursos que tiene que ver con la producción primaria de alimentos, con la ayuda del INTA con el Plan Prohuerta, intercambios de semillas y en precarias condiciones se da de comer a todas las familias que se acercan durante la semana y el sábado. Los jóvenes con adicciones tienen serios problemas alimentarios que hay que atender y a pedido de los mismos es que nace este Proyecto de acompañarlos tanto en el barrio como en la chacra. Las personas con problemas no cuidan de sí mismos y menos de sus pequeños hijos (parejas suelen ser muy jóvenes ,madres adolescentes ) que padecen en su mayoría de diversos problemas conductuales y alimentarios .

Aprovechar lo que pueden cultivar en la Huerta es un gran incentivo ya que los muestra capaces de alimentarse con el fruto de su trabajo, por eso es importante darles pautas para que esas iniciativas lleguen a buen resultado y brindarle herramientas para que puedan guardar esa producción estacional bajo la forma de conservar para las épocas que el centro sigue funcionando pero con muy pocos alimentos frescos a su alcance. Dar pautas nutricionales y contar con el apoyo de profesionales de la Facultad es otra de las temáticas que a través de las charlas previas surgieron como necesidades a acompañar.

**Director : Gustavo Ariel Passaniti**

**Co Director : Mabel Vullioud**

### **Ejes Temáticos :**

**Derechos Humanos :** Vulnerabilidades, derechos de las infancias, derechos de las juventudes. Discriminación, educación e inclusión social.

**Ambiente :** producción agroecológicas y agro sustentables.

**Territorios, cultura e interculturalidad :** Cultura comunitaria, desarrollos regionales socio productivo.

**Palabras claves:** Buenas prácticas. Alimentos saludables. Cocina. Nutrición

### **Destinatarios del Proyecto.**

Habitantes en situación de vulnerabilidad socioeconómica: adicciones, madres adolescentes, familias monoparentales, malnutrición de barrios periféricos.

### **Localización Geográfica**

Centro Comunitario Buen Pastor del Barrio El Sauce.

Chacra ENEI. Don Bosco: Buen Pastor, en sector periférico de Villa Regina.

Comedor Hogar de niños y Jóvenes: Orespa San Lorenzo 641. Residencia de niñas San José

Comedores Comunitarios: Barrios Antártida, La Unión, 25 de Mayo. La Grava. El Sauce.

**Contraparte** : Institución Salesiana San Francisco Javier.

### **Objetivo General del Proyecto**

El proyecto intenta dar respuesta a las diversas problemáticas alimentarias detectadas por los mismos destinatarios del proyecto, ya que se realizaron encuentros con ellos y los responsables de cada lugar, exponiendo sus inquietudes. Las soluciones propuestas se ven reflejadas en las actividades que la Facta propone realizar para atender esos desafíos .

### **Talleres :**

1 - Taller de Buenas prácticas de manufactura. Destinatarios: Cocineros, comedores, encargados de cocina en el Buen Pastor. Emprendedoras del Barrio. **1 encuentro. Ivana Milanesi - Ligga -**

**Objetivo específico** : Exponer las 5 claves de la inocuidad, BPM , Buenas y seguras prácticas al momento de elaborar un alimento.

**Meta:** Reconocer la manera segura de elaborar alimentos. Cuidado del lugar de trabajo para lograr un alimento inocuo.

**Detalle de la actividad** : Conceptos básicos y fundamentales de la higiene del personal y del lugar de trabajo. Limpieza y desinfección. Áreas de riesgo alimentario, infraestructura. Chequeo y control de la materia prima, contaminación cruzada. Aspectos del manipulador.

**Mes. Marzo 2023**

2 - Primeros auxilios. Chacra. Don Bosco. Buen Pastor. Alrededor de 50 personas. **1 encuentro**. Se podría comprar un material básico (algo ya tienen). **Silvana Ferreyra**  
- TAUN

**Objetivo específico:**

**Mes : Abril 2023**

3 - Nutrición. Barrio El Sauce. Niños y/o adolescentes. **1 encuentro** para recolección de datos antropométricos y de ingesta alimentaria. **1 encuentro** para talleres de alimentación saludable en el Barrio El Sauce. **Total: 2 encuentros durante el año. Elena Boggio - TAUN**

**Objetivo específico:** Identificar y diagnosticar la situación alimentario-nutricional de la población.

**Meta:** Obtener datos antropométricos y de consumo alimentario. Facilitar información y herramientas para mejorar la alimentación de la población

**Detalle de la actividad:** Medición de peso, talla, circunferencia de cintura y muñeca. Realización de encuesta alimentaria (método de registro a elegir por la cátedra) por parte de la cátedra al jefe/a de cada familia o responsable de la alimentación familiar.

**Mes : Mayo - Junio 2023**

**Objetivo Específico:** Implementar estrategias de acción para la mejora de la situación alimentario-nutricional de la población barrial.

**Meta:** Realizar talleres de educación alimentaria para facilitar herramientas en la elección y consumo cotidiano de alimentos.

**Detalle de la actividad:** taller de alimentación saludable con actividad integradora/educativa. Nociones sobre alimentos frescos, integrales, procesados. Métodos de elaboración de menús cotidianos saludables.

**Mes : Junio 2023**

4 - Panificados, elaboración de productos básicos .Repostería. Ambos grupos con gente seleccionada. **2 Encuentros**. Época invernal. Se puede dictar en chacra o en cocina parroquial. **Gustavo Passaniti - LIGGA**

**Objetivo específico :** Conjugar la elaboración de productos de panadería y repostería, con las buenas prácticas de manufactura y el cuidado sanitario correspondiente.

**Meta:** Otorgar herramientas para la elaboración de panificados y de repostería básica.

**Detalle de la Actividad:** ingredientes para la elaboración de panificados, fermentación de levaduras, porcentajes de ingredientes. Pizzas, panes , grisines, tortas dulces con levadura. Cremas pasteleras y decoración final. Conservación y almacenamiento del producto.

**Mes : Agosto 2023**

5 - Taller de conservación de alimentos Taller elaboración de yoghurt . Debe hablarse en chacra de Buenas Prácticas, con hincapié en peligros en conservas. **1 encuentro de conservas. (puede quedar en uno, porque ellos ya hacen conservas y dar pautas para que las hagan bien).** Elizabeth Ohaco, Maria Isabel Lujan - LITA / TECHA / LIGGA.

**Objetivo específico** Dictado de un taller teórico práctico para optimizar la elaboración de conservas de origen vegetal. Elaboración de yogures para obtener un producto fermentado saludable a bajo costo.

**Meta:** Concientizar acerca de los riesgos en la elaboración de conservas y mostrar la forma correcta de realizarlas.

Que la gente aprenda a elaborar un producto saludable muy recomendable a bajo costo

**Mes : Septiembre , Octubre 2023**

6 - Cocina con productos de huerta producidos in situ. Hortalizas y frutas de estación. **2 encuentros.** Otoño, 2 primavera-verano. Chacra Don Bosco. Buen Pastor. Se puede hablar de que podrían comer los celíacos o intolerantes al gluten ya que con hortalizas seguro quedan recetas sin TACC. **Fredy Barra , Jorge Gambarte, Abigail Silva - LIGGA**

**Objetivo específico :** Dictado de cursos de cocina para elaborar platos con productos de estación, incrementar su potencial sin perder el valor nutritivo .

**Meta:** Que se apropien de las herramientas básicas y necesarias para la elaboración de productos de la huerta.

**Detalle de la Actividad)** Relevar los Ingredientes disponibles en la huerta, aplicar métodos de cocción, elaboración de comidas rápidas , conservas, cocción de verduras y carnes. Cocciones en horno de barro, alimentos libre de gluten ( panes ), hamburguesas vegetarianas.

**Mes Noviembre 2023**

**Cierre del proyecto .**