



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
FACULTAD DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS DE LOS ALIMENTOS
VILLA REGINA

DESCRIPCIÓN DEL FUNCIONAMIENTO DE UN COMEDOR ESCOLAR

GUGLIELMO PEÑALOZA, ANTONELA

Práctica Profesional Integrador para optar al título de Licenciada en
Gerenciamiento Gastronómico

Profesora Tutora: Lic. Viguera, Magali

Río Negro, Argentina

2018

DEDICATORIA

A mis padres, porque todo lo que soy se lo debo a ellos y por inculcar en mi la importancia de estudiar.

A mi madre por su apoyo y por haberme enseñado a ser una persona perseverante y guiarme por el buen camino de la vida.

A mi hermano por estar incondicionalmente a mi lado.

AGRADECIMIENTOS

A Dios

Por darme la sabiduría y fuerza para culminar esta etapa académica.

A mi tutora, la Licenciada Magali Viguera,

Por su paciencia, guía y ayuda para realizar este trabajo.

A la señora Directora Adriana Herrera y Encargadas del comedor de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.

Por abrirme las puertas de la institución y brindarme información.

A los encargados de las distintas cátedras que forman la carrera.

Por la entrega de sus valiosos conocimientos a lo largo de estos cuatro años de cursado.

Resumen

Este trabajo de investigación propone como objetivo general describir la problemática que surge en el servicio de comedor que brinda la Escuela Agraria de Villa Regina y poder entender la situación de la población de estudio, que en este caso son los alumnos que cursan el nivel medio de dicha institución.

Para realizar este trabajo se comenzó relevando información de distintas fuentes acerca de los hábitos alimentarios en adolescentes, las irregularidades cometidas y sus necesidades nutricionales en esta etapa de la vida.

Luego, con visitas realizadas al establecimiento se recolectó información mediante observaciones y preguntas a las operarias encargadas de la cocina, acerca del funcionamiento del mismo. Los datos obtenidos fueron la manifestación de que los alumnos no aceptan de manera favorable las comidas ofrecidas por el comedor.

La segunda visita permitió recabar información mediante una encuesta aplicada a la población de estudio, que está conformada por alumnos de entre 15 y 18 años de ambos sexos, que cursan la secundaria y los cuales reciben el servicio de almuerzo. Siendo esta brecha de edades, la más conflictiva con respecto a su alimentación. Los resultados obtenidos demuestran que un porcentaje de los estudiantes que utiliza el comedor, no está conforme con su servicio y con las comidas que ofrecen, y a su vez reclaman la variación e incorporación de otros platos al menú. Como así también, existe un grupo de alumnos que prefieren comidas rápidas, es decir, hamburguesas, papa fritas, empanadas. Otros proponen la incorporación de tartas, lasagna, pastas, ñoquis, más verduras, ensaladas, entre otras comidas que no se vieron pautadas en los menús que ofrece la institución.

Finalmente, luego de haber analizado y tabulado los datos obtenidos, como conclusión se generan posibles hipótesis que se podrán estudiar posteriormente en futuras investigaciones retomando el tema de este trabajo.

TABLA DE CONTENIDOS

CAPITULO I

INTRODUCCIÓN.....	8
PLANTEO DEL PROBLEMA.....	11
OBJETIVO GENERAL.....	11
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
HIPÓTESIS.....	11

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO.....	12
LA ALIMENTACION EN LA ADOLESCENCIA.....	13
HABITOS DE CONSUMO ADOLESCENTE.....	13
PROBLEMAS COMUNES RELACIONADOS CON LA ALIMENTACIÓN A ESTA EDAD.....	15
NECESIDADES NUTRICIONALES EN LA ADOLESCENCIA.....	15
RECOMENDACIONES EN LA ALIMENTACIÓN DEL ADOLESCENTE.....	16
Los 10 mensajes según la Guía Alimentaria para la Población Argentina.....	16

CAPITULO III

METODOLOGÍA.....	20
ÁREA DE ESTUDIO.....	21
TIPO DE ESTUDIO.....	21

CAPITULO IV

MÉTODOS Y TÉCNICAS.....	23
TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE LOS DATOS.....	24
• <i>Primera visita al establecimiento:</i>	24
• <i>Segunda visita al establecimiento:</i>	24
• <i>Tercera visita al establecimiento:</i>	24
UNIVERSO.....	24
POBLACIÓN OBJETIVO.....	24
MUESTRA.....	24
CRITERIOS DE INCLUSIÓN.....	24
CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.....	25

INSTRUMENTOS	25
CAPITULO V	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	26
TRABAJO DE CAMPO	27
<i>Primera Visita al Establecimiento</i>	27
<i>Segunda visita al establecimiento</i>	29
<i>Análisis de datos</i>	31
RESULTADOS	31
<i>Tercera visita al establecimiento</i>	36
CAPITULO VI	
CONCLUSIONES	42
PROPUESTAS DE POSIBLES SOLUCIONES	43
CAPITULO VII	
BIBLIOGRAFÍA	45
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	46
BIBLIOGRAFÍAS DE SITIOS WEB	46
CAPITULO VIII	
ANEXOS	47
ANEXO 1	48
Encuesta para los alumnos de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina	48
TABLA DE CONTENIDOS DE GRAFICOS Y TABLA	
<i>Grafico 1: Grado de satisfacción de la comida del comedor</i>	31
<i>Grafico 2: Opinión general acerca de la variedad de platos ofrecidos por el comedor</i>	32
<i>Gráficos 3: Opinión acerca de la presentación de los platos</i>	33
<i>Grafico 4: Consideración de la incorporación de nuevos platos</i>	34
<i>Tabla 1: Lista de platos propuestos por los alumnos</i>	35

TABLA DE CONTENIDOS DE FOTOGRAFÍAS

<i>Fotos 1 y 2: Momento de la aplicación de la encuesta a los alumnos en agosto de 2016.....</i>	<i>29</i>
<i>Foto 3: Momento de la aplicación de la encuesta a los alumnos en agosto de 2016.....</i>	<i>29</i>
<i>Foto 4 Entrada de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.....</i>	<i>37</i>
<i>Foto 5 Sector comedor de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.....</i>	<i>37</i>
<i>Foto 6: ingreso de alumnos al sector comedor.....</i>	<i>38</i>
<i>Foto 7: Plato del día: ravioles con salsa bolognesa.....</i>	<i>38</i>
<i>Foto 8 y 9: Alumnos durante el almuerzo.....</i>	<i>39</i>
<i>Foto 10 y 11: Alumnos finalizando el almuerzo.....</i>	<i>39</i>
<i>Foto 12 Platos entregados por los alumnos luego del almuerzo.....</i>	<i>40</i>
<i>Foto 13 Fuente con restos de comida del almuerzo.....</i>	<i>40</i>
<i>Foto 14: Operaria encargada de la cocina.....</i>	<i>41</i>

CAPITULO I

INTRODUCCIÓN

La alimentación constituye una práctica fundamental en el mantenimiento de la vida y en el desarrollo de las actividades diarias de los seres humanos, unida a todos los procesos vitales, condicionando su salud y su calidad de vida. Particularmente en los adolescentes, la alimentación constituye un tema de interés para la disciplina debido al efecto de las acciones de promoción de la salud y prevención de las enfermedades que se pueden realizar durante esta etapa, y al impacto que tienen en la salud actual y futura de estos jóvenes.

Las prácticas relacionadas con la alimentación de los adolescentes han sufrido cambios en los últimos tiempos, con una tendencia hacia lo no saludable, que consiste en el incremento del consumo de gaseosas, golosinas, comidas rápidas y azúcares, y por una disminución del consumo de frutas, hortalizas, leche y legumbres. Además, últimamente la aceptación de los platos en este grupo etario está dado por lo organoléptico y también se ve influenciado por patrones socioculturales a las que se ven sometidos cotidianamente.

En la adolescencia se adquieren y se afianzan comportamientos alimentarios que resultan de la interacción con el contexto sociocultural, de la familia, los amigos, el colegio y últimamente, los medios de comunicación, todos influyen en las prácticas relacionadas con la alimentación de los adolescentes. En esta etapa de la vida, la familia constituye una gran influencia en las creencias, en las prácticas alimentarias y en la selección y consumo de alimentos.

La escuela constituye otro espacio que puede influenciar de forma negativa o positiva en los hábitos alimentarios de los adolescentes; de manera negativa se encuentran los Kioscos que ofrecen y venden alimentos con niveles elevados de grasa y bebidas con alto contenido calórico (gaseosas y jugos artificiales) que están desplazando el consumo de frutas y hortalizas. Caso contrario si se encontrara implementado el kiosco saludable sería una manera de promover la salud alimentaria. De esta forma la escuela influye positivamente y del mismo modo en el área de comedor donde las preparaciones se adaptan a los requisitos nutricionales y promueven una correcta alimentación.

A todo esto adquirir hábitos alimentarios y estilos de vida saludables desde joven ayuda a promover la salud y prevenir las causas principales de enfermedades; como problemas cardíacos, obesidad, diabetes, deficiencia de nutrientes, anemia, etc.

La presentación de este trabajo tiene el propósito de describir la problemática surgida en el sector del servicio de comedor que brinda la Escuela Agraria. Teniendo en cuenta los resultados obtenidos mediante visitas realizadas a la institución, rescatando información por parte de las autoridades y operarias del colegio y mediante la aplicación de encuestas a los alumnos que utilizan dicho servicio.

PLANTEO DEL PROBLEMA

¿Cuáles son las causas que condicionan la reticencia de los destinatarios a la hora de consumir los platos elaborados por el comedor?

OBJETIVO GENERAL

Lograr describir la circunstancia que afronta el servicio de comedor de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Recolectar datos que describan la situación actual en el sector de comedor de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.
- Identificar la población afectada.
- Encuestar y observar al personal de cocina
- Encuestar y observar a los usuarios del comedor.

HIPÓTESIS

En el ámbito escolar y precisamente durante la adolescencia, la correcta alimentación es fundamental.

Los menús que ofrecen algunos colegios puede que sean adecuados en lo que refiere a su composición nutricional, pero no son atractivos o se presentan muy reiterativos para el sector al que va dirigido. La población afectada se encuentra en una etapa de la vida difícil, la transición entre dejar de ser niño y empezar a ser adulto y la nutrición adecuada en este periodo trae dificultades por la personalidad más independiente y por sus patrones de alimentación social, prescindiendo en ocasiones de alimentos que se sustituyen por comidas rápidas o chatarras. Además, los adolescentes tienen necesidades nutritivas marcadas por procesos de maduración, aumento de masa corporal y masa ósea, por lo que requieren mayor cantidad de energía y nutrientes forma balanceada.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

LA ALIMENTACION EN LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es el periodo que comprende la transición de la infancia a la vida adulta. Se inicia con la pubertad y termina sobre los veinte años cuando cesa el crecimiento biológico y la maduración psicosocial.

Es una etapa compleja en la que acontecen cambios importantes, tanto a nivel físico, hormonal y sexual (pubertad), como social y psicoemocional.

Además, se asiste a un cambio en la composición corporal diferente en función del sexo, con un notable incremento de la masa magra en los varones, y de la masa grasa en las mujeres, que hace que los requerimientos de energía y nutrientes no sólo sean muy elevados, sino diferentes en uno y otro sexo desde entonces.

La alimentación del adolescente debe favorecer un adecuado crecimiento y desarrollo y promover hábitos de vida saludables para prevenir trastornos nutricionales. Esta etapa puede ser la última oportunidad de preparar nutricionalmente al joven para una vida adulta más sana.

Pero por otra parte, en esta época pueden adquirirse nuevos hábitos de consumo de alimentos, debido a varios factores: influencias psicológicas y sociales, de los amigos y compañeros, el hábito de comer fuera de casa, el rechazo a las normas tradicionales familiares, la búsqueda de autonomía y un mayor poder adquisitivo.

La gran demanda de nutrientes, sumadas a los cambios en el estilo de vida y hábitos dietéticos, convierten a la adolescencia en una época de alto riesgo nutricional.¹

HABITOS DE CONSUMO ADOLESCENTE

Irregularidades en el patrón de ingesta

¹ Murillo, Olga. Panorama de Prácticas de alimentación de adolescentes escolarizados. Avances en Enfermería. Vol. 27. Núm. 2. P 43-56. 2009

El estilo de vida del adolescente le lleva con frecuencia a comer fuera de casa, suprimiendo o restringiendo comidas, que son reemplazadas muchas veces por pequeñas ingestas entre las comidas principales.

Éstas disminuyen el apetito, suelen tener bajo poder nutritivo y alto valor calórico, favoreciendo además problemas como la obesidad, caries dental y malos hábitos dietéticos.

Consumo frecuente de “snacks”

Se trata de diferentes alimentos sólidos o líquidos tomados entre las comidas, y en general ricos en mezclas de grasas y azúcares. Proporcionan una cantidad elevada de energía con poca densidad de nutrientes, y un aporte excesivo de grasas y azúcares simples, o bien de sal.

Aquí están incluidas también muchas bebidas azucaradas y gaseosas. Una excesiva ingesta de bebidas “blandas” puede desplazar a alimentos y bebidas de elevado interés nutricional.

Consumo de alcohol

El alcohol aporta calorías vacías además de sus conocidos efectos nocivos sobre el organismo.

Dietas restrictivas e imagen corporal

La preocupación por la imagen corporal es habitual en la adolescencia. Muchos jóvenes consideran que tienen sobrepeso aunque su peso es normal, lo que indica un trastorno de su imagen corporal.

Puede aparecer una preocupación excesiva por la imagen corporal, basándose en un determinado ideal de belleza, iniciándose así los regímenes para adelgazar que conducen a una ingesta insuficiente de muchos nutrientes, sobre todo en mujeres. Una mala imagen corporal puede conducir a la preocupación por el control de peso y la práctica de las dietas. Además, existen las Dietas no convencionales. Dietas vegetarianas, macrobióticas, de alimentos naturales, etc., comienzan con frecuencia a practicarse en esta época.

PROBLEMAS COMUNES RELACIONADOS CON LA ALIMENTACIÓN A ESTA EDAD

De lo expuesto con anterioridad se deduce que la alimentación de los adolescentes es con frecuencia desequilibrada en el aporte de nutrientes, reemplazan a los alimentos saludables por alimentos ultra procesados.

En los casos de baja ingesta de leche y/o derivados, será conveniente una suplementación con calcio que cubra los requerimientos del mismo, por el riesgo de no alcanzar una masa ósea adecuada, con mayor riesgo de fracturas y osteoporosis en la vida adulta.

También se encuentran los trastornos alimenticios que surgen en esta etapa con la pubertad, el peso y cambios en la silueta corporal, predispone a actitudes alimentarias poco saludables, apareciendo los conocidos trastornos, como la anorexia y la bulimia, entre otros.

NECESIDADES NUTRICIONALES EN LA ADOLESCENCIA.

Durante la adolescencia se producen cambios importantes en la composición corporal. Aumenta el ritmo de crecimiento en longitud y aparecen fenómenos madurativos que afectan al tamaño, la forma y la composición corporal, procesos en los que la nutrición juega un papel determinante. Estos cambios son específicos de cada sexo. En los chicos aumenta la masa magra más que en las chicas. Por el contrario, en las niñas se incrementan los depósitos grasos. Estas diferencias en la composición corporal van a influir en las necesidades nutricionales.

Las ingestas recomendadas en la adolescencia no se relacionan con la edad cronológica sino con el ritmo de crecimiento o con la edad biológica, ya que el ritmo de crecimiento y el cambio en la composición corporal, van más ligados a esta.

El principal objetivo de las recomendaciones nutricionales en este periodo de la vida es conseguir un estado nutricional óptimo y mantener un ritmo de crecimiento adecuado, lo que conducirá a mejorar el estado de salud en esta etapa y en la edad adulta y a prevenir las enfermedades crónicas de base nutricional que pueden manifestarse en etapas posteriores de la vida.

RECOMENDACIONES EN LA ALIMENTACIÓN EN LA ADOLESCENCIA.

Los 10 mensajes según la Guía Alimentaria para la Población Argentina

MENSAJE 1

INCORPORAR A DIARIO ALIMENTOS DE TODOS LOS GRUPOS Y REALIZAR AL MENOS 30 MINUTOS DE ACTIVIDAD FÍSICA.

1°MS: Realizar 4 comidas al día (desayuno, almuerzo, merienda y cena) incluir verduras, frutas, legumbres, cereales, leche, yogur o queso, huevos, carnes y aceites.

2°MS: Realizar actividad física moderada continua o fraccionada todos los días para mantener una vida activa.

3°MS: Comer tranquilo, en lo posible acompañado y moderar el tamaño de las porciones.

4°MS: Elegir alimentos preparados en casa en lugar de procesados.

5°MS: Mantener una vida activa, un peso adecuado y una alimentación saludable previene enfermedades.

MENSAJE 2

TOMAR A DIARIO 8 VASOS DE AGUA SEGURA.

1°MS: A lo largo del día beber al menos 2 litros de líquidos, sin azúcar, preferentemente agua.

2°MS: No esperar a tener sed para hidratarse.

3°MS: Para lavar los alimentos y cocinar, el agua debe ser segura.

MENSAJE 3

CONSUMIR A DIARIO 5 PORCIONES DE FRUTAS Y VERDURAS EN VARIEDAD DE TIPOS Y COLORES.

1°MS: Consumir al menos medio plato de verduras en el almuerzo, medio plato en la cena y 2 o 3 frutas por día.

2°MS: Lavar las frutas y verduras con agua segura.

3°MS: Las frutas y verduras de estación son más accesibles y de mejor calidad.

4°MS: El consumo de frutas y verduras diario disminuye el riesgo de padecer obesidad, diabetes, cáncer de colon y enfermedades cardiovasculares

MENSAJE 4

REDUCIR EL USO DE SAL Y EL CONSUMO DE ALIMENTOS CON ALTO CONTENIDO DE SODIO.

1°MS: Cocinar sin sal, limitar el agregado en las comidas y evitar el salero en la mesa.

2°MS: Para reemplazar la sal utilizar condimentos de todo tipo (pimienta, perejil, ají, pimentón, orégano, etc.)

3°MS: Los fiambres, embutidos y otros alimentos procesados (como caldos, sopas y conservas) contienen elevada cantidad de sodio, al elegirlos en la compra leer las etiquetas.

4°MS: Disminuir el consumo de sal previene la hipertensión, enfermedades vasculares y renales, entre otras.

MENSAJE 5

LIMITAR EL CONSUMO DE BEBIDAS AZUCARADAS Y DE ALIMENTOS CON ELEVADO CONTENIDO DE GRASAS, AZÚCAR Y SAL.

1°MS: Limitar el consumo de golosinas, amasados de pastelería y productos de copetín (como palitos salados, papas fritas de paquete, etc.).

2°MS: Limitar el consumo de bebidas azucaradas y la cantidad de azúcar agregada a infusiones.

3°MS: Limitar el consumo de manteca, margarina, grasa animal y crema de leche.

4°MS: Si se consumen, elegir porciones pequeñas y/o individuales. El consumo en exceso de estos alimentos predispone a la obesidad, hipertensión, diabetes y enfermedades cardiovasculares, entre otras.

MENSAJE 6

CONSUMIR DIARIAMENTE LECHE, YOGUR O QUESO, PREFERENTEMENTE DESCREMADOS.

1°MS: Incluir 3 porciones al día de leche, yogur o queso.

2°MS: Al comprar mirar la fecha de vencimiento y elegirlos al final de la compra para mantener la cadena de frío.

3°MS: Elegir quesos blandos antes que duros y aquellos que tengan menor contenido de grasas y sal.

4°MS: Los alimentos de este grupo son fuente de calcio y necesarios en todas las edades

MENSAJE 7

AL CONSUMIR CARNES QUITARLE LA GRASA VISIBLE, AUMENTAR EL CONSUMO DE PESCADO E INCLUIR HUEVO.

1°MS: La porción diaria de carne se representa por el tamaño de la palma de la mano.

2°MS: Incorporar carnes con las siguientes frecuencias: pescado 2 o más veces por semana, otras carnes blancas 2 veces por semana y carnes rojas hasta 3 veces por semana.

3°MS: Incluir hasta un huevo por día especialmente si no se consume la cantidad necesaria de carne.

4°MS: Cocinar las carnes hasta que no queden partes rojas o rosadas en su interior previene las enfermedades transmitidas por alimentos.

MENSAJE 8

CONSUMIR LEGUMBRES, CEREALES PREFERENTEMENTE INTEGRALES, PAPA, BATATA, CHOCLO O MANDIOCA.

1°MS: Combinar legumbres y cereales es una alternativa para reemplazar la carne en algunas comidas.

2°MS: Entre las legumbres puede elegir arvejas, lentejas, soja, porotos y garbanzos y entre los cereales arroz integral, avena, maíz, trigo burgol, cebada y centeno, entre otros.

3°MS: Al consumir papa o batata lavarlas adecuadamente antes de la cocción y cocinarlas con cascara.

MENSAJE 9

CONSUMIR ACEITE CRUDO COMO CONDIMENTO, FRUTAS SECAS O SEMILLAS.

1°MS: Utilizar dos cucharadas soperas al día de aceite crudo.

2°MS: Optar por otras formas de cocción antes que la fritura.

3°MS: En lo posible alternar aceites (como girasol, maíz, soja, girasol alto oleico, oliva y canola).

4°MS: Utilizar al menos una vez por semana un puñado de frutas secas sin salar (maní, nueces, almendras, avellanas, castañas, etc.) o semillas sin salar (chía, girasol, sésamo, lino, etc.).

5°MS: El aceite crudo, las frutas secas y semillas aportan nutrientes esenciales.

MENSAJE 10

EL CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS DEBE SER RESPONSABLE. LOS NIÑOS, ADOLESCENTES Y MUJERES EMBARAZADAS NO DEBEN CONSUMIRLAS. EVITARLAS SIEMPRE AL CONDUCIR.

1°MS: Un consumo responsable en adultos es como máximo al día, dos medidas en el hombre y una en la mujer.

2°MS: El consumo no responsable de alcohol genera daños graves y riesgos para la salud.²

² www.msal.gob.ar/ent/index.php/informacion-para-ciudadanos/menos-sal--vida/482-mensajes-y-grafica-de-las-guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina

CAPITULO III

METODOLOGÍA

ÁREA DE ESTUDIO

El trabajo está basado en el comedor de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.

La Escuela Agraria Alto Valle Este de Nivel Medio G 064, se encuentra en Juan XXIII S/N Chacra 98, de dicha Localidad. La misma ofrece una enseñanza secundaria de Formación Técnica y Profesional. El objetivo primordial es lograr una educación de calidad que vincule la escuela con el mundo del trabajo y la producción respondiendo a un modelo de desarrollo local y regional



Fuente: <http://www.escuelaagrariaave.com.ar/quienessomos.html>

TIPO DE ESTUDIO

El trabajo consiste en un estudio, de tipo descriptivo, transversal, observacional y prospectivo, que se llevó a cabo en la Escuela Secundaria Agraria Alto Valle Este de la localidad de Villa Regina.

-Descriptivo: se describe la situación actual tratando de identificar la problemática que se está presentando

-Transversal: se estudió una población definida en un momento determinado.

-Observacional: durante una primera visita se hace una observación del establecimiento y se realiza la toma de apuntes de datos aportados por el personal responsable del área de estudio.

-Prospectivo: Porque se utilizó información de antecedentes anteriores, como por ejemplo los menús utilizados. Se realizó una entrevista a las operarias, con el aporte de información acerca de los hábitos alimenticios de los estudiantes, mediante la toma de apuntes de las respuestas a preguntas hacia ellas.

Asimismo se incluye una encuesta realizada a los alumnos del establecimiento, que responde a la utilización del comedor, criterios personales acerca de su servicio y sus preferencias alimentarias.

CAPITULO IV

MÉTODOS Y TÉCNICAS

TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE LOS DATOS

Primera visita al establecimiento:

Se utilizaron preguntas abiertas dirigidas al personal de la cocina acerca del funcionamiento del comedor y reconocimiento del menú establecido en esa época del año.

Segunda visita al establecimiento:

La recolección de los datos fue por medio de una encuesta de forma voluntaria. Se procedió con el previo consentimiento informado a la dirección del establecimiento y autorización del profesor a cargo de cada grado escolar.

Tercera visita al establecimiento:

La recolección de datos fue mediante la toma fotográfica del servicio de comedor en funcionamiento, registrando el plato servido en el día y el actuar de los alumnos.

A continuación se hace una especificación detallada de la población objetivo y la muestra tomada para realizar la encuesta aplicada en la segunda visita a la institución.

UNIVERSO

El universo está compuesto por 150 alumnos que concurren a dicha institución. Utilizan el servicio de comedor aproximadamente entre 20 y 30 chicos en cada turno.

POBLACIÓN OBJETIVO

La población está compuesta por los estudiantes adolescentes de entre 15 y 18 años de edad de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.

MUESTRA

La muestra sobre la que se realizó el estudio está compuesta por 50 estudiantes de edad comprendida entre 15 y 18 años, que utilizan el servicio de comedor de forma frecuente.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Estudiantes de edades comprendidas entre 15 y 18 años, de ambos sexos, que concurren a la Escuela Agraria Alto Valle Este, con asistencia en el día de la toma de la muestra, con el consentimiento informado de la autoridad escolar y hagan uso del servicio de comedor de manera permanente.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

Todos aquellos estudiantes que no quieran participar del estudio.

Los estudiantes fueron abordados en las aulas con previa coordinación con la dirección y el profesor a cargo. Se procedió a realizar la obtención de la información.

Cada encuesta era anónima, solo se requería datos como la edad y sexo del estudiante.

INSTRUMENTOS

Se utilizaron como instrumentos para recopilar información preguntas abiertas acerca del trabajo cotidiano de las operarias de la cocina. Asimismo, se indagó acerca de los hábitos alimenticios de los destinatarios del servicio y su conformidad con el mismo.

A parte, se utilizó una encuesta destinada a los alumnos para indagar acerca de su opinión y criterio sobre el servicio de comedor de la escuela.

La encuesta obtuvo información sobre edad y sexo, y luego abarca preguntas cerradas con opciones acerca del servicio del comedor: si está satisfecho o no del mismo, la variedad y presentación de los platos, la posibilidad de incorporación de nuevas opciones de comidas y una pregunta abierta que da respuesta de ejemplos de platos que les gustaría que ofreciera el comedor.

CAPITULO V

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

TRABAJO DE CAMPO

Primera Visita al Establecimiento

A través de los resultados obtenidos con la primera visita realizada en el mes de abril del año 2016, a la institución, utilizando la toma de datos aportados por los responsables del sector de la cocina y comedor, los mismos fueron los siguientes:

Lugar Visitado: Sector Comedor de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.

Datos obtenidos acerca del menú.

El comedor brinda sus servicios a los estudiantes de la Escuela, los cuales se caracterizan en ser adolescentes de entre 13 y 18 años. Concurren al comedor aproximadamente entre 20 y 30 alumnos por turno, lo cual la cantidad varía dependiendo de los días y el menú a servir. Los alumnos deben comprar un vale para acceder a dicho servicio.

El servido de los platos se realizan en dos turnos: el primero es a las 12:10 hs y el segundo a las 12:50 hs del mediodía.

En este sector de la cocina elaboran dos personas (dos cocineras), las mismas brindaron información acerca de cómo trabajan y sobre las características del lugar, que aparte fueron observadas.

El menú del comedor se determina por ser cíclico de 5 días. Un menú cíclico se caracteriza por ser planificado previamente con diferentes platos cada día. El menú empieza de nuevo con el primer ítem una vez concluido.

De acuerdo a lo que se pudo observar acerca del menú, el mismo se veía variado y acorde a los requerimientos nutricionales por semana donde los platos se repiten nuevamente a la semana siguiente solo que se intercalan los días.

Los platos principales contenían carnes como pollo y vacuna, que variaban durante la semana, con la combinación de harinas como pastas, pizzas guisos, estofados, etc. También, se observaban la incorporación de hortalizas como papa, zapallo, acelga, etc. Los postres también varían desde frutas, postres de leche, gelatina, etc.

La observación que cabe destacar del menú general es que se detectó que una de las semanas se repetía la presentación de la papa, ya sea en puré como acompañamiento o principal en un pastel de papas.

A continuación se presenta copia de los platos del menú del mes de abril del 2016:

Pollo a la cacerola con puré	Ravioles con salsa bolognesa	Milanesas de pollo con papas	Milanesas de carne con arroz y arvejas	Fideos con albóndigas
Hamburguesa con tortilla de acelga	Pizza	Pastel de papa		

Del mismo modo se presenta el menú del mes de agosto del 2016 lo rescatado durante la segunda visita:

A todo esto, el principal problema y en lo que se basa este trabajo fue lo que manifestaba el personal a cargo de la cocina con respecto al servicio y al comportamiento de los alumnos frente a la comida.

Los datos obtenidos fueron:

- El problema es por parte de los alumnos, ya que los mismos no consumen en gran parte los alimentos ofrecidos.
- Descartan algunos alimentos como el zapallo, la cebolla, morrón, la salsa de tomate casera, entre otros.
- El mismo personal de cocina utilizó como estrategia “esconder” estos alimentos rechazados, cortándolos diminutamente para hacerlos desapercibidos, pero el método no funcionó. Ya que manifiesta que los alumnos no tienen que ver lo que comen.
- A su parecer relatan *“los chicos vienen con esta educación o hábitos desde el hogar, debido a que ya no se cocinan platos elaborados, sino que se preparan cosas sencillas y rápidas, teniendo como resultado un chico con gustos pocos saludables y variados”*. Además, agregan *“hay algunos alumnos que traen su propia comida en un taper al colegio, y son hamburguesas o salchichas.”*
- Incluso exponen que algunos alumnos no desayunan y que llevan solo un yogur que lo guardan en la mochila desde el ingreso hasta la hora de almorzar, sin percatarse que no tuvo refrigeración varias horas.

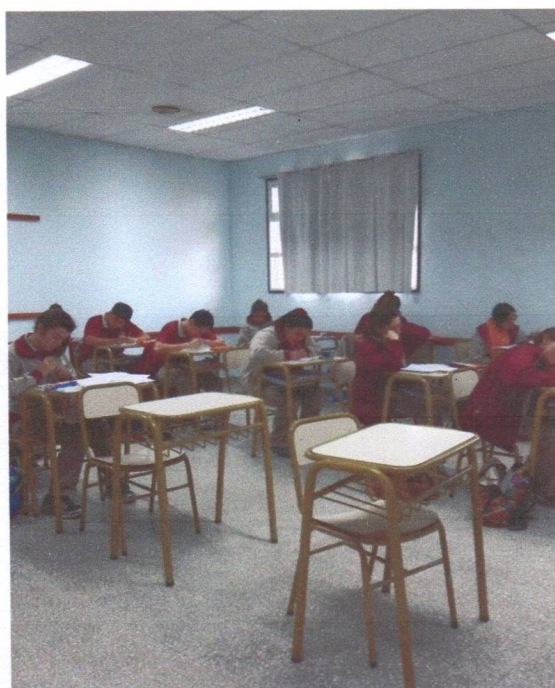
- Asimismo, las operarias opinan, que este fenómeno se da también por el cuidado de la imagen y más en las adolescentes que están por cumplir 15 años. Expresaron que no hay muchos alumnos con sobrepeso y tampoco que practique algún hábito alimenticio como el vegetarianismo o veganismo. Ni siquiera que demanden un requisito especial por diabetes o celiaquismo.

Observación acerca de la vajilla utilizada para servir la comida:

- Se destaca que las comidas se sirven en platos de materiales de plástico o acero inoxidable.
- Los postres como gelatina o postre de leche se sirven en tazas de plástico.

Segunda visita al establecimiento

Durante la segunda visita realizada en el mes de agosto de 2016 se aplicó la encuesta a la muestra establecida para el análisis. (Ver Anexo 1)



Fotografía 1 y 2: Momento de la aplicación de la encuesta a los alumnos en agosto de 2016.



Fotografía 3: Momento de la aplicación de la encuesta a los alumnos en agosto de 2016.

Análisis de datos

Presentación, tabulación e interpretación de los resultados obtenidos en la encuesta aplicada dirigida a los alumnos de la Escuela Agraria Alto Valle Este. (Ver Anexo 1).

RESULTADOS

El análisis se realizó mediante una encuesta aplicada a 50 alumnos que utilizan el comedor de manera frecuente entre los dos turnos.

Donde el propósito fue evaluar los siguientes ítems.

- Grado de satisfacción de la comida del comedor.
- Variedad de los platos ofrecidos.
- Presentación de los platos.
- Incorporación de otros platos al menú escolar.

Los datos obtenidos fueron:

Pregunta 2

¿Cómo considera la comida que ofrece el comedor?

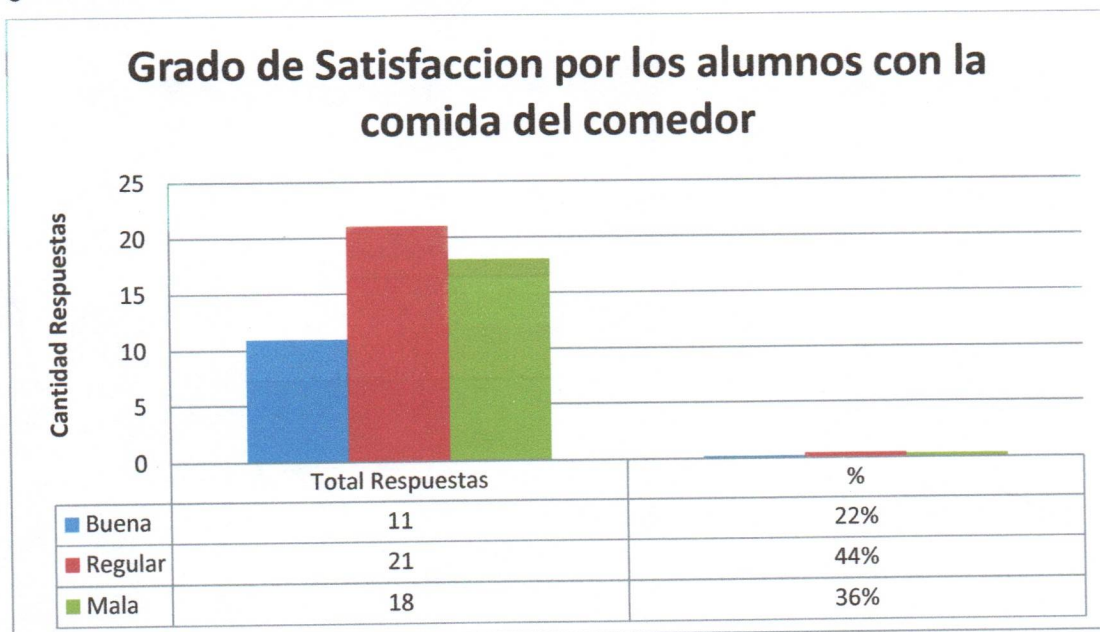


Grafico 1: Grado de satisfacción de la comida del comedor.

Los datos obtenidos en esta pregunta pueden informar que un 78 % (39 respuestas de 50) de alumnos considera la comida del comedor como mala o regular y un 22% (11 respuestas de 50) la considera buena.

Pregunta 3

La variedad de los platos ofrecidos en el menú le parecen...

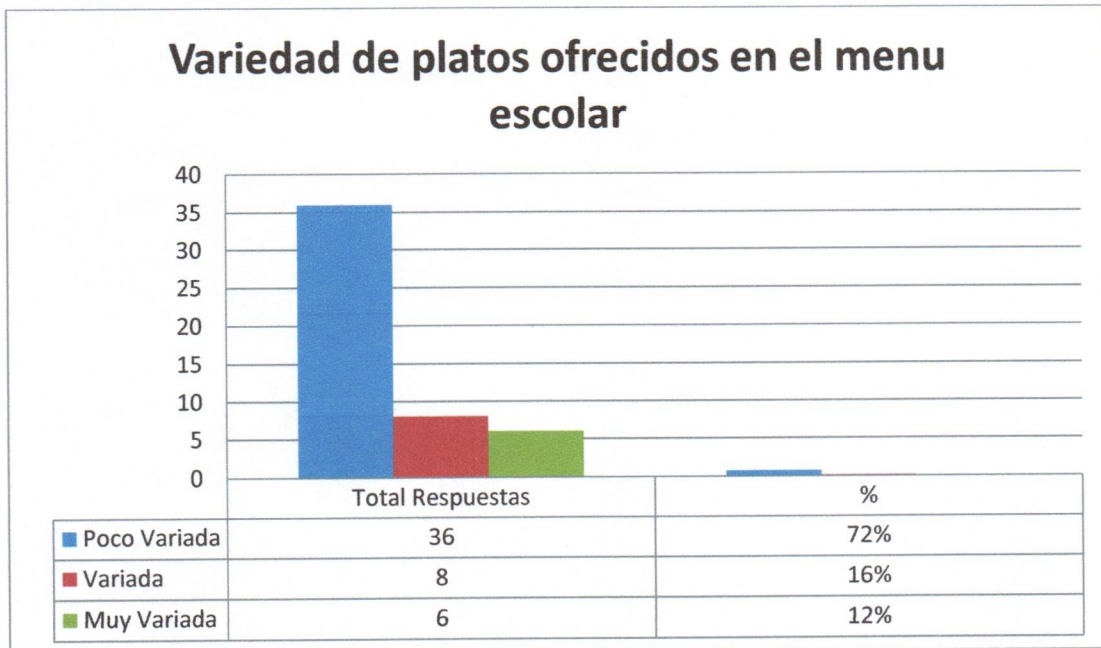


Grafico 2: Opinión general acerca de la variedad de platos ofrecidos por el comedor.

Análisis

En esta pregunta el 72% de los alumnos respondieron que los platos son poco variados y porcentaje restante considera los platos del comedor como muy variados o variados. Cabe destacar que la opinión del mayor porcentaje nos refleja la monotonía de los menús presentados, dado que utilizan el comedor de manera frecuente y conocen su variación.

Pregunta 4:

¿Qué piensa acerca de la presentación de los platos?

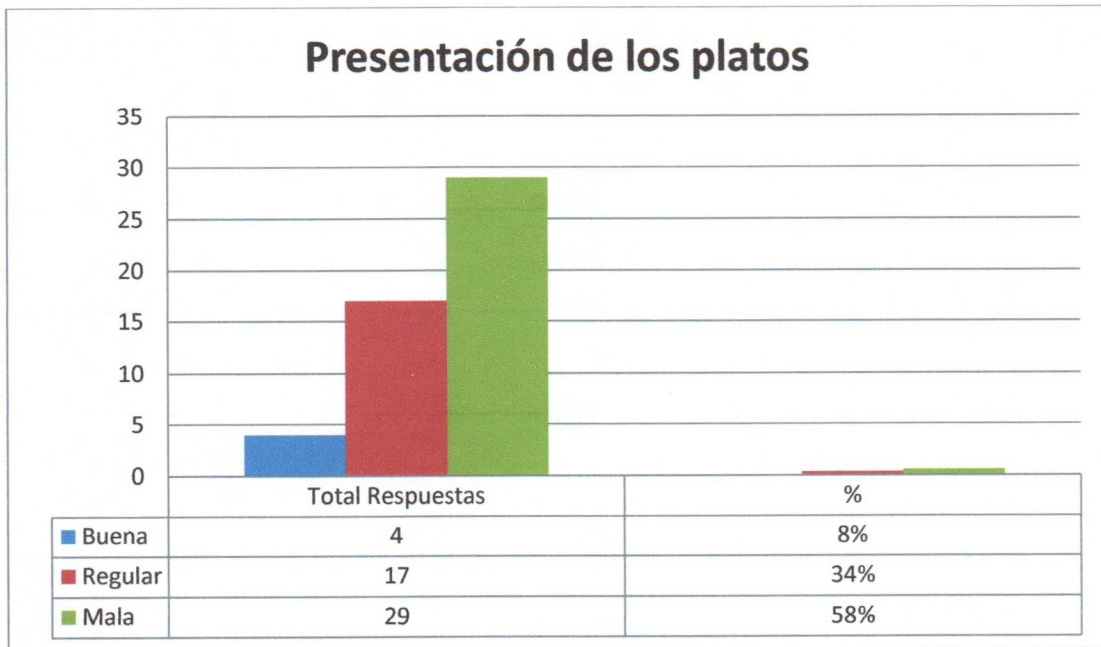


Grafico 3: Opinión general acerca de la presentación de los platos.

Análisis

Los resultados demuestran que un 58% de los alumnos consideran que la presentación de los platos es mala, un 34% la considera regular y un 8 % como buena.

Esta es una de las respuestas más significativas dado que la presentación organoléptica de los platos en este tipo de grupo etario es indispensable cuidar.

Pregunta 5:

¿Considera que deberían incorporarse otras opciones de platos?

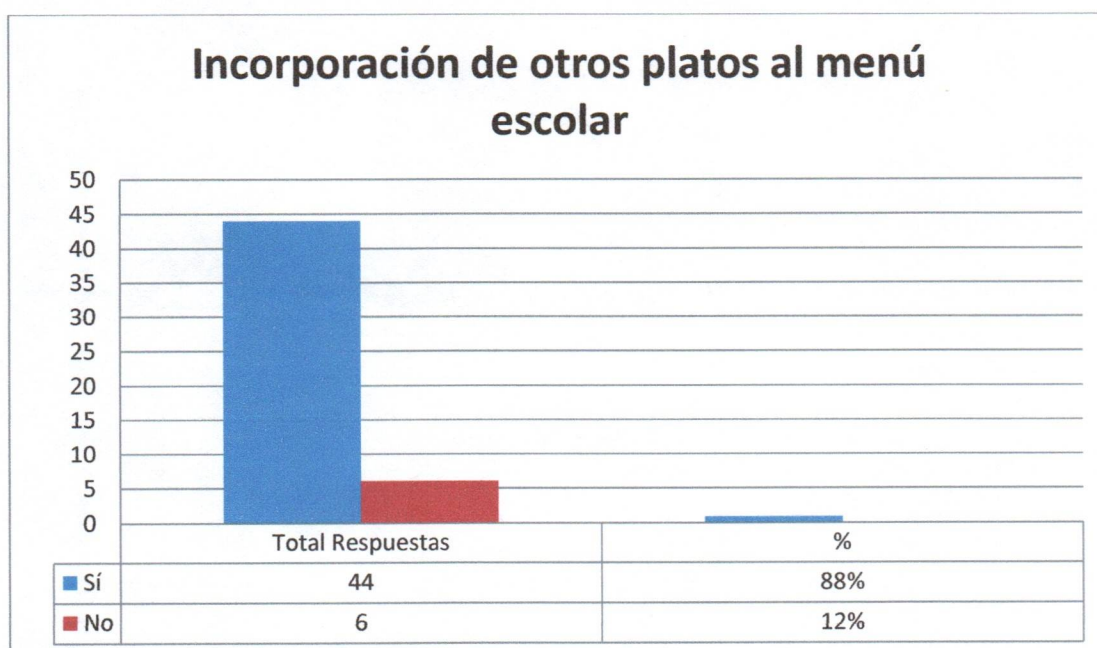


Grafico 4: Consideración de la incorporación de nuevos platos

Análisis

Los resultados obtenidos en la pregunta fueron que un 88% respondió que si se deberían incorporar nuevos platos. El 12% respondió que no debería incorporarse

En esta pregunta en relación a las anteriores se puede evidenciar que las respuestas son en cascada, el grupo en estudio necesita cambios, dado un gran porcentaje expresa que deberían incorporarse otro menú o preparaciones. De hecho ellos mismos proponen los menús que le gustaría que estén presentes en la planificación cíclica de los platos.

Pregunta 6:

De ejemplos de 3 platos que le gustaría que ofreciera el comedor.

Mujeres de 15 a 17 años	Varones de 15 a 17 años
Polenta: 3	Ñoquis: 7
Verduras al horno	Lasagna: 4
Lasagna: 5	Empanadas 7
Tortilla de papa	Canelones: 3
Empanadas de jamón y queso: 3	Ravioles
Empanadas de carne: 3	Pastel de papa

Ravioles	Polenta:4
Pollo con papas:2	Carne
Hamburguesa	Ensaladas
Guisos	Milanesa
verduras	Guiso
Zapallos al horno	Pastas
Tarta de choclo	Sándwiches 2
Ñoquis:6	Sándwich de milanesa
Empanadas: 2	Arroz con pollo
Tartas: 5	Napolitana
Pastel de papa: 6	Rabas
Comidas livianas	Asado
Comidas s/ TACC	Paella
Pizza	Tarta de Jamón y queso
Milanesas con avena	Pasta
Ensalada sin tanto aceite	Fruta como postre
Bife con ensalada	Hamburguesa
Tarta de verduras	Sopa
Postres variados	Zapallos rellenos.
Ensaladas	
Milanesas	
papas fritas	
Canelones	

Tabla 1: Lista de platos propuestos por los alumnos. Diferenciando la respuesta de mujeres y varones de 15 a 17 años.

Análisis

En esta pregunta se rescatan ejemplos de platos que los estudiantes les gustaría que ofreciera el comedor, la lista es larga y hay variedad de opciones, otras se repiten. Pero lo que se destaca es que la mayoría desea ñoquis, Lasagna, empanadas, tartas, polenta, pastel de papa, entre otros. Asimismo, algunos manifiestan la incorporación de más verduras y variedad de ensaladas, al igual que incorporar otras frutas como postre. De

igual modo, se observa que otros prefieren las comidas rápidas como hamburguesas, papas fritas, pizza, empanadas, etc.

Tercera visita al establecimiento

Durante la tercera visita al establecimiento realizada en el mes de noviembre de 2016, se participó durante la jornada del servicio de comedor del segundo turno (12:50 hs). El fin de dicha participación fue para hacer un registro fotográfico durante el servicio.

Se toma fotografías al comedor y a los alumnos durante su almuerzo para observar su actuar.

Se realiza el registro del plato servido ese día, el mismo fue: "Ravioles con salsa bolognesa" y mandarina de postre.

El servicio del segundo turno fue asistido por aproximadamente 29 alumnos de las edades comprendidas para este estudio, justamente ese día solo estaban cursando los últimos años.

Lo que se pudo contemplar fue la presencia viandas llevada por los alumnos. Algunas de ellas eran tartas, hamburguesas, salchichas, sándwiches de miga, papas fritas (de paquete), yogur, entre otros alimentos.

El análisis realizado luego de presenciar y hacer estudio de las fotografías fue que como el plato es uno del más aceptable por los alumnos, no se detectan rechazo ante el mismo. Lo que si se observó es que algunos dejaban restos de comidas en los platos (10 platos con restos), otros los entregaban vacíos.

Desde el punto de vista gastronómico al ser una elaboración sencilla, la misma no necesita mucha presentación. Es un plato bastante aceptable.

Fotos realizadas durante el servicio de comedor:



Foto 4: Entrada de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina



Foto 5: Sector comedor de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina



Foto 6: ingreso de alumnos al sector comedor.



Foto 7: Plato del día: ravioles con salsa bolognesa



Foto 8 y 9: Alumnos durante el almuerzo



Foto 10 y 11: Alumnos finalizando el almuerzo.



Foto 12: Platos entregados por los alumnos luego del almuerzo.



Foto 13: Fuente con restos de comida del almuerzo.



Foto 14: Operaria encargada de la cocina.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES

Finalizando el presente trabajo, se realiza el análisis de los resultados de las visitas al comedor de la Escuela, teniendo en cuenta el menú que ofrece, y con la consiguiente aplicación de la encuesta a la muestra estudiada.

Se concluye que el principal problema y el cual se planteó en un principio está vinculado al grupo de estudio, que son los adolescentes y la principal dificultad se da por aceptación de las comidas ofrecidas en el comedor.

Las encargadas del comedor y dirección del establecimiento postularon que el inconveniente está en que los alumnos no comen lo que se les da. Por otro lado, en los resultados de la encuesta, se aprecia que un gran porcentaje de los encuestados demuestran su insatisfacción ante las comidas ofrecidas, y ven necesario la incorporación de nuevos platos, más variados y agradables.

PROPUESTA DE POSIBLES SOLUCIONES

A continuación se postulan hipótesis de posibles soluciones que podrán ser estudiadas y aplicadas para seguir investigando acerca del tema abordado.

- Intervención educativa: esto serviría para mejorar los hábitos alimenticios de los alumnos.
- Realizar una planificación cíclica del menú pero más amplia: esta población estudiada de acuerdo a su etapa de vida y sus características socioculturales y fisiológicas es necesario realizar opciones de platos más variados de por lo menos 20 o 30 días, esto evitaría la monotonía de comidas y aburrimiento por parte de estos.
- Confeccionar un menú en conjunto con las operarias y alumnos que utilizan el comedor. El mismo podría conservar sus platos originales y a la vez agregar otros que para que el mismo sea más variado y llamativo para los alumnos, dejando atrás la monotonía de comidas repetitivas por semanas, teniendo en cuenta los caracteres organolépticos y nutricionales de los alimentos.

- Un recetario: para que el trabajo sea más simple y se eviten las mermas de alimentos. Es fundamental contar con un recetario que incluya las preparaciones con sus respectivos ingredientes de cada plato que se ofrece en el comedor. Esto permitirá a las operarias contar con él en todo momento y poder consultar ante la cantidad de ingredientes necesarios para cada receta y evitar pérdidas. El mismo se renovaría según temporada y disponibilidad de materia prima. También, se podrían agregar algunas de las sugerencias de los alumnos y que se ofrecería al menos una vez al mes o a la semana.

Durante mi cursado por las materias de toda la carrera adquirí conocimientos que fueron aplicados a este trabajo y me ayudaron a entender de manera plena la problemática surgida. A pesar, del que tema del trabajo solo mencione un tipo de servicio que es un comedor escolar. Este tipo de problemática pueden existir en muchos establecimientos de servicios gastronómicos y si no son asesorados, su funcionamiento podría ser deficiente y no obtener los resultados esperados por parte de los destinatarios.

CAPITULO VII

BIBLIOGRAFÍA

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ministerio de Sanidad y Consumo. "Campañas 2007. Prevención de la obesidad infantil"www.msc.es/campañas/campañas06/obesidadInfant3.htm

Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA), edición 2016.

Mengual Luque P. Estudio de los hábitos y conductas relacionados con la salud de los escolares de la ciudad de Córdoba, 1994/1999. [Tesis Doctoral]. Córdoba: Universidad de Córdoba. Facultad de Medicina; 2001.

Bourges H. Orientación alimentaria: glosario de términos. Cuadernos de Nutrición. 2001; 24: 7-33.

Murillo Olga. Panorama de Prácticas de alimentación de adolescentes escolarizados. Artículo de investigación. 2009.

BIBLIOGRAFÍAS DE SITIOS WEB

www.msal.gov.ar/ent/index.php/informacion-para-ciudadanos/menos-sal--vida/482-mensajes-y-grafica-de-las-guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina

www.alimentosargentinos.gov.ar

www.who.int. Organización Mundial de la Salud. OMS

www.trabajoyalimentacion.consumer.es/adolescencia

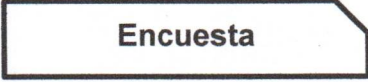
www.wikipedia.org

CAPITULO VIII

ANEXOS

ANEXO 1

Encuesta para los alumnos de la Escuela Agraria Alto Valle Este de Villa Regina.



Edad: _____

Sexo: F__ M__

Su opinión nos interesa

Marque con una X la opción que corresponda:

1. Utiliza el servicio del comedor que ofrece la escuela:

SI NO A VECES

2. Como considera la comida que ofrece el comedor:



3. La variedad de los platos ofrecidos en el menú le parecen...

Poco variado Variado Muy variado

4. ¿Qué piensa acerca de la presentación de los platos?



5. ¿Considera que deberían incorporarse otras opciones de platos?

SI NO

6. De ejemplos de 3 platos que le gustaría que ofreciera el comedor:

- ✓ _____
- ✓ _____
- ✓ _____