

## Capacitación para niños y adolescentes sobre nutrición y salud alimentaria

utpl  
27/03/2024

Categorías:  
Alumnos, UTPL, Vinculación

**La Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL), a través de los estudiantes de tercer ciclo de la carrera de Nutrición y Dietética, elaboró una propuesta educativa para fortalecer la nutrición y la salud alimentaria en la Unidad Educativa Particular Vicente Agustín Aguirre Ruiz de la ciudad de Loja.** Mediante la implementación de este tipo de proyectos de vinculación, se busca concienciar a los niños, adolescentes, educadores y padres de familia sobre la importancia de mantener prácticas alimentarias adecuadas.

Sofía Vivanco Zárate, directora del proyecto de vinculación de la carrera de Nutrición y Dietética, comenta que **el establecimiento educativo brindó apertura a la universidad para trabajar con niños y adolescentes de quinto a décimo grado.**

**“En total, 234 estudiantes se beneficiaron de este proyecto de vinculación que lo llevamos a cabo con estudiantes de tercer ciclo de la carrera de Nutrición y Dietética”,** expresa Vivanco.

Sobre la metodología del proyecto, la funcionaria de la UTPL señala que **constó de tres fases: la inicial o de diagnóstico, la de intervención y la de evaluación.**



Estudiantes del tercer ciclo de la carrera de Nutrición y Dietética abordaron temas relacionados con alimentación saludable.

**En la fase de diagnóstico, se analizó la situación de salud y alimentación de los niños y adolescentes a través de una encuesta digital**, elaborada por los estudiantes de la carrera de [Nutrición y Dietética](#) [1] y validada por un grupo de expertos. Esta encuesta fue enviada a los padres de familia para que puedan responder junto a sus hijos. En total, **se logró recolectar 121 respuestas que permitieron generar diagnóstico de la población beneficiaria.**

A partir de este diagnóstico, se ejecutó la fase de intervención, con los 234 estudiantes mapeados inicialmente. **Aquí, los estudiantes universitarios crearon sus propuestas educativas (6 en total) para aplicarlas en cada una de las aulas.** En total, se trabajó con 14 paralelos, donde **se capacitó a los estudiantes en temas de alimentación saludable, pirámide alimenticia, semáforo nutricional, lonchera y refrigerio saludable, así como macro y micro nutrientes.** Estas capacitaciones se desarrollaron mediante juegos de mesa y actividades lúdicas.



Una dieta equilibrada proporciona los nutrientes necesarios para el funcionamiento adecuado del cuerpo.

Después, se realizó **la fase de evaluación, donde los estudiantes de la unidad educativa, apoyados por los universitarios, replicaron los conocimientos adquiridos en el proceso, mediante una feria de alimentación saludable.** Esta actividad contó con la participación de 28 voluntarios, quienes se encargaron de implementar *stands* informativos.

Para [Vivanco](#) [2], es importante seguir ejecutando estos proyectos en las unidades educativas, pues, entre los resultados, un **57 % de padres conocían poco los alimentos que se deben incluir en la dieta de sus hijos** y deseaban aprender sobre estilos de vida saludables.



234 estudiantes se beneficiaron de este proyecto.

Desde la [UT](#) [3] [PL](#) [3], se reafirma el compromiso con la sociedad mediante la **implementación proyectos** que contribuyen a concienciar a los niños, adolescentes, educadores y padres de familia sobre la importancia de mantener prácticas alimentarias adecuadas.

**Desde la UTPL, trabajamos en proyectos de vinculación que aportan al desarrollo sostenible.**

Visita [utpl.edu.ec](https://utpl.edu.ec) [3]

**Source URL:** <https://noticias.utpl.edu.ec/capacitacion-para-ninos-y-adolescentes-sobre-nutricion-y-salud-alimentaria>

#### Links

[1] <https://www.utpl.edu.ec/carreras/nutricion>

[2] <http://investigacion.utpl.edu.ec/asvivanco>

[3] <https://www.utpl.edu.ec/>