

Formato PTP 1

Curso: El diseño de proyectos comunitarios transformadores

PTP 1: Identificación y selección de necesidades o problemas sociales de la comunidad

Selección del problema de la comunidad	
1. Problema de la comunidad seleccionado	El consumo de alimentos poco saludables y nutritivos. Falta de hábitos alimenticios, así como una dieta equilibrada tanto en la escuela como en casa.
2. Descripción del problema	<p>La mala alimentación en niños de primaria es una problemática que ha ido en aumento en los últimos años y que afecta a nuestro país.</p> <p>En la escuela primaria “Pedro Pablo Echeverría”, de turno matutino, ubicada al oriente de la ciudad de Mérida, con una población estudiantil de 305 alumnos y donde predomina una economía media-baja, este problema se manifiesta en una dieta desequilibrada que incluye un consumo elevado de alimentos ultraprocesados, ricos en azúcares, grasas saturadas y sodio, mientras que se reducen los alimentos frescos, como frutas, verduras y proteínas de alta calidad.</p> <p>El 40% de los alumnos asisten a clase sin haber desayunado porque manifiestan que no les apetece comer tan temprano, que no están acostumbrados y manifestaron traer desayuno a la escuela.</p> <p>En los recesos se ha observado que los alimentos que predominan son galletas, juguitos, frituras, refrescos, pizzas, salchichas.</p> <p>Un 70% del alumnado compra alimentos en la cooperativa escolar, aunque hay una variedad de productos, se ha observado que el alumnado se inclina en adquirir aquellos productos que no son los adecuados para un desayuno saludable y equilibrado.</p>

	<p>Como consecuencia, los niños se enfrentan riesgos para su salud física y mental, tales como: sobrepeso, obesidad, deficiencias nutricionales, problemas de concentración y rendimiento escolar.</p> <p>Los hábitos alimentarios en la infancia son cruciales, ya que no solo influyen en el desarrollo físico y cognitivo, sino también en la formación de comportamientos alimentarios a largo plazo.</p> <p>La falta de educación nutrimental, la influencia de la publicidad de productos no saludables y a la rutina diaria de los hogares en el que el factor tiempo, muchos padres no dedican a preparar y organizar menús porque es más rápido comprar algo, contribuyen a este problema.</p>
3. Justificación del problema	<p>Este problema es de Gran relevancia, Ya que la mala alimentación durante la infancia puede tener efectos a largo plazo en la salud y el bienestar de los niños, lo cual repercute negativamente en su desarrollo personal y académico.</p> <p>Además, la mala alimentación está estrechamente vinculada con el aumento de enfermedades crónicas como la diabetes, hipertensión y trastornos metabólicos, que, aunque tradicionalmente se asocian con adultos, están comenzando a afectar a niños a una edad temprana.</p> <p>A nivel comunitario, la prevalencia de estos problemas genera una carga económica adicional, tanto para las familias como para los sistemas de salud pública que deben afrontar los costos de atención médica para tratar enfermedades prevenibles. Además, el bajo rendimiento escolar derivado de una nutrición insuficiente afecta el futuro académico y profesional de los niños, limitando sus oportunidades y perpetuando ciclos de pobreza y desigualdad. Por lo tanto, abordar la mala</p>

alimentación en los niños de primaria no solo es una cuestión de salud sino también de Justicia social, desarrollo económico y bienestar comunitario.

Es viable implementar programas que fomenten una alimentación adecuada y saludable, así como la educación nutrimental a través de talleres o pláticas de nutrición (con docentes o personal del sector salud), carteles alusivos al fomento de hábitos alimenticios saludables para contrarrestar la publicidad de alimentos no nutricionales, desde temprana edad en la escuela. De esta manera se hace partícipes a los padres y comunidad, permitiendo con estas acciones romper este ciclo de desnutrición y malos hábitos alimenticios, mejorando la calidad de vida de las futuras generaciones.

