

Educación nutricional y alimentaria y orientaciones al consumidor

Hélida Rangel

“Para nutrir a un país, hay que educar a un país en nutrición”

Todos somos consumidores... Todos conformamos grupos... Todos pertenecemos a una comunidad y todos... nos vemos involucrados en la necesidad de saber ¿Cómo, cuándo, dónde y qué comprar?, y el consumidor debe poseer un mínimo de educación nutricional y alimentaria para poder decidir y adquirir un producto, y así responderse estas interrogantes. Diversos factores influyen en la capacidad de decisión y adquisición del consumidor, sin embargo la educación sigue siendo el eje de su comportamiento; y donde la comunicación como parte del proceso educativo, puede realizarse a través del acto de informar, transmitir, emitir, dialogar, intercambiar, compartir, establecer correspondencia, reciprocidad; permitiendo un intercambio que al repercutir en su actitud, este lo lleve a una aptitud crítica, donde el sujeto piense y ese pensar lo lleve a transformar su realidad. En educación nutricional y alimentaria las estrategias deben apoyarse en instrumentos o recursos para el aprendizaje, así como en actividades prácticas y establecer dentro del proceso la figura del promotor comunitario, o facilitador, o demostradora del hogar, ya que ellos corresponde el rol del educador/educando y deben estar capacitados para transmitir el conocimiento en nutrición, para lo cual, han de dominar técnicas sobre desarrollo grupal, autoestima, manejar recursos para el aprendizaje, conocer la oratoria, etc. De esta manera se desarrolla la educación con la participación comunitaria expresada a través de la interrelación comunidad, promotor, institución y donde el sujeto va descubriendo, elaborando, reinventando, haciendo suyo el conocimiento a través de la acción-reflexión-acción. En las comunidades exitosas, estos elementos forman parte del modelo de énfasis en el proceso el cual atiende a una planificación participativa que orienta hacia un pensamiento activo y reflexivo. Considerando este modelo, los consumidores pueden luchar por una equidad social a través de la Organización y la Participación; conformados en

asociaciones de consumidores, donde su principal objetivo es la Educación, promoción, vigilancia y defensa de los consumidores, ya que un consumidor educado maneja información ajustada a sus necesidades, defiende y reclama sus derechos, y es capaz de decidir que casa quiere y necesita adquirir de acuerdo a sus premisas.

La Gestión de las asociaciones de consumidores puede ser evaluada de acuerdo a los objetivos del programa- a través del procedimientos utilizado- y a través de la oportunidad de las medidas aplicadas.

Estrategias para la Educación Alimentaria-nutricional a nivel de comunidades: Promover el modelo de énfasis en el proceso en el desarrollo comunitario-Reforzar la Inversión en educación- formar recursos humanos para la educación nutricional y alimentaria y su participación en los medios de difusión- Elaborar y desarrollar materiales didácticos sencillos- Definir los mensajes y los canales de difusión, elaborar mensajes sencillos, a sectores bien identificados de la población- Aplicar las estrategias de comunicación en múltiples medios que comprendan un canal de comunicación interpersonal y un medio de difusión social- Definir políticas interinstitucionales de educación nutricional y alimentaria y sembrar acuerdos de los temas y enfoques que deben dirigirse a la población- Incorporar en la educación formal el modelo de énfasis en el proceso en el área de alimentos a través de los comedores escolares.

Podemos concluir que la fortaleza de los consumidores se basa en: Educación, Organización y Participación. Educados... para una decisión crítica, Organizados... para la lucha de la equidad socio-económica, Participando... para llevar a cabo el proceso de acción-reflexión-acción, y así... todos como consumidores seremos capaces de aplicar criterios de selección pudiéndonos responder: ¿Cómo, cuándo, dónde y qué? comprar, por ello: “Para nutrir a un país, hay que educar a un país en nutrición”.