



Universidad  
de Alcalá

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN  
HÁBITOS SALUDABLES EN  
CONTEXTOS DE EXCLUSIÓN SOCIAL  
EN ARGENTINA

---

INTERVENTION PROGRAM ON  
HEALTHY HABITS IN CONTEXTS OF  
SOCIAL EXCLUSION IN ARGENTINA

**Máster Universitario en Psicopedagogía**

**Presentado por:**

**D<sup>a</sup> CRISTINA GÓMEZ BENITO**

**Dirigido por:**

**Dr. JOSÉ JUAN VÁZQUEZ CABRERA**

**Alcalá de Henares, a 11 de SEPTIEMBRE de 2023**

---

## **RESUMEN**

El diseño del presente programa de intervención tiene lugar en la ciudad de Sante Fe (provincia de Santa Fe, Argentina). Se trata de un barrio altamente vulnerable, que presenta multitud de problemáticas severas de forma generalizada. Entre ellas, destacan el narcotráfico, un bajo nivel socioeconómico y cultural, precariedad laboral, condiciones de insalubridad y malnutrición. Concretamente, abordamos la necesidad de concienciación y desarrollo de hábitos saludables desde edades tempranas, debido a su impacto directo en el desarrollo físico y mental y a lo largo de la vida. Dicha cuestión constituye un problema multicausal, por lo que las acciones en el programa deberán ir dirigidas a mitigar sus efectos, teniendo presentes todos los ámbitos de la esfera pública y particular. Por ello, el entorno familiar, escolar y los contextos de educación no formal de un niño pasan a ser claves para el abordaje de la promoción de la salud. El programa tiene una duración de 3 meses aproximadamente y en él participan gran variedad de perfiles. Este es evaluado a través del diseño de cuestionarios que valoran la situación actual y la comparan con la final, con el objetivo de observar el grado de alcance y efectividad del mismo.

## **PALABRAS CLAVE**

Argentina, hábitos saludables, vulnerabilidad y exclusión social.

## **ABSTRACT**

The design of this intervention program takes place in the city of Sante Fe (province of Santa Fe, Argentina). It is a highly vulnerable neighborhood, which presents a multitude of severe problems across the board. Among them, drug trafficking, a low socioeconomic and cultural level, job insecurity, unhealthy conditions and malnutrition stand out. Specifically, we address the need for awareness and development of healthy habits from an early age, due to its direct impact on physical and mental development and throughout life. This issue constitutes a multi-causal problem, so the actions in the program must be aimed at mitigating its effects, taking into account all areas of the public and private sphere. For this reason, the family, school environment and non-formal education contexts of a child become key to addressing health promotion. The program lasts approximately 3 months and a wide variety of profiles participate in it. This is evaluated through the design of questionnaires that value the current situation and compare it with the final one, with the aim of observing its degree of scope and effectiveness.

## **KEY WORDS**

Argentina, healthy habits, vulnerability and social exclusion.

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....	4
OBJETIVOS GENERALES .....	5
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	5
MARCO TEÓRICO.....	6
PROPUESTA DE INTERVENCIÓN .....	12
Objetivos generales.....	12
Objetivos específicos.....	12
Contextualización y análisis de necesidades.....	13
Nombre del programa de intervención.....	21
Descripción del programa.....	22
Desarrollo del programa .....	24
Evaluación del programa .....	36
CONCLUSIONES.....	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	40
ANEXO 1.....	43

## INTRODUCCIÓN

Para la realización del presente Trabajo Fin de Máster se ha tomado como referencia el entorno en el que tuvieron lugar mis prácticas externas, en el marco del Programa de Voluntariado Internacional de las Universidades Públicas Madrileñas, concretamente por medio de la Universidad de Alcalá.

En el contexto mencionado, fue llevado a cabo un proyecto educativo en la ciudad de Santa Fe (provincia de Santa Fe, Argentina), denominado “Educación y Pandemia: derechos, salud e inclusión de niños, niñas y adolescentes”, puesto en marcha bajo la tutela de la ONG “La Poderosa”.

Dicho proyecto surgió a raíz del impacto causado por la pandemia del Covid-19, donde los centros educativos se vieron obligados a cerrar sus puertas para dar paso a una nueva forma de trabajo vía online. Este hecho provocó el impedimento del seguimiento del curso por parte de los sectores más vulnerables de la población, cuyas causas las encontramos en la falta de dispositivos electrónicos convenientes, de conexión a internet en su domicilio y/o bajo nivel cultural familiar, atentando directamente contra la igualdad de oportunidades educativas, lo que provoca un incremento de las desigualdades sociales.

Como respuesta a dicha necesidad, la institución mencionada anteriormente instaló wifi en todo el barrio e implementó un apoyo escolar gratuito, dirigido tanto a niños como a adolescentes, en uno de los barrios más vulnerables de la ciudad: el barrio Chalet. Paralelamente, se sumó a la causa la Universidad Nacional del Litoral (UNL), encargada de promover la cooperación entre sus estudiantes universitarios, así como entre voluntarios internacionales universitarios. En dicho proyecto también colaboran voluntarios del propio barrio que, a diferencia del perfil descrito, cuentan con un nivel educativo básico y colaboran por largos periodos de tiempo, por lo que actúan como referentes en el acompañamiento de los niños y adolescentes.

En el barrio Chalet encontramos diversas problemáticas que se dan de forma generalizada: el narcotráfico, la violencia urbana, la precariedad laboral, la insalubridad, la malnutrición, un bajo nivel socioeconómico y cultural... De ello, surge una necesidad (no menos importante) de desarrollar hábitos saludables, poniendo especial atención desde edades tempranas.

La desnutrición infantil constituye una problemática de salud pública grave en una amplia mayoría de países en vías de desarrollo. Concretamente, en Latinoamérica, más de 4 millones de niños menores de 5 años presentan retrasos severos en el crecimiento y el desarrollo cognitivo.

La adquisición de unos hábitos alimentarios adecuados a los requerimientos energéticos del organismo es esencial en el desarrollo de un estilo de vida saludable para lograr bienestar físico y mental.

En el caso de Argentina, a pesar de existir concienciación en la multicausalidad que traen consigo las problemáticas alimentarias, la tendencia histórica ha consistido en diseñar programas alimentarios a nivel estatal, basados en la distribución de diferentes alimentos, implementación de comedores escolares o con la entrega de copas de leche (como en el caso del barrio Chalet).

De este modo, el nivel socioeconómico familiar, junto con el nivel cultural, constituyen factores determinantes en la alimentación de los niños y, más tarde, en sus hábitos alimentarios. Sin embargo, no solo la familia puede ejercer dicha influencia, sino que otras instituciones son cada vez más protagonistas en la modificación de hábitos alimentarios. En este sentido, la escuela, junto con los contextos de educación no formal, son considerados esenciales en el abordaje de la promoción de la salud.

La problemática de los hábitos saludables en esta población no solo tiene repercusiones en la actualidad, sino que esta enmascara un círculo vicioso de malnutrición y pobreza. Por ello, existen enormes necesidades por educar en hábitos saludables, utilizando estrategias innovadoras que involucren tanto a los niños como a su entorno.

## **OBJETIVOS GENERALES**

El objetivo principal de este trabajo es diseñar un programa de intervención que responda a las problemáticas sociales más importantes del entorno.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Los objetivos específicos de este trabajo se centran en los siguientes puntos:

- Analizar las características del entorno y medir su vulnerabilidad social.
- Realizar un análisis de necesidades del contexto.
- Desarrollar hábitos saludables en niños en riesgo de exclusión social a través de la propuesta de actividades.

- Concienciar sobre la importancia de mantener un estilo de vida saludable.
- Dar a conocer el programa de intervención propuesto para la futura elaboración de programas en el entorno o en otros contextos de exclusión social.

## **MARCO TEÓRICO**

El marco teórico se estructura a través de dos ejes fundamentales. El primero atiende al análisis del concepto de vulnerabilidad y su relación en ámbitos como el económico, político, social o en la sucesión de desastres naturales. El segundo eje, por su parte, gira en torno a la importancia de una adquisición temprana de hábitos saludables, haciendo hincapié en situaciones de vulnerabilidad social.

### **1. La vulnerabilidad**

De manera genérica, el concepto de vulnerabilidad puede definirse como el riesgo que una persona es susceptible de sufrir frente a peligros inminentes. Por ello, podemos determinar que la vulnerabilidad es medida por el grado en que se presenta un conjunto de factores de riesgo determinados y los efectos que causan.

Desde la perspectiva de las ciencias sociales y siguiendo la visión de Pizarro (2001), el concepto de vulnerabilidad puede definirse por medio de dos vertientes. Por un lado, hace referencia a la indefensión en las condiciones de vida experimentada por las comunidades, familias e individuos, como resultado de un evento devastador de índole económico-social. Por otro lado, explica el concepto basándose en el manejo de recursos y estrategias por parte de los individuos afectados para afrontar las consecuencias de dicho evento.

El concepto de vulnerabilidad, de visión multicausal, no debe confundirse con el concepto de pobreza, de comprensión más limitada, pues este valora cualitativamente la condición de necesidad en determinadas situaciones, es decir, no reconoce los problemas estructurales y sus efectos desde una perspectiva integral.

Por ello, para la contextualización del concepto de vulnerabilidad se hace necesario abarcar asimismo los conceptos de amenaza y riesgo. La UNDRR (1979) promovió una reunión de un grupo de expertos con el objetivo de llevar a

cabo una unificación en las definiciones. Esta dio como resultado la redacción del informe “Natural Disasters and Vulnerability Analysis”, incluyendo los conceptos que se exponen a continuación:

- Amenaza, peligro o peligrosidad (H). Se refiere a la probabilidad de ocurrencia de un suceso potencialmente desastroso en un lugar y periodo determinados.
- Vulnerabilidad (V). Se refiere al grado de pérdida de elementos bajo riesgo, resultado de la probable ocurrencia de un suceso desastroso.
- Riesgo específico (Rs). Se refiere al grado de pérdidas esperadas por la ocurrencia de un suceso desastroso particular.
- Elementos en riesgo (E). Comprende a la población, las infraestructuras expuestas, la actividad económica y los servicios públicos.
- Riesgo total (Rt). Comprende el número de pérdidas humanas y heridos, daños en las infraestructuras y efectos en la actividad económica tras la ocurrencia de un suceso desastroso, es decir, resulta del producto del riesgo específico y los elementos en riesgo.

Tras esta conceptualización, formularon una ecuación para la evaluación del riesgo:

$$Rt = E \times Rs = E \times H \times V$$

Sin embargo, Cardona (1985) propuso eliminar la variable E de la ecuación por considerarla implícita en el concepto de vulnerabilidad. La explicación radica en que no puede existir vulnerabilidad sin unos elementos expuestos o en riesgo. Esta nueva concepción pasó a ser generalmente aceptada por la comunidad científica (sobre todo en el campo de las ciencias sociales).

Moser (1998), por su parte, añade una nueva puntualización: las transformaciones en la esfera económica, social o política pueden llegar a ser tan adversas para los individuos como los desastres naturales. En este punto, es esencial entender que dichos desastres no son puramente naturales, sino que más bien es la combinación producida entre un fenómeno natural, la condición de vulnerabilidad de los individuos afectados y la estructura política, social y económica la que define el alcance del desastre en sí.

Wilches-Chaux (1993) define desastre como un “evento identificable en el tiempo y el espacio, en el cual una comunidad ve afectado su funcionamiento normal, con pérdidas de vidas y daños de magnitud en sus propiedades y servicios, que impiden el cumplimiento de las actividades esenciales y normales de la sociedad”. Para este autor, de la interacción entre factores (internos) y características (externas) resulta la capacidad, o no, para responder a la aparición de un riesgo, lo que se traduce en desastre. A este concepto le denomina “vulnerabilidad global”, cuyo concepto nos ayuda a entender qué dimensiones se ven afectadas cuando sucede un evento de grandes dimensiones.

En primer lugar, la dimensión natural contempla la vulnerabilidad intrínseca que poseen todos los seres vivos por el simple hecho de serlo. Cuanto peores sean las condiciones ambientales para un determinado organismo, mayor vulnerabilidad experimentará. Por otro lado, la dimensión física se refiere a aquellas localizaciones percibidas como zonas de riesgo (de terremoto, de inundación, con fallas geológicas activas...) donde se producen asentamientos.

Por otro lado, la dimensión económica constituye uno de los principales factores en la vulnerabilidad global, que se expresa en términos de desempleo, nivel de ingresos y accesibilidad a servicios básicos como salud o educación. De hecho, Wijman y Timberlake (1984) han puesto de manifiesto que, en situaciones de desastre, existe una relación inversamente proporcional entre los ingresos y la mortalidad. Por ello, los eventos naturales ya no deben considerarse la causa principal en la incidencia de dicho desastre.

En cuanto a la dimensión social, esta se relaciona con el grado de cohesión interna dentro de una comunidad, donde cobran especial relevancia los vínculos entre sus miembros y sentimientos compartidos. Así mismo, la dimensión política concierne el grado de autonomía que tienen los miembros de una comunidad en la toma de decisiones, es decir, cuanto menor sea la atención política en situaciones trascendentes para la comunidad, mayor vulnerabilidad política existirá.

La dimensión técnica, que guarda relación con la física, se refiere al nivel de idoneidad de las infraestructuras y tecnología para la seguridad en el entorno. Por ejemplo, en una zona con riesgo de inundación, será preciso contar con las estructuras necesarias para la contención del cauce del río.

La dimensión ideológica comprende un conjunto de valores y concepciones con los cuales se hace frente a las circunstancias de la vida. Por último, la dimensión cultural es la que se refiere a aquellos rasgos culturales



compartidos por las comunidades que afectan directamente a ámbitos como el económico, político, social o educativo.

Cada una de las dimensiones descritas conforman ángulos particulares esenciales en el análisis de fenómenos globales.

## **2. Hábitos saludables**

La malnutrición constituye una de las principales problemáticas que se extiende a nivel global, especialmente en países en vías de desarrollo. Según el Informe de las Naciones Unidas (2021), se estima que alrededor de 2.300 millones de personas (29,3% de la población mundial) padecen algún tipo de malnutrición. Se trata de un dato alarmante, sobre todo si realizamos una comparación con la situación previa a la pandemia del COVID-19, donde se incluían 350 millones de personas menos.

Si atendemos a la distribución mundial de dicha condición, podemos observar características homogéneas según determinadas zonas geográficas. En el caso de América Latina, encontramos al 5% de la población mundial con desnutrición principalmente crónica y en menor medida aguda.

En el caso de la malnutrición infantil en América Latina, 1 de cada 6 niños en edad preescolar (cerca de 9 millones) padece retrasos en el crecimiento de forma moderada y grave (Revista Argentina de Antropología Biológica, 2008). En Argentina, concretamente, según el informe La Salud en las Américas (1999), entre un 4% y un 12% de niños de 6 años sufre diversos tipos de desnutrición.

En la otra cara de la moneda, nos encontramos con la sobrenutrición, cuya cifra ha ido aumentando a lo largo de las últimas décadas, llegando a ser declarada una epidemia de obesidad global por la Organización Mundial de la Salud (2002). Dicho incremento se ha visto acentuado recientemente en países en vías de desarrollo, a pesar de haber constituido un problema perteneciente a países desarrollados de forma tradicional.

En el caso del territorio argentino, algunos autores ya han informado de esta nueva realidad, advirtiendo de un aumento significativo de los casos de sobrepeso y obesidad y su vínculo con la pobreza (Botteron et al., 2005).

La malnutrición se define como una condición fisiológica anormal, cuyas causas se producen por un consumo insuficiente, excesivo o desequilibrado de macronutrientes (hidratos de carbono, proteínas y grasas) y micronutrientes

(vitaminas y minerales). Los primeros son los encargados de aportar energía al organismo y los segundos son los que favorecen el desarrollo físico y cognitivo (Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición, 2014).

Dentro de la malnutrición, la desnutrición se refiere a la ingesta insuficiente de alimento de forma continuada, la cual no satisface las necesidades energéticas y la sobrenutrición se origina cuando la biodisponibilidad de uno o más micro y/o macronutrientes exceden la cantidad requerida para el metabolismo de un organismo.

La malnutrición influye de forma negativa y directa en la salud y bienestar físico y psicológico, donde destacan sus perjuicios en la capacidad de aprendizaje y rendimiento escolar. Sus consecuencias se traducen en mayor vulnerabilidad ante enfermedades cardiovasculares, diabetes, osteoartritis o diversos tipos de cáncer (debido a los bajos niveles de defensas) y mayor propensión del desarrollo de trastornos físicos y cognitivos, atentando directamente contra la salud pública.

Por ello, el seguimiento de esta condición durante la etapa escolar pasa a ser una cuestión de primera necesidad, cuyo periodo, a su vez, encierra un amplio abanico de oportunidades para la promoción de unos hábitos y estilos de vida saludables. De hecho, existe una relación directa entre los hábitos alimentarios en la infancia y el riesgo de desarrollo de enfermedades a lo largo de la vida (Pediatria Integral, 2015), donde, además, las costumbres nutricionales adquiridas durante esta etapa, apenas se modifican en el tiempo.

Siguiendo el informe de las Naciones Unidas, otro aspecto destacable es la brecha de género producida en la inseguridad alimentaria, donde casi un 32% de las mujeres en todo el mundo la padecen de forma moderada o grave, frente al 27,6% de hombres. La inseguridad alimentaria hace referencia a un difícil acceso en la adquisición de alimentos de forma continuada, junto con una reducción de la calidad de los mismos, donde pueden darse casos, incluso, de situaciones donde las personas se quedan sin alimento en determinados momentos del año.

Por otro lado, según la Revista Argentina de Antropología Biológica (2008), el estado nutricional resulta de la disponibilidad de alimentos dentro del contexto político-económico, de los hábitos alimentarios según la situación geográfica y los aspectos culturales que la caracterizan y de los requerimientos nutricionales que dependen de la etapa de la vida en que se encuentre cada individuo.

En el caso de nuestro programa de intervención (detallado más adelante), trabajaremos con niños de 8 a 12 años, por lo que es conveniente analizar los requerimientos nutricionales en la etapa escolar. Según la revista de *Pediatría Integral* (2015), una alimentación saludable se basa en los siguientes criterios: los alimentos deben ser variados, así como su forma de preparación y presentación, debe presentar unos niveles nutricionales adecuados a las características de cada individuo y también debe darse de forma espaciada en el día. Además, añade que la alimentación posee una dimensión social.

Se establece así mismo que los hábitos alimentarios se empiezan a asentar a partir de los 6 meses, quedando prácticamente consolidados tras cumplir los 10 años de edad. En este proceso, ha quedado evidenciado el trascendental papel que juegan las familias, por representar un modelo base de alimentación. En este punto, la consolidación de hábitos alimentarios se hace más efectiva cuanto más joven sea el niño y más rutinario sea realizar comidas en familia.

Sin embargo, no solo la familia ejerce influencias sobre los hábitos alimentarios. En este sentido, la institución escolar y, sobre todo, la educación en contextos no formales cobra especial relevancia por constituir un entorno seguro que combina los ámbitos didáctico y social.

Cabe añadir que los factores genéticos también ejercen cierta influencia en los hábitos alimentarios, aunque los procesos de imitación tienen mayor eficacia. Por otro lado, es necesario puntualizar que existe gran variabilidad en la ingesta de nutrientes y gasto energético en niños de la misma edad y sexo, y tiende a mantenerse en el tiempo.

De esta manera, los requerimientos nutricionales y energéticos se ven condicionados por las necesidades basales de cada individuo, su grado de actividad física y su desarrollo cognitivo. Aun así, estableceremos unas pautas de carácter general establecidas por Hernández (2006) sobre las necesidades mencionadas en la edad escolar.

El equilibrio nutricional en la etapa escolar no difiere demasiado de las recomendaciones para adultos. Se establece un consumo de 12% a 15% de proteínas, el cual debería ser en su mayoría de origen animal y una proporción más reducida de origen vegetal. La cantidad recomendada de ingesta de lípidos varía de un 30% a un 35%, dentro de la cual las grasas saturadas no deberían sobrepasar el 10% total. Por último, se recomienda de un 50% a un 58% en hidratos de carbono y fibra, provenientes mayoritariamente de frutas, verduras y legumbres.

Desde un punto de vista más general, se puede determinar que la alimentación se ve igualmente influida por los cambios sociales. Recientemente, se han producido algunos cambios sustanciales en la alimentación a nivel mundial. Probablemente, uno de los más relevantes sea el incremento del consumo de comida rápida y platos precocinados, lo cual se traduce en un balance nutricional hipercalórico, con un incremento significativo del consumo de hidratos de carbono refinados y grasas de baja calidad (Gardner y Halweil, 2000). Debido a esta razón, la población ha empezado a adoptar nuevos hábitos alimentarios, patrón que se observa más frecuente en las familias de bajo nivel socioeconómico (Romero, 2015).

De este modo, las necesidades por el desarrollo de hábitos saludables en niños en situación de vulnerabilidad se vuelven todavía más evidentes que en niños que no la sufren.

## **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

- **Objetivos generales**

El objetivo general del programa es concienciar sobre la importancia de desarrollar hábitos saludables en la vida cotidiana para conseguir un mayor bienestar físico y mental.

- **Objetivos específicos**

En cuanto a objetivos específicos, destacamos los siguientes:

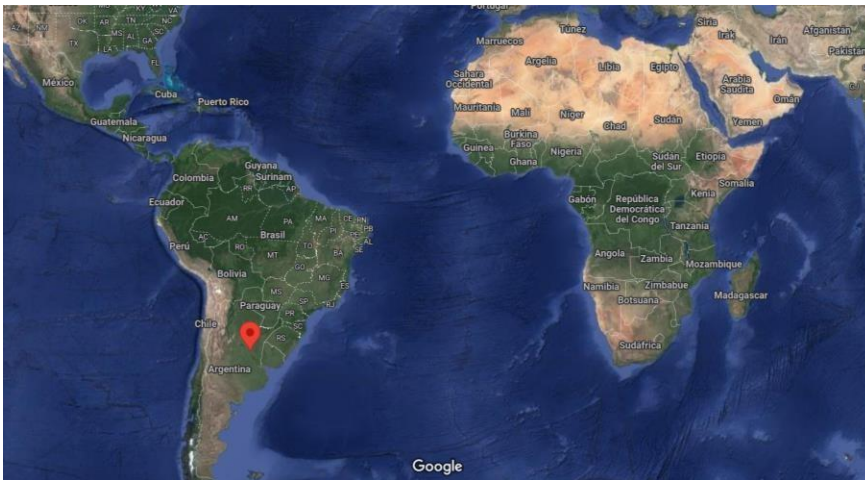
- Involucrar a los familiares de los niños.
- Aprender a realizar recetas sencillas, saludables y a bajo coste económico.
- Aprender a cultivar en la huerta para obtener alimentos.
- Fomentar hábitos de higiene corporal.
- Concienciar sobre los perjuicios del consumo de drogas.

- **Contextualización y análisis de necesidades**

A continuación, pasamos a estudiar el entorno en el que es propuesto el programa de intervención, así como a realizar un análisis de necesidades.

## 1. Dimensión espacial

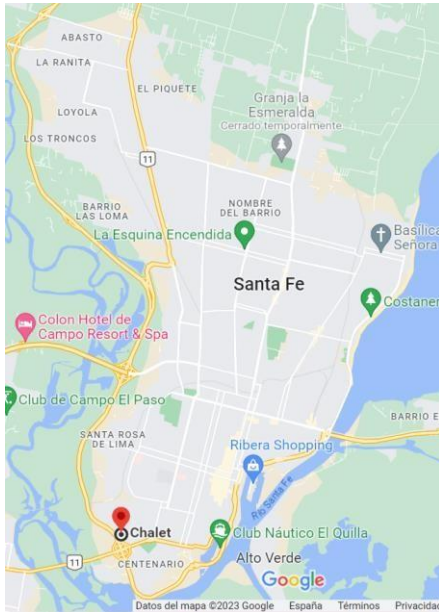
La ciudad de Santa Fe constituye la capital de la provincia que lleva el mismo nombre, en Argentina, siendo una de las ciudades más grandes del país.



Ubicación de la ciudad de Santa Fe (Argentina). Fuente: Google Maps.

La región en la que se ubica se conoce como “El Litoral” y se caracteriza por su riqueza en recursos naturales. La ciudad de Santa Fe se encuentra inmersa en el valle aluvial del Salado y está rodeada por el río Paraná y la laguna Setúbal. El río Salado atraviesa siete provincias argentinas (Salta, Catamarca, Tucumán, Santiago del Estero, Chaco y Santa Fe) y su tramo inferior comienza en la provincia de Santa Fe.

Por otro lado, el barrio Chalet se sitúa al suroeste de la ciudad de Santa Fe:



Ubicación del barrio Chalet. Fuente: Google Maps

## 2. Dimensión histórica y demográfica

La ciudad de Santa Fe fue fundada en 1573. Su posición geoestratégica con la confluencia de los ríos Salado y Paraná la convirtió en la primera ciudad-puerto de la región. Además, la legislación de la época obligaba a hacer parada en la ciudad a los barcos con dirección a Paraguay, lo que conllevó un gran incremento del comercio. A día de hoy, sigue constituyendo un enclave importante en las rutas comerciales (Converti, 2004).

La ciudad de Santa Fe tiene una población de 3.556.522 habitantes (Censo 2022) y el barrio Chalet de 2.538 (Gobierno de Santa Fe, 2001).

El centro histórico de la ciudad se ubica al sureste de la misma y se encuentra en una superficie ligeramente elevada que lo protege de las inundaciones. Dentro de esta área se sitúan mayormente los grupos sociales de clase media-alta y alta.

Por otro lado, los grupos sociales de clases más bajas se asientan hacia el suroeste de la ciudad. Esto se debe a que en el proceso de planificación urbanística y crecimiento de la ciudad, la población se fue extendiendo hacia zonas con riesgo de inundación, es decir, terrenos que formaban parte de la planicie natural de inundación de los ríos, en este caso la del río Salado. Esta parte de la población es altamente vulnerable tanto por su condición social como

por su alto nivel de indefensión ante los escasos esfuerzos políticos por su protección.

A diferencia del Salado, los barrios inmersos en la planicie del río Paraná y la laguna Setúbal se encuentran bastante más protegidos de los desastres naturales gracias a la construcción de grandes elevaciones de muros sólidos.



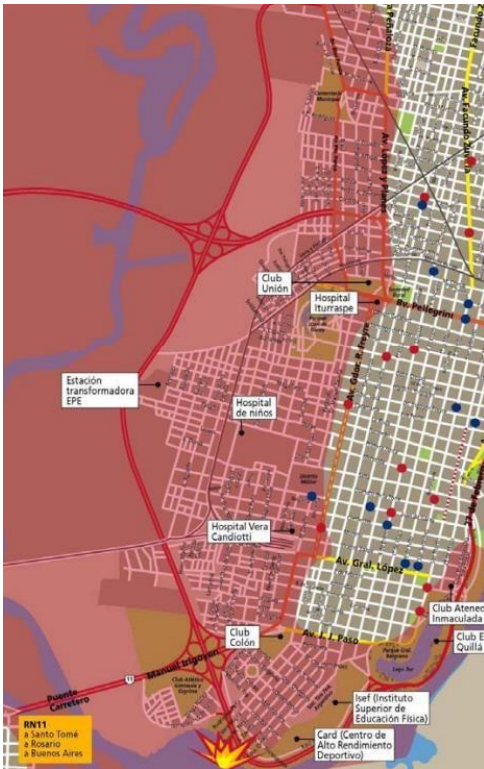
Mapa físico de la ciudad de Santa Fe. Fuente: ResearchGate.

El barrio Chalet destaca por ser uno de los más vulnerables de la ciudad de Santa Fe. Sin embargo, para entender su situación de forma más amplia, conviene echar la vista atrás.

En la ciudad han existido numerosas emergencias hídricas de forma periódica desde el siglo pasado: en 1929, 1938, 1966, 1973, 1977, 1983, 1995, 2003 y 2007. Sin embargo, la mayor catástrofe en cuanto a número de personas afectadas y pérdidas materiales fue, sin duda, la del año 2003.

Desde el comienzo del 2003, sucedieron lluvias de forma reiterada a lo largo de la cuenca del río Salado, si bien en abril se intensificaron notablemente. El crecimiento sin precedentes de su cauce provocó que, el 29 de abril de ese mismo año, la ciudad de Santa Fe sufriera una gran inundación con la entrada del Salado a la misma. Ingresó por una brecha en la defensa del cordón oeste, producto de obras estatales inconclusas que debían contener el cauce del río.

La inundación afectó directamente a más de 130.000 personas, donde alrededor de 28.000 viviendas fueron destruidas. Las pérdidas económicas fueron devastadoras y según Gómez (2007), se invirtieron 1,5 millones de dólares para la reconstrucción de la infraestructura, viviendas y compensaciones de pérdidas agrícolas. En cuanto al número de fallecidos ascendió a 23, según cifras oficiales, aunque muy probablemente sucedieran más ya que únicamente fueron contabilizadas por situación de ahogamiento.



Alcance de la inundación a 3/5/2003



Imagen de la cancha de Colón en la inundación de 2003 (barrio Chalet)



Imágenes de la inundación de 2003



El agua llegó a alcanzar hasta los siete metros de altura en algunas zonas, demorando varios días en descender el nivel, debido a que las defensas actuaron como tope, dificultando la salida. Las escuelas que no se habían inundado en ese momento se utilizaron como centros de evacuación, por lo que son consideradas un lugar privilegiado para la construcción de memoria sobre los hechos ocurridos.

Dieciocho años después de la tragedia, en 2021, por fin se consiguió declarar el 29 de abril como “Día de la memoria de la inundación de Santa Fe”, proyecto propuesto por la ONG “La Poderosa” junto con “La Carpa Negra”. Actualmente, todavía se está luchando por incluir este día en el calendario escolar de todos los niveles del sistema educativo en toda la provincia.

A pesar de que hayan pasado veinte años desde la tragedia, todavía se vela por la difusión y toma de conciencia con este tipo de sucesos ya que, lamentablemente, los daños medioambientales ligados a causas políticas no dejan de ocurrir.

### **3. Dimensión social del barrio Chalet**

Una vez tratados los hechos históricos clave en la ciudad de Santa Fe, podemos pasar a estudiar la idiosincrasia del barrio Chalet.

En primer lugar, trataremos sobre las diversas situaciones familiares que se dan en el barrio. En este, el número de hijos por núcleo familiar suele enmarcarse entre 4 y 8, donde las mujeres normalmente quedan embarazadas entre los 15 y los 18 años por primera vez.

Cerca de la mitad de las familias cuenta con padres separados, donde la madre es la que queda a cargo de sus hijos (tanto en cuidados como económicamente). Por otro lado, se dan casos de familias reconstruidas en un 40%, con situaciones de hermanos conviviendo en diferentes núcleos y casos donde los hijos quedan a cargo de familiares diferentes a los padres. Esto último suele estar vinculado a problemas relacionados con el consumo o tráfico de drogas, y junto con la justicia en algunos casos. Por último, en torno a un 10% de las familias conviven ambos padres con los hijos de ambos exclusivamente.

#### 4. Dimensión económica del barrio Chalet

El nivel económico general de las familias podría determinarse como muy bajo. En el ámbito laboral, los negocios a los que se dedican suelen ser de carácter informal. Su ubicación tan cercana a la cancha<sup>1</sup> de Colón, el equipo de fútbol más popular de la ciudad, les incentiva a poner en marcha la venta ambulante, mayormente de comida, donde también suelen involucrar a los hijos desde muy pequeños (de hecho, cuando se juegan partidos, el apoyo escolar directamente se suspende). Además, los hombres suelen dedicarse también a labores de albañilería y pintura.

En cuanto a las mujeres, se dice popularmente que realizan una “triple jornada”. Por un lado, la mayoría son amas de casa y, por otro, se dedican a limpiar otras casas o a cuidar de los hijos de otras familias esporádicamente. Algunas de ellas también forman parte de las redes comunitarias del barrio y participan en la “Cocina Poderosa”, encargada de la elaboración y reparto de viandas y también en la “Casa de Mujeres y Disidencias”, donde ofrecen soporte a mujeres en situación de violencia de género y talleres formativos dirigidos a las propias mujeres.

A pesar de la gran labor que realizan las mujeres en el barrio, su trabajo no está reconocido a ojos del Gobierno, lo que conlleva un escaso o nulo reconocimiento económico. Por ello, la ONG “La Poderosa” actualmente recoge firmas, con carácter no vinculante, con el objetivo de visibilizar su situación para que se regularice.

En cuanto a las viviendas del barrio, puede observarse en las siguientes imágenes que las construcciones son bastante precarias, sin olvidar que el promedio de convivientes de cada una ronda entre 4 y 10 personas. Por lo general, se trata de viviendas improvisadas, donde muchas de las familias todavía se encuentran a la espera de su reubicación, prometida por los planes de vivienda surgidos a raíz de las consecuencias producidas por la inundación de 2003, tratada anteriormente.

La mayoría de viviendas, además, no cuenta con sistema de cloacas, de modo que las familias construyen su propio pozo en casa. La falta de asfalto, junto con la existencia de un desagüe cloacal que desemboca en el barrio, hace que se favorezcan las inundaciones con agua contaminada durante los días de lluvia intensa.

---

<sup>1</sup> Estadio de fútbol.



Imágenes del barrio Chalet. Fuente: elaboración propia

En este contexto, surge otra problemática en relación con los desperdicios, debido a que la recolección de basuras no llega a todo el barrio, los cuales se acumulan taponando el carente sistema de alcantarillado.

Por otro lado, las conexiones eléctricas son precarias y los cortes de luz suceden con cierta frecuencia. De hecho, en determinadas ocasiones se han

producido incendios por esta razón y también por las quemas de basura. Esto último suele hacerse para obtener calor en los hogares o para cocinar; sin embargo, puede provocar problemas respiratorios severos, sobre todo en los niños, con la quema de ciertos materiales como el plástico.

## **5. Dimensión cultural del barrio Chalet**

Por último, trataremos el nivel cultural de este barrio. En cuanto a las familias, entre un 50% y 60% ha alcanzado a completar estudios primarios, alrededor de un 30% no ha llegado a concluirlos y solo en casos muy concretos han llegado a concluir estudios secundarios.

En cuanto al nivel académico de los niños, se podría determinar que es muy bajo. Por lo general, presentan enormes dificultades de lectoescritura y matemáticas en todas las edades.

Por otro lado, algo destacable es que su capacidad de atención es considerablemente limitada y su motivación por aprender escasa. En cuanto a sus intereses, destacan el fútbol, la cultura española y las nuevas tecnologías con plataformas como youtube. Sin embargo, apenas consideran los estudios como un abanico de oportunidades en el desarrollo personal y laboral.

Por último, cabe señalar que los problemas de violencia urbana, así como el consumo y comercialización de drogas, forman parte del día a día del barrio, tanto en las calles como en la cancha.

## **6. Hábitos saludables en niños en la ciudad de Santa Fe**

Cabe mencionar que la falta de hábitos de higiene corporal constituye una problemática aparentemente grave. Una de las más destacables probablemente sea la salud bucal ya que con frecuencia se observan manchas oscuras y picaduras en las dentaduras de los niños de todas las edades, con un esmalte aparentemente quebradizo.

En esta misma línea, la falta de alimentación generalizada constituye otra situación de riesgo no menos importante, donde la mayoría de niños solamente realiza de una a tres comidas diarias (contando con la merienda ofrecida por la

ONG en el apoyo escolar), las cuales no suelen ser equilibradas nutricionalmente.

Ante esta problemática, también cabe subrayar que la desnutrición no solamente se vincula a la falta de alimento como habitualmente se tiende a pensar. En el barrio hay personas que se ven obligadas a beber agua contaminada, lo cual les hace contraer enfermedades, a raíz de las cuales acaban deshidratándose y perdiendo reservas. También se dan casos de familias con presencia de plomo en sangre.

Ante la falta de información sobre la situación nutricional específica de los niños del barrio Chalet, tomaremos como referencia un estudio transversal de evaluación de la alimentación de niños de entre 6 y 11 años que asisten a escuelas primarias públicas en la ciudad de Sante Fe. Dicho estudio es comparativo entre los alumnos que disponen de servicio de comedor escolar y los que no (como en el caso del barrio Chalet), teniendo en cuenta, además, los aspectos socioeconómicos.

En cuanto a los resultados más relevantes del estudio, se observó que la ingesta de frutas, verduras y lácteos era bastante inferior a la recomendada por la OMS en los niños de ambas escuelas. Por otro lado, la frecuencia del consumo de bebidas azucaradas y golosinas (helados, alfajores, galletas, caramelos...) era bastante alta, sin diferencias significativas entre las escuelas.

Según el cuestionario realizado en la escuela sin comedor, se puede observar que en torno a un 47% consumen de forma ocasional bebidas azucaradas y en torno a un 43% de forma muy frecuente. En el caso de las golosinas, un 62% las consume ocasionalmente y un 33% muy a menudo.

Por otro lado, se observó una elevada ingesta en grasas saturadas, donde el 79% de los niños con servicio de comedor superaba la cantidad recomendada y un 56% lo hacía en la otra escuela. En cuanto a la ingesta de fibra y calcio, se observan valores muy bajos de los recomendados en ambas escuelas.

- **Nombre del programa de intervención**

El programa propuesto es un plan de intervención en hábitos saludables en contextos de exclusión social en Argentina.

- **Descripción del programa**

El programa de intervención diseñado trata sobre la concienciación en hábitos saludables y se dirige a niños de 8 a 12 años en riesgo de exclusión social del barrio Chalet, ubicado en la ciudad de Santa Fe (Argentina).

Si bien es cierto que el plan va dirigido a niños, también trataremos de vincular a sus familias en algunas actividades, con el objetivo de que se sientan acompañados y apoyados, además de que los familiares puedan involucrarse lo máximo posible para el seguimiento de lo aprendido en el plan de intervención.

Como ya hemos mencionado, en este barrio cooperan la ONG “La Poderosa” y la UNL. Las personas con las que contaremos en el plan de intervención serán los voluntarios universitarios (incluidos los internacionales) así como los voluntarios del barrio, por lo que todos ellos constituirán el personal responsable en el desarrollo de las actividades del programa.

La ONG “La Poderosa” cuenta con varios espacios dentro del Centro Cultural y Comunitario “Marielle Franco”. A continuación, se muestran las estancias que serán utilizadas en el plan de intervención.



Apoyo escolar. Fuente: elaboración propia



Cocina. Fuente: Facebook.



Huerta. Fuente: elaboración propia

El plan de intervención tendrá una duración de aproximadamente 3 meses, contando con un día por semana. Debemos tener en cuenta que el apoyo escolar ofrecido por la ONG colaboradora se da de forma regular los martes y jueves de 17 a 19 horas, por lo que reservaremos los jueves para ponerlo en

marcha. El tiempo sobrante durante estos días, se reservará de igual manera para el apoyo escolar.

Teniendo en cuenta que el curso escolar en Argentina comienza a mediados de marzo, así que será a principios del mes de abril del año 2024 cuando tenga lugar el inicio del plan de intervención. A continuación, se muestra el cronograma junto con la planificación del programa.

Meses	Días	Duración	Lugar	Sesiones
Abril	4	1h	Apoyo	Jornada de presentaciones
	11	1h y 15 min	Apoyo	Alimentación saludable I
	18	1h	Apoyo	Alimentación saludable II
	25	1h y 30 min	Cocina	Taller de cocina I
Mayo	2	1h y 30 min	Cocina	Taller de cocina II
	9	1h y 15 min	Apoyo y huerta	Taller de huerta I
	16	1h	Huerta	Taller de huerta II
	23	1h y 15 min	Apoyo	Lavado de manos
	30	1h	Apoyo	Cepillado de dientes
Junio	6	1h	Apoyo	Concienciación sobre el consumo de drogas
	13*	X	X	Sesión de recuperación
	20*	X	X	Sesión de recuperación

\* Se reservan dos sesiones extra por si hiciera falta recuperar alguna debido a la suspensión de estas en el momento en que se juegan partidos de fútbol en la cancha de Colón.

- **Desarrollo del programa**

En este apartado, abordaremos con detalle las sesiones que realizaremos a lo largo del programa. Debemos recordar que los objetivos, así como las sesiones de aprendizaje, están diseñadas con un grado de dificultad acorde al nivel académico descrito anteriormente. Por ello, el contenido en su mayoría es motivador para captar su atención, intuitivo y muy visual.

Nº sesión	1
Día	4 de abril de 2024



Título	Jornada de presentaciones: primera toma de contacto.
Duración	1 hora.
Espacio	Apoyo escolar.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jornada de presentaciones y primera toma de contacto entre los responsables del programa y los niños.</li> <li>- Recogida de información básica como número de alumnos inscritos, edades, intereses, ideas previas...</li> </ul>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer los primeros contactos con el alumnado y realizar presentaciones.</li> <li>- Conocer cuestiones básicas de los niños.</li> </ul>
Metodología y estrategias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diálogos y debates de carácter informal entre todas las personas involucradas en el programa.</li> <li>- Creación de cohesión de grupo y ambiente de confianza.</li> </ul>

Nº sesión	2
Día	11 de abril de 2024
Título	Alimentación saludable I: con la comida sí se juega.
Duración	1 hora y 15 minutos.
Espacio	Apoyo escolar.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concienciación de una alimentación saludable.</li> <li>- Alimentos saludables y no saludables.</li> </ul>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concienciar sobre la importancia de una alimentación saludable para el bienestar físico y mental.</li> <li>- Distinguir los alimentos saludables de los que no lo son.</li> </ul>
Metodología y estrategias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprendizaje colaborativo.</li> <li>- Metacognición: se establecen diálogos donde los responsables actúan como guías para conducir a los alumnos a descubrir respuestas y corregir errores.</li> </ul>
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizaremos un pequeño debate entre los responsables (como guías) y alumnos en torno al significado de una alimentación saludable y su importancia para la obtención de energía, evitar enfermedades... (20 minutos).</li> <li>- Formaremos grupos de 3 o 4 alumnos. En cada grupo, mostraremos imágenes recortadas de diferentes</li> </ul>

	<p>alimentos (imagen 1), a partir de los cuales deberán dialogar entre ellos para clasificarlos según el “semáforo de los alimentos” (imagen 2). Seguidamente, pegarán cada alimento donde crean que corresponda (35 minutos).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizaremos una puesta en común entre los grupos, incitando que todos los alumnos participen compartiendo sus ideas. Los responsables guiarán el debate por medio de pequeñas intervenciones y, al mismo tiempo, mostrarán la clasificación correcta de cada alimento acompañada de una breve explicación adaptada a sus conocimientos previos (20 minutos).</li> </ul>
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Imágenes recortadas de diferentes alimentos.</li> <li>- Imágenes del “semáforo de los alimentos”.</li> <li>- Masa adhesiva tipo “blue tack”.</li> </ul>

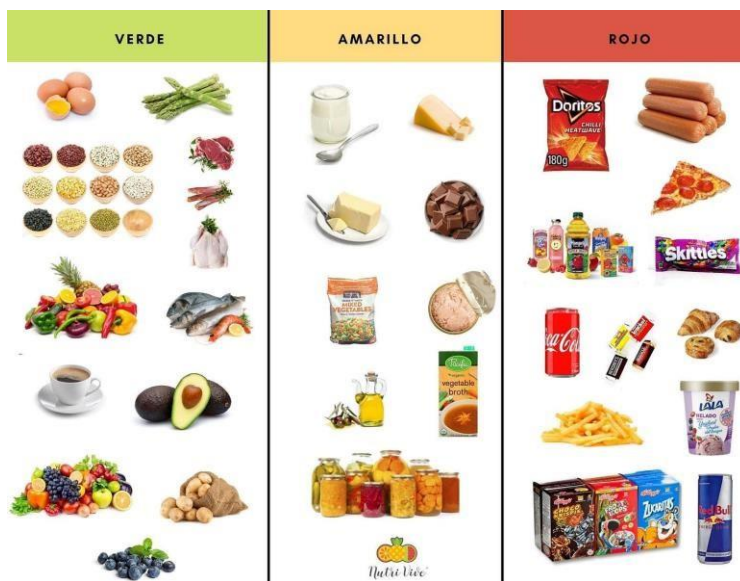


Imagen 1: alimentos. Fuente: Nutri vive.

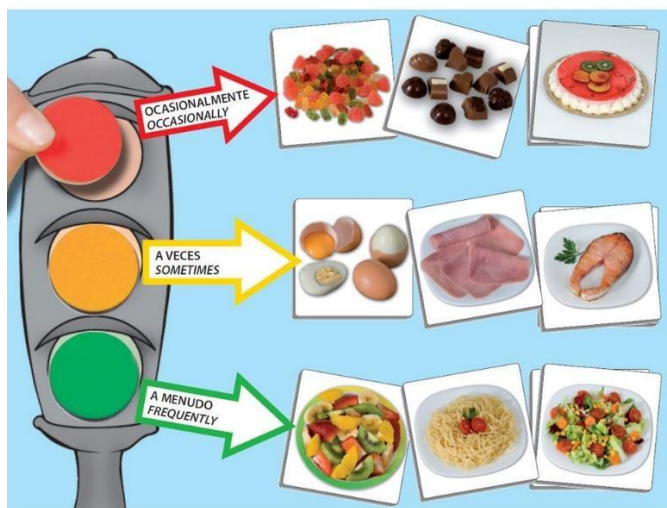


Imagen 2: “semáforo de los alimentos”. Fuente: Ramón Vergé S.A.

Nº sesión	3
Día	18 de abril de 2024
Título	Alimentación saludable II: nuestro plato saludable.
Duración	1 hora.
Espacio	Apoyo escolar.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grupos de alimentos.</li> <li>- Platos saludables.</li> </ul>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Distinguir entre los grupos de alimentos: frutas y verduras, granos integrales y proteínas.</li> <li>- Construir platos saludables.</li> </ul>
Metodología y estrategias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprendizaje colaborativo.</li> <li>- Metacognición: se establecen diálogos donde los responsables actúan como guías para conducir a los alumnos a descubrir respuestas y corregir errores.</li> </ul>
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicaremos brevemente en qué consiste un plato saludable, su importancia y con qué elementos y en qué proporciones se compone. Para ello, mostraremos ejemplos de cada grupo de alimentos con ayuda del plato saludable (imagen 3). Los alumnos intervendrán aportando sus ideas (20 minutos).</li> <li>- Formaremos grupos de 3 o 4 alumnos donde todos los integrantes deberán crear un plato saludable escogiendo diferentes alimentos. Estos los colocarán en su sitio correspondiente del plato saludable que entregaremos a</li> </ul>

	<p>cada grupo (imagen 4) y explicará a sus compañeros por qué ha elegido cada uno. En cada grupo, como mínimo, deberá haber un voluntario, el cual se encargará de dirigir a los alumnos en las tareas, así como de corregir la elección de alimentos (40 minutos).</p>
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Imágenes de diferentes alimentos (utilizada en la sesión anterior).</li> <li>- Imagen de un plato saludable para mostrar (imagen 3).</li> <li>- Imágenes de platos saludables para entregar (imagen 4).</li> <li>- Masa adhesiva tipo “blue tack”.</li> </ul>

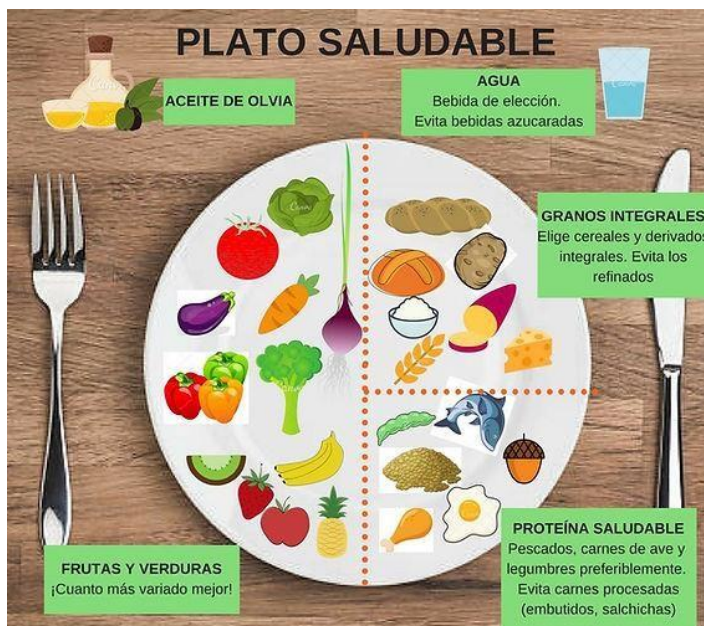


Imagen 3: plato saludable para mostrar. Fuente: Harvard T.H. Chan.

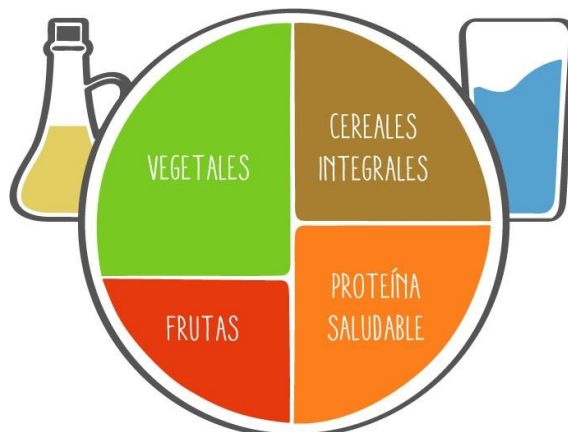


Imagen 4: plato saludable para entregar. Fuente: Cristina Plaza.

Nº sesión	4
Día	25 de abril de 2024
Título	Taller de cocina I: ¡Aprendemos a cocinar!
Duración	1 hora y 30 minutos.
Espacio	Cocina.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recetas saludables.</li> </ul>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hacer recetas sencillas, saludables y de bajo coste económico.</li> <li>- Involucrar a las familias.</li> </ul>
Metodología y estrategias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprendizaje colaborativo.</li> <li>- Estrategia procedimental: los voluntarios harán la receta paso a paso y los niños, con ayuda de sus familias, los reproducirán.</li> </ul>
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De forma previa a la actividad, trataremos de involucrar a las familias para que cocinen platos saludables con sus hijos en la cocina que dispone dicha ONG.</li> <li>- La actividad consistirá en cocinar una receta de ensalada de frutas:  Ingredientes: frutas variadas como manzanas, plátanos, naranjas, uvas y yogur natural.  Modo de preparación: lavaremos, pelaremos y cortaremos las frutas en trozos pequeños, colocaremos los trozos en un bol grande y añadiremos el yogur para mezclar todo (50 minutos).</li> <li>- Por último, serviremos porciones individuales para merendar, tanto a los niños como a sus familias. Después, limpiaremos la cocina y mesas entre todos los participantes (40 minutos).</li> </ul>
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentos especificados en la receta.</li> <li>- Delantales.</li> <li>- Utensilios de cocina.</li> </ul>

Nº sesión	5
Día	2 de mayo de 2024
Título	Taller de cocina II: con la comida sí se juega.
Duración	1 hora y 30 minutos.
Espacio	Cocina.
Contenidos	- Recetas saludables.
Objetivos	- Hacer recetas sencillas, saludables y de bajo coste económico. - Involucrar a las familias.
Metodología y estrategias	- Aprendizaje colaborativo. - Estrategia procedimental: los voluntarios harán la receta paso a paso y los niños, con ayuda de sus familias, los reproducirán.
Actividades	- La actividad consistirá en cocinar una receta de mini pizzas caseras de vegetales.  Ingredientes: tortillas de maíz integrales, salsa de tomate, verduras troceadas (tomate, pimiento, calabacín, champiñones...) y queso rallado.  Modo de preparación: untaremos la salsa de tomate en las tortillas de maíz. Después, se lavarán y cortarán los vegetales en trozos pequeños, los cuales añadiremos a la tortilla. Por último, colocaremos el queso rallado por encima y las cocinaremos en la sartén hasta que se doren (50 minutos).  - Por último, serviremos las mini pizzas para merendar, tanto a los niños como a sus familias. Después, limpiaremos la cocina y mesas entre todos los participantes (40 minutos).
Recursos	- Alimentos especificados en la receta. - Delantales. - Utensilios de cocina.

Nº sesión	6
Día	9 de mayo de 2024
Título	Taller de huerta I: la huerta a través de la pantalla.
Duración	1 hora y 15 minutos.
Espacio	Apoyo escolar y huerta.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidado de las plantas.</li> <li>- Uso de las TIC a través de la aplicación “Plantcam”.</li> </ul>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar la aplicación Plantcam.</li> <li>- Aprender nociones básicas sobre el cuidado de las plantas.</li> </ul>
Metodología y estrategias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprendizaje colaborativo.</li> <li>- Estrategia procedimental: los alumnos, con ayuda de los voluntarios, pondrán en práctica el uso de la aplicación para aprender sobre el cuidado de las plantas.</li> </ul>
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizaremos una breve explicación sobre el manejo de la app Plantcam a través de una guía (anexo 1) ya que se trata de una aplicación muy visual e intuitiva donde podemos informarnos sobre los cuidados básicos de cada planta (15 minutos).</li> <li>- Nos dirigiremos a la huerta de la ONG “La Poderosa” (a 4 o 5 minutos andando del apoyo escolar) donde las asociaciones comunitarias cultivan sus propios alimentos (de hecho, la mayoría de las familias están involucradas en esta asociación). En este espacio, los alumnos podrán aprender libremente (en grupos pequeños o de forma individual) sobre las plantaciones que más les interesen, siempre acompañados por un voluntario a cargo del dispositivo electrónico (1 hora).</li> </ul>
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dispositivos electrónicos, como teléfonos móviles o tablets, con conexión a internet y cámara.</li> </ul>

Nº sesión	7
Día	16 de mayo de 2024

Título	Taller de huerta II: aprendiendo a cultivar.
Duración	1 hora.
Espacio	Huerta.
Contenidos	- Realización de plantaciones.
Objetivos	- Aprender a realizar plantaciones en la huerta. - Involucrar a las familias. - Utilizar y concienciar sobre el uso de cultivos como fuente alternativa de alimentación.
Metodología y estrategias	- Aprendizaje colaborativo. - Estrategia procedimental: los alumnos, con ayuda de los voluntarios y familias, aprenderán a cultivar.
Actividades	- De forma previa a la actividad, trataremos de involucrar a las familias para que cultiven con sus hijos en la huerta que dispone la ONG. - En dicho espacio, trataremos de crear un ambiente cercano, con el objetivo de que los niños puedan aprender libremente sobre los cultivos, recoger las frutas y verduras maduras, así como cultivar ellos mismos las plantaciones o semillas preparadas previamente. Podrán consultar la información que requieran en cada momento con la aplicación "Plantcam" (1 hora).
Recursos	- Cultivos preparados para plantar. - Dispositivos electrónicos, como teléfonos móviles o tablets, con conexión a internet y cámara.

Nº sesión	8
Día	23 de mayo de 2024
Título	Lavado de manos: el poder del jabón.
Duración	1 hora y 15 minutos.
Espacio	Apoyo escolar.
Contenidos	- Prevención de enfermedades. - Lavado de manos.



Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concienciar sobre la importancia del lavado de manos para prevenir enfermedades.</li> <li>- Mostrar los pasos a seguir para un correcto lavado de manos.</li> <li>- A partir de esta sesión, tratar de fomentar la práctica regular de este hábito.</li> </ul>
Metodología y estrategias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprendizaje colaborativo.</li> <li>- Estrategia procedimental: los alumnos, con ayuda de los voluntarios, aprenderán cómo lavarse las manos.</li> <li>- Metacognición: se establecen diálogos donde los responsables actúan como guías para conducir a los alumnos a descubrir respuestas y corregir errores.</li> </ul>
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recogeremos las ideas previas sobre la importancia del lavado de manos, formando un pequeño debate entre los niños (15 minutos).</li> <li>- Realizaremos una breve explicación sobre la importancia del lavado de manos partiendo de sus ideas previas y haciendo mención de los virus y bacterias como fuente de enfermedades (10 minutos).</li> <li>- Llevaremos a cabo un experimento mostrando el efecto que provoca el jabón en los virus y bacterias (La opinión de Murcia, s.f.). Trataremos de hacerles partícipes durante todo el proceso. Después, intercambiarán ideas sobre lo aprendido (30 minutos).</li> <li>- Mostraremos imágenes sobre los pasos a seguir para un correcto lavado de manos (imagen 5) y se llevará a cabo una simulación por parte de los voluntarios con la ayuda de un cronómetro. Seguidamente, nos trasladaremos al lavabo para que pongan en práctica lo aprendido (20 minutos).</li> </ul>
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plato hondo.</li> <li>- Pimienta negra.</li> <li>- Jabón.</li> <li>- Agua.</li> <li>- Imágenes ilustrativas sobre el lavado de manos.</li> <li>- Cronómetro.</li> <li>- Toallas.</li> </ul>



Imagen 5: pasos para un correcto lavado de manos. Fuente: Arasaac.

Nº sesión	9
Día	30 de mayo de 2024
Título	Cepillado de dientes: Por una boca sana.
Duración	1 hora.
Espacio	Apoyo escolar.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevención de enfermedades.</li> <li>- Cepillado de dientes.</li> </ul>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concienciar sobre la importancia del cepillado de dientes para prevenir enfermedades.</li> <li>- Mostrar los pasos a seguir para un correcto lavado de manos.</li> <li>- A partir de esta sesión, tratar de fomentar la práctica regular de este hábito.</li> </ul>
Metodología y estrategias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprendizaje colaborativo.</li> <li>- Estrategia procedimental: los alumnos, con ayuda de los voluntarios, aprenderán cómo cepillarse los dientes.</li> <li>- Metacognición: se establecen diálogos donde los responsables actúan como guías para conducir a los alumnos a descubrir respuestas y corregir errores.</li> </ul>
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recogeremos información sobre si existe o no el hábito del cepillado de dientes en los alumnos y formaremos un debate donde pongan de manifiesto la importancia que le dan a este hábito en su vida cotidiana, así como las consecuencias de no hacerlo. Los voluntarios guiarán el debate (20 minutos).</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizaremos una breve explicación sobre los perjuicios de no cepillarse los dientes, acompañada de algunas imágenes de personas afectadas debido a una salud bucal deficiente, donde los alumnos podrán intercambiar ideas e impresiones (25 minutos).</li> <li>- Haremos una breve explicación sobre los pasos a seguir, así como la duración y frecuencia recomendadas, para un correcto cepillado. Después, escucharemos una canción que motiva a cepillarse los dientes, la cual sugeriremos que la pongan cada vez que se cepillen ya que dura alrededor de 2 minutos aprox., tiempo recomendado del cepillado (15 minutos). Canción: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5phwb42db68">https://www.youtube.com/watch?v=5phwb42db68</a></li> </ul>
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dispositivos electrónicos con conexión a internet.</li> </ul>

Nº sesión	10
Día	6 de junio de 2024
Título	Concienciación sobre el consumo de drogas: ¡Aléjate del humo!
Duración	1 hora.
Espacio	Apoyo escolar.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concienciación de los perjuicios del consumo de drogas.</li> </ul>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concienciar sobre los perjuicios del consumo de drogas, en especial del tabaco.</li> </ul>
Metodología y estrategias	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprendizaje colaborativo.</li> <li>- Metacognición: se establecen diálogos donde los responsables actúan como guías para conducir a los alumnos a descubrir respuestas y corregir errores.</li> </ul>
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En primer lugar, recopilaremos las ideas previas de los alumnos sobre la influencia del consumo de drogas. Después, realizaremos una breve explicación sobre sus perjuicios, acompañada de algunas imágenes de personas afectadas por dichos efectos. Los voluntarios guiarán el debate (25 minutos).</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A continuación, realizaremos un experimento para la concienciación del consumo del tabaco (imagen 6). Este consiste en perforar el tapón de una botella con el objetivo de que quepa el diámetro de un cigarrillo. Echaremos agua a la botella e introduciremos algodón hasta llenarla. Por último, colocaremos el cigarrillo en el agujero que hicimos anteriormente y lo encenderemos hasta acabarse. Con ello, se puede ver un color amarillento, e incluso ennegrecido, del algodón, el cual desprende mal olor (1 minutos).</li> <li>- Una vez realizado el experimento, los niños podrán comentar sobre lo que les ha parecido, qué esperaban que fuera a pasar, si ha cambiado algo en su forma de pensar sobre el uso de las drogas... así como cualquier idea que quieran compartir (25 minutos).</li> </ul>
<p>Recursos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dispositivos electrónicos con conectividad a internet.</li> <li>- Tijeras o punzón.</li> <li>- Botella de plástico.</li> <li>- Algodón.</li> <li>- Agua.</li> <li>- Un cigarrillo.</li> </ul>

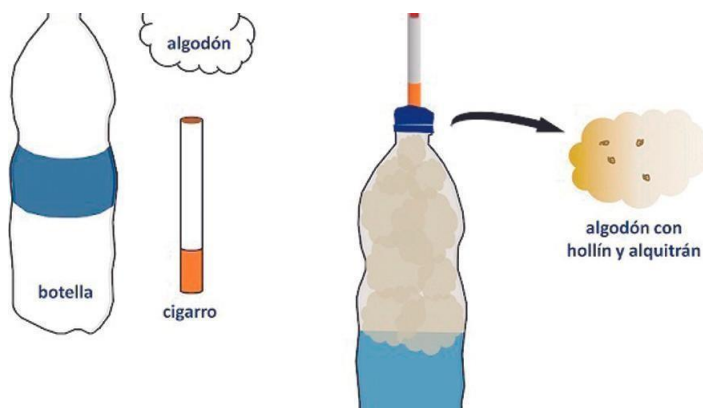


Imagen sobre el experimento. Fuente: La Opinión de Murcia.

### • Evaluación del programa

En cuanto a la evaluación inicial del programa de intervención, se ha llevado a cabo una recolección de información del contexto, que ha servido como punto de partida para el diseño del programa de intervención. Esta se ha llevado a cabo por medio de técnicas como la observación directa, entrevistas y

cuestionarios y también a través de la lectura e indagación de literatura científica y otros estudios e investigaciones propicias para el contexto.

El cuestionario, diseñado a través de indicadores, por medio de una escala Likert, va dirigido a los niños a los cuales va dirigido el programa, con el objetivo de valorar la concienciación y el desarrollo de diversos hábitos saludables en un primer momento.

	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
Realizo de 3 a 5 comidas diarias				
Consumo comida variada: frutas, verduras, legumbres, carne, pescado...				
Consumo dulces como golosinas, alfajores, chocolates, caramelos...				
Consumo comida rápida				
Cultivo alimentos con mi familia				
Me cepillo los dientes con pasta después de cada comida				
Me lavo las manos con agua y jabón antes de cada comida				

Fuente: elaboración propia.

Por otro lado, la evaluación procesual es de gran importancia en el seguimiento del cumplimiento de objetivos del programa de intervención en sí, es decir, esta sirve como estrategia de mejora al poder reconocer las dificultades y debilidades del propio proceso. Por ello, en esta fase de la evaluación es imprescindible tener en cuenta posibles complicaciones que se pueden dar, con el objetivo de poder hacerles frente de la manera más eficaz posible.

Por último, llevar a cabo la evaluación final en el programa de intervención es imprescindible para valorar el grado de consecución de objetivos del mismo. Los resultados obtenidos serán de vital importancia para el nuevo diseño de un plan de intervención en ese mismo contexto o similares. Por ello, una vez concluido el programa, llevaremos a cabo una evaluación medida a través del mismo cuestionario de la evaluación inicial.

## CONCLUSIONES

En primer lugar, la realización de este programa de intervención se ha situado en un contexto vulnerable perteneciente a Argentina, dentro del barrio Chalet, cuyo entorno engloba una realidad social completamente diferente a la de cualquier otro barrio del país, y todavía más aún si lo comparamos con cualquier otro entorno del contexto español.

De esta manera, considero imprescindible adentrarse en el contexto en cuestión para poder vivir la realidad en primera persona. Con ello, el objetivo es dejar a un lado los posibles prejuicios sobre las personas en situación de riesgo de exclusión social para empezar a entender su realidad social de forma multicausal.

Para poder valorar dicha realidad, no solo ha sido preciso situarme en el contexto y tratar de analizar sus necesidades, sino que también ha sido esencial comprender desde el ámbito político, económico, social y cultural argentino hasta las problemáticas y particularidades del barrio Chalet, junto con las características individuales de cada uno de los niños.

A su vez, conocer su realidad social también implica generar un ambiente de confianza donde los niños puedan expresar libremente sus necesidades e intereses. Por ello, a mayor brevedad en los periodos de tiempo de colaboración por parte de los voluntarios, peor adaptación y menor acercamiento a ellos habrá por parte de los niños, los cuales deben asimilar su retirada cuando finalizan su colaboración para volver a pasar por el mismo proceso de reajuste con nuevos colaboradores.

En el diseño del programa dirigido a los niños del barrio, cabe señalar la falta de contexto educativo, donde la influencia del currículum oculto (sobre la escasa importancia a los estudios) es favorecida a su vez por la falta de referentes en el barrio (ya sea en el apoyo escolar, en la familia o en las gentes del barrio en general). Así mismo, cabe destacar la situación de precariedad que viven en sus hogares al instalarse en zonas de riesgo de inundación. Su situación de vulnerabilidad se ve agravada en el momento en que suceden dichas tragedias ya que son ellos los mayores afectados.

En esta misma línea, la falta de referentes positivos suele originar impacto significativo en el desarrollo personal y profesional de los niños. Por ejemplo, si una madre solo ha completado la educación primaria, las metas de su hijo muy probablemente no irán mucho más lejos. Al no tener la motivación y el apoyo, acaban por no tener otras aspiraciones en la vida, las cuales a su vez desconocen.

Ante este panorama, los niños y adolescentes pueden decantarse por buscar modelos negativos en un intento por lidiar contra la falta de oportunidades laborales, como el narcotráfico, con el cual encuentran cierto sentido de pertenencia al grupo, proporcionándoles una forma fácil de ganar dinero. Sin embargo, esto puede traer consecuencias nefastas a largo plazo ya que ellos mismos suelen acabar consumiendo y pueden acabar envueltos en situaciones violentas, de adicción o con la justicia, lo que los lleva a la marginalización social.

En este punto, es muy importante reflexionar sobre el abordaje del círculo vicioso del narcotráfico en un barrio de estas características. Tras la observación de repetición de patrones mencionada, debemos tener presente una perspectiva integral que responda a la problemática. Es decir, incluyendo propuestas dirigidas a todo el barrio como la creación de oportunidades económicas, la garantía de acceso a los servicios básicos (agua, luz, alimentación e higiene...), la visibilidad de referentes que promuevan la educación, atención sanitaria de calidad, el trabajo comunitario ...

Si bien es cierto que se extiende una larga lista de necesidades en la población del barrio Chalet, lo cierto es que, debido a la envergadura que estas atañan, no es posible abarcar todas ellas en un programa de intervención de duración tan reducida. Por ello, las posibilidades formativas del programa realizado podrían considerarse bastante limitadas.

Como hemos visto, se trata de factores de riesgo que se van retroalimentando entre sí y que son muy difíciles de cambiar, los cuales provocan la perpetuación de la cronicidad y pseudoherencia de la exclusión social de forma inevitable.

Tras lo estudiado en el Máster de Psicopedagogía, me gustaría terminar recalando que, en comparación con la teoría, trabajar en contextos de exclusión social puede llegar a ser muchísimo más complejo de lo que se tiende a pensar. Aun llegando a conocer la realidad social de forma amplia, la gran cantidad de variables e imprevistos con los que se juega hace que siempre surjan dificultades y que nunca se llegue a dar con la “receta mágica” dentro de un contexto.

Para finalizar, considero que lo más importante en este tipo de contextos es reconocer que la exclusión social no se trata de un problema individual, sino que más bien está arraigado en sistemas sociales de forma más amplia, generando desigualdades estructurales, lo cual requiere de políticas y acciones coordinadas tanto a nivel comunitario como gubernamental.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Botteron, T., Alecio, A. y Dahinten, S. (2005). Prevalencias de sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes de barrios con alto NBI de Puerto Madryn. *Rev. Arg. Antrop. Biol.*7:173.
- Cardona, O. D. (1985). Hazard, vulnerability and risk assessment. *Institute of Earthquake Engineering and Engineering Seismology (Mimeo)*,(Skopje: IZIS).
- Cardoso, M. M. (2017). Estudio de la vulnerabilidad socio-ambiental a través de un índice sintético. Caso de distritos bajo riesgo de inundación: Santa Fe, Recreo y Monte Vera, Provincia de Santa Fe, Argentina. *Caderno de Geografia*, 27(48), 156-183.
- Converti, R. (2004). Santa Fe, una estratégica ciudad-puerto. *Revista Portus*, 7, 42-49.
- Czeresnia, Dina y Machado de Freitas, Carlos (Orgs.) (2006). Promoción de la salud. Conceptos, reflexiones, tendencias. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Doremi. (29 de julio de 2017). *Lavarse los dientes canciones infantiles* [Archivo de Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=5phwb42db68>
- El plato para comer saludable*. Harvard T.H. Chan. Recuperado de: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/translations/spanish/>
- Gardner, G., y Halweil, B. (2000). Escaping Hunger, Escaping Excess. *World Watch*, 13 (4), 24-35.
- Gómez, J. (2007). Vulnerabilidad, pobreza y catástrofe: la inundación en la ciudad de Santa Fe (Argentina) 2003. In *IX Jornadas Argentinas de Estudios de Población*. Asociación de Estudios de Población de la Argentina.



Hernández, A. G., Dagach, R. U., & Serra, J. D. (2006, November). Bases para una alimentación complementaria adecuada de los lactantes y los niños de corta edad. In *Anales de Pediatría* (Vol. 65, No. 5, pp. 481-495). Elsevier Doyma.

*Imagen del barrio Chalet.* Google Maps. Recuperado de: <https://www.google.es/maps/place/Chalet,+Santa+Fe,+Argentina/@-31.6537904,60.7331595,14.59z/data=!4m6!3m5!1s0x95b5a85782fc4b93:0x33031e3f82f9dfb4!8m2!3d-31.6603279!4d-60.7319668!16s%2Fq%2F11ts9lykwk?hl=es&entry=ttu>

*La Poderosa.* Recuperado de: <https://lapoderosa.org.ar/>

Minujin, A. (1998). Vulnerabilidad y exclusión social en América Latina. En: Bustelo, E. & Minujin, A. (Ed.). *Todos en tran. Propuesta para sociedades incluyentes* (pp. 163-165). Bogotá: Unicef-Santillana.

Moser, C. O. (1998). The asset vulnerability framework: reassessing urban poverty reduction strategies. *World development*, 26(1), 1-19. Perona, N. (2001). Desde la marginalidad a la exclusión social. Una revisión de los conceptos. *Revista Venezolana de Economía y Ciencias Sociales*, vol. 7, N° 2: 35-48.

Nishida, C. (2014). Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición (CIN2) Roma, 19-21 de noviembre de 2014.

Nutri vive (23 de abril de 2020). *Semáforo de los alimentos.* Facebook. Recuperado de: <https://www.facebook.com/nutrivive365/photos/a.646578879105847/918477641915968/>

Organización Mundial de la Salud (2021). Informe de las Naciones Unidas: las cifras del hambre en el mundo aumentaron hasta alcanzar los 828 millones de personas en 2021.

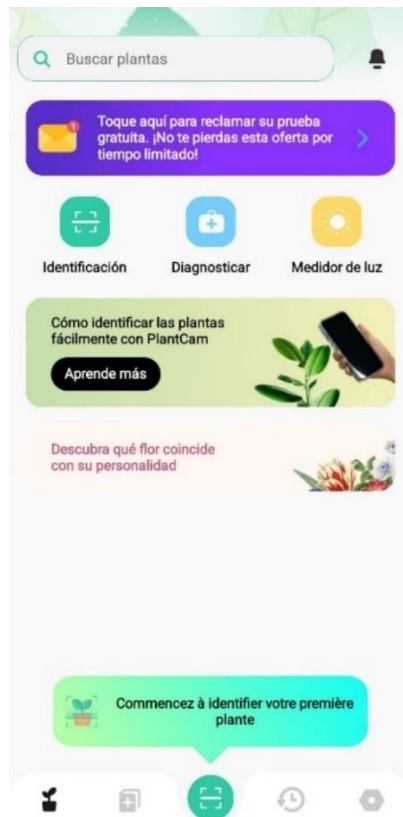
- Pediatría Integral. (2015). *Obtenido de Pediatría Integral: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-11/epilepsia-en-la-infancia-y-laadolescencia>*.
- Pequeopi. (s.f.). *Experimento para niños: comprueba lo malo que es el tabaco*. La Opinión de Murcia. Recuperado de: <https://www.laopiniondemurcia.es/pequeopi/2020/02/11/experimento-s-ninos-comprueba-malo-tabaco-33995572.html>
- Pictograma del lavado de manos*. Arasaac. Recuperado de: <https://arasaac.org/>
- Pizarro, R. (2001). *La vulnerabilidad social y sus desafíos: una mirada desde América Latina*. Serie Población y Desarrollo, N° 6, Santiago de Chile: Celade.
- Plaza, C. (2023). *El plato para comer saludable*. Recuperado de: <https://www.cristinaplazanutricionista.com/el-plato-para-comer-saludable/>
- Rojas Ochoa, F. (1999). *La salud en las Américas*. *Revista Cubana de Salud Pública*, 25(1), 94-98.
- Romero, J. (2015). *¿Tiene mi alumnado hábitos saludables?* *EmásF: revista digital de educación física*, (36), 28-42.
- UNDRO (1979). *Natural Disasters and Vulnerability Analysis. Report of Expert Group Meeting*.
- Universidad Nacional de la Plata (2008). *Revista Argentina de Antropología Biológica*, vol. 10, N° 2.
- Vergé, R. (s.f.). *El semáforo de la buena alimentación*. Ramón Vergé S.A.  
Recuperado de: <http://www.ramonverge.es/El-semaforo-de-la-buena-alimentacion>
- Wijkman, A. Y Timberlake, L. (1984). *Natural Disasters: Acts of God or Acts of Man?*, Earthscan, Washington.

Wilches-Chaux, G. (1993). La vulnerabilidad global. *Los desastres no son naturales*, 1144.

## ANEXO 1: GUÍA DE LA APLICACIÓN PLANTCAM

La aplicación *Plantcam* se encuentra disponible tanto para Android como para los. Entre sus funciones gratuitas, destaca el reconocimiento de plantas y flores a través de la cámara así como una guía para el cuidado específico de dicha planta o flor (riego, luz del sol, humedad, temperatura, sobre el suelo...). También tiene un buscador para buscar un tipo de planta determinado (en caso de que no haga falta identificarla).

Sin embargo, también existe una versión de pago que incluye el diagnóstico de enfermedades y un medidor de luz para tratar de ubicarla lo mejor posible. A continuación, se muestran capturas de pantalla de la aplicación, donde se puede observar los pasos para su utilización, de una forma muy visual e intuitiva:



Restaurar las compras

Identifica más de **100,000+** especies de plantas de todo el mundo.

Más de **10 años** de experiencia en el campo.

Más de **20 expertos en botánica** están disponibles para ayudar a los usuarios con cualquier pregunta.

Suscripción mensual **11,99 €** /mes

**Popular**  
Suscripción anual **36,99 €** /año

Suscripción de por vida **59,99 €** /Toda la vida

Cancelar en cualquier momento

¿Sigues dudando? Activa tu prueba gratuita de 3 días.

**Continuar**

[Política de privacidad](#) [Términos de Uso](#)

←

**Condiciones**

Luz de sol **sol parcial**

La temperatura **21°C - 29°C**

Humedad **50% - 60%**

**Medidor de luz**  
Detectar la luz del sol >

Nombre científico  
**Catharanthus roseus**

Nombre común  
**Annual vinca, Madagascar periwinkle, Vinca rosea, Lochnera rosea, Ammocallis rosea**

**Toque aquí para reclamar su prueba gratuita. ¡No te pierdas esta oferta por tiempo limitado!** >

**Saludable**  
Su planta se ve saludable.



Agregar a mis plantas

←



## Catharanthus roseus

Catharanthus roseus, también conocido como Catharanthus roseus, es una especie de planta con flores de la familia de las adelfas. Es nativo de Madagascar, pero se ha naturalizado ampliamente en muchas otras regiones tropicales y subtropicales. Las flores de Catharanthus roseus son típicamente de color rosa a blanco y tienen un aroma dulce. Las hojas de esta planta son de hoja perenne y de textura coriácea. Esta planta es ampliamente utilizada con fines medicinales, y se extraen varios alcaloides que tienen propiedades anticancerígenas. También es muy utilizada como planta ornamental debido a sus llamativas flores y atractivo follaje. De hecho, es una de las plantas de jardín más populares del mundo. Catharanthus roseus se ha utilizado como hierba medicinal desde la antigüedad, y sus raíces y hojas se utilizan para tratar una variedad de dolencias, como la fiebre y el cáncer.





Agregar a mis plantas

←

**La temperatura**  
Crece mejor entre 21-29°C (70-85°F). Las temperaturas demasiado altas o bajas pueden dañar la planta, con temperaturas más frías en invierno y temperaturas más altas en verano.

**Fertilización**  
Aplicación de un fertilizante base antes de plantar : pervinca rosa le gusta el suelo suelto y fértil, por lo que es mejor agregar una cierta cantidad de fertilizante base antes de plantar, como un fertilizante orgánico. Un fertilizante base aumentará los nutrientes en el suelo y asegurará un buen crecimiento en las etapas posteriores.

**Maceta**  
Es una planta de crecimiento relativamente lento y requiere un trasplante regular cada dos años más o menos. La maceta debe ser profunda y rica en materia orgánica, como marga, turba y compost orgánico. Para trasplantar, retire la planta de su maceta, afloje el cepellón y transféralo a una maceta nueva, relleno con mezcla de tierra según sea necesario.

**Suelo**  
Como planta tropical, el pervinca rosa le gusta el suelo ligeramente ácido, lo que significa que se debe evitar el suelo alcalino . Si su suelo es demasiado alcalino, sus raíces crecerán mal y sus hojas tenderán a ponerse amarillas, haciendo que la planta se vea debilitada.



Agregar a mis plantas