

## > I CONGRESO INTERNACIONAL



**Temática: Espacios de aprendizaje**

**Título: Alimentación saludable con familias en situación vulnerable en centros socioeducativos**

**Nombre/s: Teresa Marzo y Pilar Muro**

**Afiliación: Facultad de Educación social y Trabajo social Pere Tarrés-URL**

**E-mail: [mmarzo@peretarres.org](mailto:mmarzo@peretarres.org); [pmuro@peretarres.org](mailto:pmuro@peretarres.org)**

 **FUNDACIÓN  
PERE TARRÉS**

# INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA CON

# FAMILIAS E INFANCIA EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD

**CAIXAFORUM  
BARCELONA**

Av. Francesc Ferrer i  
Guàrdia, 6-8 Barcelona



Creu de Sant Jordi / 2016

## Colaboradores:



## Colaboradores:



**Taula d'entitats  
del Tercer Sector Social  
de Catalunya**

**UAB** Universitat Autònoma  
de Barcelona



**UNIVERSITAT DE  
BARCELONA**

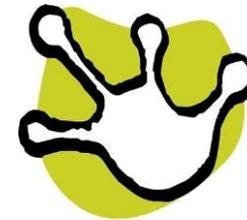


Universidad de Oviedo  
*Universidá d'Uviéu  
University of Oviedo*

**INSTITUTO  
UNIVERSITARIO  
DE LA FAMILIA** |   
**COMILLAS**



**UNIVERSITAT  
RAMON  
LLULL**



**ceesc**  
COL·LEGI D'EDUCADORES I EDUCADORS SOCIALS DE CATALUNYA

 **FUNDACIÓN  
PERE TARRÉS**



**INTERVENCIÓN  
SOCIOEDUCATIVA CON  
FAMILIAS E  
INFANCIA  
EN SITUACIÓN DE  
VULNERABILIDAD**



#CongresoFamilias

# ALIMENTACIÓN SALUDABLE CON FAMILIAS EN SITUACIÓN VULNERABLE EN CENTROS SOCIOEDUCATIVOS

Marzo, T. y Muro, P.

## LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DESDE UNA PERSPECTIVA SOCIAL

Gavino y López (1999) en su estudio sobre *Los comportamientos alimentarios en las etapas de la vida*.

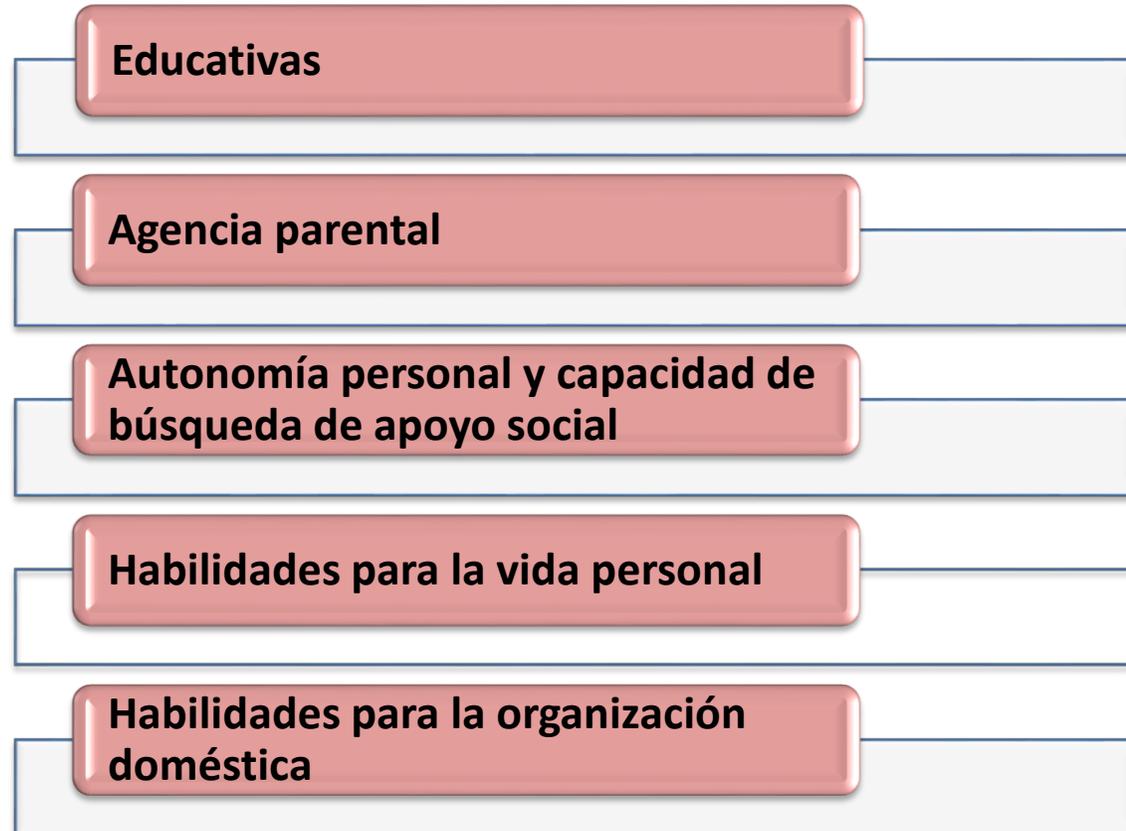
### FACTORES DE CAMBIO:

- a) **La tradición culinaria**, que depende de la disponibilidad de alimentos que cada sujeto tenga a su alcance, de las influencias de la cultura que nos rodea y culturas inmigrantes, o de la transmisión de generación a generación.
- b) **La moda**, influye en la elección de alimentos y en la forma de prepararlos.
- c) **Avances en el conocimiento sobre los alimentos**, tales como el estudio de dietas regionales, el consumo de alimentos, etc.



## LA FAMILIA

Competencias para la PARENTALIDAD: Rodrigo, Martín, Cabrera y Máizquez (2009)



## EL PROYECTO DE FORMACIÓN E INTERVENCIÓN



## EL CONTEXTO

Los centros abiertos/centros socioeducativos:

*“servicios diurnos que realizan una tarea preventiva, fuera del horario escolar, que apoyan, estimulan y potencian la estructuración y el desarrollo de la personalidad, la socialización, la adquisición de aprendizajes básicos y el ocio, y compensan las deficiencias socioeducativas de las personas”*

(Decreto 27/2003, de 21 de enero, de la atención social primaria).

Objetivos con las familias:

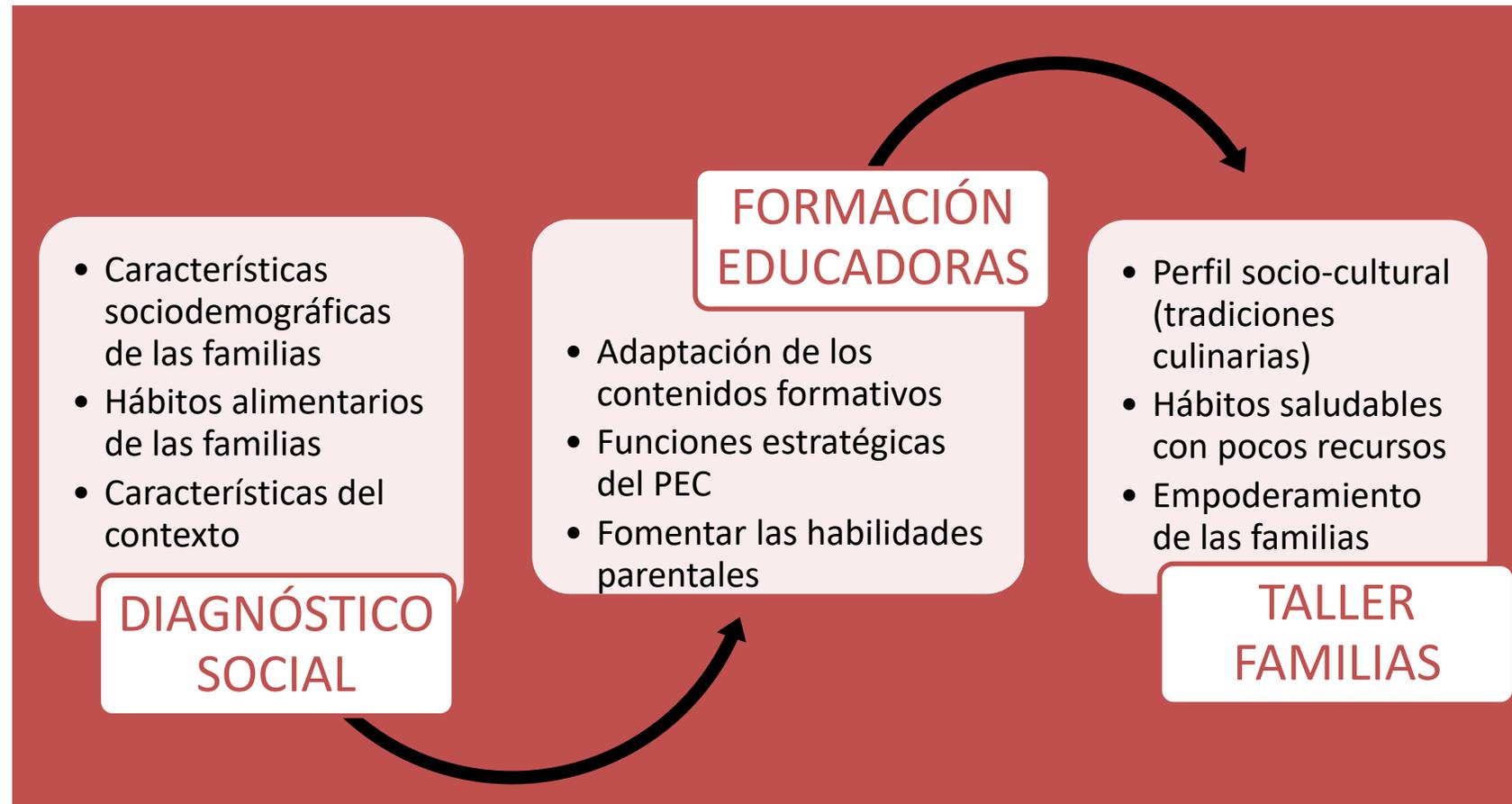
- a) Potenciar la vinculación e implicación de la familia en el proceso educativo y darle a conocer la situación del niño/a en el centro.
- a) Responsabilizar a la familia del proceso educativo, así como transmitirle protagonismo.

Construint el model de Centres Oberts per a la ciutat de Barcelona.

Xarxa de Centres Oberts d'Atenció a la Infància i a l'adolescència. Ajuntament de Barcelona.

<http://www.bcn.cat/barcelonainclusiva/ca/2017/5/PublicacioXCO.pdf>

## DIAGNÓSTICO SOCIAL



## CENTRO SOCIOEDUCATIVO SANT PAU

Titular: Cáritas.

Gestión: Fundación Pere Tarrés

Ubicación: Mataró (barrio Rocafonda)

Atiende a 80 niños/as y jóvenes:

- 50 en la etapa educativa primaria y,
- 30 en secundaria.

Un 94% de los participantes es población inmigrante (mayoritariamente magrebí y subsahariana), y ha sido dirigida por Servicios Sociales .



## PROGRAMA DE FORMACIÓN PARA EDUCADORAS

Objetivos en relación a las educadoras:

1. Asesorar y formar en competencias de hábitos saludables, desde un punto de vista nutricional y psico-social.
2. Guiar el diseño didáctico del taller atendiendo las características socio-culturales y familiares de las participantes.
3. Promover la sostenibilidad del proyecto en el centro y su extensión de forma transversal a otros espacios donde se trabaje con alimentos (merienda, campamentos, talleres cocina...).



## DISEÑO Y PROPUESTA METODOLÓGICA

En el diseño de la formación de las educadoras ha participado un equipo interdisciplinar configurado por una nutricionista, una pedagoga y educadora social y una psicóloga especializada en hábitos de alimentación saludable.

Formato del programa formativo:

- Formación presencial
- Trabajo individual
- Trabajo grupal
- Soporte aula Moodle

Duración = 20 horas



## PROGRAMA DE FORMACIÓN PARA EDUCADORAS

BLOQUE 1: FUNDAMENTOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLES PARA EDUCADORES SOCIALES	
*Concepto de alimentación saludable *Percepción de salubridad de la propia dieta	Lecturas, casos y práctica
*Alimentos más habituales *Alimentos poco saludables, tabú o que no se consumen por cualquier razón	
*Alimentación actual, en términos de cantidad y composición de las comidas	
* Los hábitos alimentarios como hecho psico-social	
* La adolescencia y los TCA	

BLOQUE 2: DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA: ESTRATEGIAS PARA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y ECONÓMICA	
Planificación y compra	Casos y práctica
Cocinamos juntas!	
Conservación, tipos de cocción	
A la mesa!	
Antes y después de la mesa!	

BLOC 3: DISEÑO DEL TALLER DE EMPODERAMIENTO PARA FAMILIAS EN HÁBITOS SALUDABLES	
Diseño, implementación y evaluación del taller	Práctica

Sesiones semanales	El qué	Quien
	Reunión de las partes participantes	Educadoras + Investigadoras
Previa 0	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grupo de discusión a partir del guión de la entrevista dirigida a las madres.</li> <li>• Expectativas del taller.</li> <li>• Clarificar los objetivos del taller.</li> </ul>	Educadoras + Madres
1	Productos y proporciones. Parte nutricional + Productos de temporada + Qué es un almuerzo/merienda saludable + Pirámides nutricionales + Tipos de cocción.	
2	Contenidos de la SESIÓN 1, para las comidas, + planificación de las comidas en 3/ días vista.	
3	Contenidos de la SESIÓN 1, para las cenas, + planificación de las cenas en 3/ días vista.	
4	La compra. Creatividad con los “restos” de la semana. Nos reinventamos. Recetas divertidas para hacer las comidas divertidas.	
5	Hábitos y rutinas.	
6	Planificación semanal.	
7	Diseño de la merienda, compra y preparación.	Educadoras + Investigadoras
8	Evaluación. Propuesta de evaluación: <i>“Queremos plantear este taller en Tarragona, nos ayudáis a diseñarlo de manera que funcione mejor” .....</i>	Educadoras + Investigadoras
9 y 10	Preparación de la merienda a cargo de las familias.	Educadoras + Madres
	Fiesta “Compartimos la merienda madres/hijos”.	

## PROGRAMA DEL TALLER PARA FAMILIAS



#CongresoFamilias

## CONCLUSIONES

- **Promover hábitos saludables** en familias con recursos económicos limitados **permitirá reducir la cadena de exclusión social**, desde el fomento de la mejora integral de la salud (prevención y reducción de obesidad infantil, diabetes, TCA...) y de la autoestima (mejora de la socialización, relación entre iguales...).
- **Empoderar a las mujeres en hábitos saludables** es el primer paso, y el que más **nos acerca** a corto plazo al objetivo del taller, en un recorrido **hacia la corresponsabilidad parental en este ámbito de dominio familiar**.

## CONCLUSIONES

- **Integrar la figura del dietista-nutricionista como un miembro más del equipo**, dado que unos hábitos de alimentación saludables tienen una alta incidencia en el desarrollo integral de los niños/as y adolescentes.
- La importancia de proyectos educativos en los Centros Socioeducativos radica en la **sostenibilidad** de los mismos, en un triple sentido:
  - por su incorporación al proyecto educativo del centro de forma transversal, estable y definitiva
  - por el impacto que generen los talleres orientados a las familias y la réplica de lo aprendido en su día a día
  - por ser los niños/as los destinatarios últimos de la intervención educativa del centro y de la familia.

> I CONGRESO INTERNACIONAL



Muchas gracias por su tiempo.

# INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA CON FAMILIAS E INFANCIA EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD

<https://www.peretarres.org/es/congreso-familias/presentacion>

CAIXAFORUM  
BARCELONA

Av. Francesc Ferrer i  
Guàrdia, 6-8 Barcelona

 **FUNDACIÓN  
PERE TARRÉS**



INTERVENCIÓN  
SOCIOEDUCATIVA CON  
FAMILIAS E  
INFANCIA  
EN SITUACIÓN DE  
VULNERABILIDAD



#CongresoFamilias