



1° FERIA DE LA ALIMENTACIÓN

TEPEHUACAN DE GUERRERO, HIDALGO OCTUBRE 2012

El pasado miércoles 03 de Octubre se realizó la primera Feria de la Alimentación en el auditorio Municipal de TEPEHUACAN de Guerrero en el estado de Hidalgo, gracias al esfuerzo y organización de las Autoridades Federales, Estatales y Municipales en coordinación con la agencia de Desarrollo Rural del PESA PROSERH; teniendo participación entre otras autoridades: L.N. Delhi Anahi Trejo, coordinadora Nacional del programa de Nutrición por la Unidad Técnica Nacional de la FAO, El. C. Ángel Ismael Avilés Aranda, Subsecretario de Desarrollo Rural Silvícola y Acuícola de la Secretaría de Desarrollo Agropecuario y del Prof. Artemio Santiago Ramírez, en Representación del Prof. Joel Guerrero Secretario Educación Pública del Estado de Hidalgo, el Jefe de Sector y supervisor de esta zona escolar; el Ing. Juan Jesús Salina Leal, Jefe del distrito de Desarrollo Rural en representación del MVZ. Francisco Velarde García, Delegado Estatal de la SAGARPA, El Dr. Rodrigo Ibarra Narvaez Coordinador Municipal de la Secretaría de Salud. El anfitrión del evento fue el C. Hilario Mendoza Benito, presidente municipal de Tepehuacán en compañía de su distinguida esposa la Sra. Victoria. Así mismo se contó con la asistencia de alumnos y profesores del CECYTE a cargo del director: Rosendo Hernández Manilla institución que se ha sumado al proyecto mediante la inclusión de alumnos de servicio social, el preescolar Xochipilli de la cabecera municipal que se ha integrado activamente a cargo de su directora Gloria Martínez Espinoza. Se contó con representación de alumnos, profesores y habitantes de 3 de 6 localidades que durante este año han trabajado en el proyecto de Nutrición y Huertos Escolares: La Reforma, San Simón, Chilijapa, así como importantes autoridades estatales, y de municipios aledaños, además de alumnos invitados de la Secundaria Técnica #25 y habitantes de la Región, sumando una asistencia al evento de más de 1000 personas.

La implementación de una cultura en la alimentación saludable es vital para tener un crecimiento y desarrollo óptimo, además un niño bien alimentado posee más y mejor energía para el aprendizaje escolar y la actividad física, por el lado contrario si su alimentación es deficiente puede presentar trastornos de desnutrición, anemia, obesidad, problemas de aprendizaje y conducta.

Para contrarrestar estos males se organizaron actividades comenzando por un desfile de disfraces, visita de "stands", módulos o concursos, con material didáctico interactivo, en donde los asistentes



tienen la oportunidad de aprender y aplicar los conocimientos sobre los buenos hábitos alimenticios, salud e higiene:

- a) GRUPOS DE ALIMENTOS (rompecabezas)
- b) IMPORTANCIA DEL DESAYUNO (integrar los grupos de alimentos)
- c) ACTIVIDAD FISICA (carrera de costales)
- d) ALIMENTOS CHATARRA (alto a los antipoderosos)
- e) COMBINACION CEREAL-LEGUMINOSA (tocando y pisando los grupos de alimentos)
- f) HIGIENE Y SALUD (maratón)
- g) SALUD E HIGIENE (BUCAL, PERSONAL Y ALIMENTOS)
- h) SERPIENTES Y ESCALERAS Y NUTRICAPSULA
- i) CONSUMO DE VERDURAS Y FRUTAS (LOTERIA y tocando y pisando (TWISTER)
- j) RECORRIDO POR EL HUERTO, EXPLICACIÓN DE COMO SIEMBRAN, CONTROL DE PLAGAS Y PRODUCCIÓN DE ABONOS.
- k) MUESTRA GASTRONÓMICA.

En cada una de las escuelas los comités de padres de familia en coordinación con las autoridades son los responsables de la operación y el cuidado del huerto. Dentro del Programa de Nutrición, los nutriólogos realizaron un diagnóstico inicial del consumo de alimentos y deficiencias nutricionales en cada región y elaboraron en conjunto con la población el plan de acción en los cuales se proponen actividades para incidir en la resolución de la problemática encontrada y la participación en los Talleres Nutrimentales Teóricos y Prácticos para mejorar su alimentación y educar con temas como: “Consumo adecuado de grasas y azúcares”, “3 grupos de alimentos 3 veces al día”, “El plato del Buen Comer” “Hábitos de higiene” “Enfermedades Crónico Degenerativas”, “Alimentación durante el embarazo, lactancia materna e introducción de nuevos alimentos al bebé”, “Gasto familiar”, etc. Así como en el uso de abonos orgánicos y lombricomposta, y el control de plagas con productos biológicos, para la obtención de hortalizas seguras para el consumo de los niños y



habitantes de estas regiones. El objetivo del programa es contribuir al desarrollo de capacidades de padres y madres de familia, alumnos y docentes de las escuelas primarias, para el logro de una mayor disponibilidad de alimentos, acceso y uso adecuado de los mismos a través de la educación en nutrición y la implementación de huertos escolares.

Como sabemos nuestros hábitos alimentarios están influidos por el lugar en donde vivimos, la disponibilidad de alimentos, nuestra posibilidad económica y las costumbres, lo que incluye la manera en que seleccionamos y preparamos los alimentos es así como las madres de familia de las localidades participantes preparan una muestra gastronómica con platillos típicos saludables de la región.

Actualmente los 54 huertos en el Estado de Hidalgo están en producción y seguimiento, además de que se han desarrollado en promedio 10 talleres de capacitación nutricional en las localidades. Es así que llegando al término de un año de operación se lleva a cabo la feria de la nutrición y huertos escolares para reafirmar los conocimientos adquiridos en los talleres de nutrición por parte de los alumnos y padres de familia.

- Cálculo para el número de asistentes: (650 alumnos cecythe, 285 secundaria técnica, 30 alumnos preescolar, 25 alumnos y 10 señoras de cada escuela primaria)

