



El futuro
es de todos

Gobierno
de Colombia



Estrategia de Información Educación y Comunicación IEC en Seguridad Alimentaria y Nutricional SAN del ICBF



EN CONVENIO CON



Organización de las Naciones
Unidas para la Alimentación
y la Agricultura



Estrategia de Información, Educación y Comunicación -IEC- en Seguridad Alimentaria y Nutricional -SAN- para el fomento de prácticas de alimentación saludable



**Cartilla dirigida a
Agentes Educativos del
Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
Convenio ICBF-FAO
2019**



EN CONVENIO CON



Organización de las Naciones
Unidas para la Alimentación
y la Agricultura



Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF

Lina María Arbeláez Arbeláez
Directora General

Liliana Pulido Villamil
Subdirectora General

Zulma Fonseca Centeno
Directora de Nutrición

Santiago Molina Álvarez
Director Oficina de Cooperación y Convenios

Equipo técnico

Paul Rene Ocampo Tellez
Eliana Lorena Suárez Higuera
Paola Andrea Cárdenas Mendoza
Martha Cecilia Borda Torres
Luz Adriana Sepúlveda Quintero
Claudia Marcela Camargo Ramos
Diego Hernán Pérez Serrano

Coordinación Editorial

Ximena Ramírez Ayala
Jefe oficina Asesora de Comunicaciones

Grupo Imagen Corporativa

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - FAO

Alan Bojanic
Representante de la FAO en Colombia

Yénory Hernández Garbanzo
Grupo de Educación Nutricional y Concienciación al Consumidor (ESNE)
División de Nutrición y Sistemas Alimentarios (ESN)

Manuela Ángel González
Representante Asistente – Oficial Nacional de Programas

Michela Espinosa Reyes
Especialista Sénior Alimentación y lucha contra la Malnutrición

María del Pilar Pinto Mora
Coordinadora del convenio ICBF-FAO

Equipo técnico

Ángela Pérez Pachón.
Laura Arévalo Rivera
Nancy Villescas

Oficina de Comunicaciones FAO Colombia
Jorge Mahecha Rodríguez
Giovanny Aristizabal Hincapié

Adaptación, diagramación, concepto, diseño, ilustración y producción general.
Glück Comunicaciones. SAS.

ISBN 978-958-623-226-5

Primera edición septiembre 2020

Esta publicación es producto del convenio No. 1259 de 2019 suscrito entre el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

Las denominaciones empleadas en este producto informativo y la forma en que aparecen presentados los datos que contienen no implican para el ICBF y la FAO juicio alguno sobre la condición jurídica o nivel de desarrollo de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto de la delimitación de sus fronteras o límites. La mención de empresas o productos de fabricantes en particular, estén o no patentados, no implica que la FAO los aprueben o recomienden de preferencia a otros de naturaleza similar que no se mencionan. Las opiniones expresadas en esta publicación son las de su(s) autor(es), y no reflejan necesariamente los puntos de vista de la FAO.

Prohibida su reproducción total o parcial sin la autorización dell ICBF.

◆CONTENIDO

Presentación.	5
Siglas.	6
Conceptos Claves.	7
1. Contexto.	9
1.1. El sueño, ¡colombianos mejor alimentados, más sanos!	9
1.2. ¿Cuál es el rol de los agentes educativos de ICBF en la educación alimentaria y nutricional?	10
1.3. Y en Colombia, ¿Cómo estamos en salud y nutrición?	11
2. La Estrategia de Información, Educación y Comunicación en Seguridad Alimentaria y Nutricional con énfasis en el fomento de prácticas de alimentación saludable.	14
2.1. Definición.	14
2.2. Objetivo.	15
2.3. Estructura.	15
2.3.1. Fortalecimiento de capacidades en estrategias de Información, Educación y Comunicación en SAN a agentes educativos del ICBF.	16
2.3.1.1. Líneas orientadoras de la Estrategia Nacional IEC en SAN del ICBF.	17
2.3.1.2. Enfoques.	25
2.3.1.3. Pilares para el cambio de comportamiento.	27
3. Ruta metodológica para el diseño e implementación de la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable.	28
3.1. Paso 1. Reconociendo el camino: diagnóstico	31
3.2. Paso 2: ¿Cuáles son los comportamientos por mejorar o cambiar?	41
3.3. Paso 3: Identificación de su audiencia.	48
3.4. Paso 4: ¿Cuál es el objetivo de su estrategia?	54
3.5. Paso 5: ¿Qué mensajes vamos a comunicar?	59
3.6. Paso 6: ¿Qué canales y herramientas educativas se van a utilizar?	65
4. Estudio de caso. Diseño e implementación de una Estrategia IEC para el fomento de prácticas de alimentación saludable en La Guajira y Cesar	73
5. Herramientas en Seguridad Alimentaria y Nutricional	79
5.1. Herramientas de Política e Investigación en SAN del ICBF	80
5.2. Herramientas educativas del ICBF para la promoción de prácticas de alimentación saludable.	82
7. Bibliografía	85

PRESENTACIÓN

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, gracias al trabajo que a diario realizan los agentes educativos, promueve el desarrollo y protección integral de niños, niñas y adolescentes, fortaleciendo las capacidades de las familias y los entornos protectores para la transformación social.

En este marco, la promoción de hábitos y estilos de vida saludable, promovida por los agentes educativos, quienes a diario recorren todos los rincones del país, contribuye a que las familias colombianas adopten de forma voluntaria prácticas de alimentación saludable y apropiadas a los entornos culturales y diferenciales, previniendo de esta manera la malnutrición y la aparición de enfermedades asociadas a la alimentación.

Con el fin de continuar fortaleciendo las habilidades de los agentes educativos comunitarios e institucionales, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF, en convenio con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura FAO, diseñó la Estrategia Nacional de Información, Educación y Comunicación (IEC) en Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN), para el fomento de prácticas de alimentación saludable, la cual busca promover cambios permanentes de comportamientos en las familias colombianas.

Esta Estrategia cuenta con herramientas pedagógicas dirigidas a los agentes educativos como esta cartilla, en la que encontrará: la estructura de la Estrategia y la descripción de la Ruta metodológica para su construcción e implementación, que consta de seis pasos sencillos para tener en cuenta a la hora de planear y realizar sus actividades de educación alimentaria y nutricional; así como la manera de conocer, reconocer y construir herramientas pedagógicas sencillas para llevar a las familias colombianas los mensajes referentes a la alimentación saludable en su quehacer diario.

Lo invitamos a conocerla y usarla para optimizar el abordaje de los diferentes temas sobre prácticas de alimentación saludable que usted trabaja con la población de su modalidad y contribuir, de esta manera, a motivar y generar cambios de comportamientos que favorezcan la adopción de una alimentación saludable en los hogares colombianos.

¡Gracias por su apoyo, usted es un agente de cambio!



SIGLAS

ASIS

Análisis de la situación en salud

EAN

Educación alimentaria y nutricional

ENDS

Encuesta Nacional de Demografía y Salud

ENSANI

Estudio Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia

EVS

Estilos de vida saludable

FAO

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura

ICBF

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

IEC

Información, educación y comunicación

MSPS

Ministerio de Salud y Protección Social

SAN

Seguridad Alimentaria y Nutricional

TIC

Tecnologías de la Información y la Comunicación



CONCEPTOS CLAVES

◆ Agente educativo comunitario del ICBF

- ◆ Todas las personas que interactúan de una u otra manera en la atención integral de niños niñas, adolescentes y sus familias, que agencian su desarrollo y bienestar. Éstos deben ejercer el principio de corresponsabilidad que impone la ley tanto a la familia, como al Estado y a la comunidad. Por ejemplo: madres comunitarias, gestores comunitarios, promotores, etc.

◆ Agente educativo institucional del ICBF

- ◆ Es aquel profesional del ámbito de las ciencias sociales, de la salud y nutrición, docentes, técnicos y tecnólogos que acompañan, interactúan y participan en la atención de niños, niñas, adolescentes y sus familias en entornos educativos, comunitarios, e institucionales y que contribuyen a promover cambios en los hábitos y estilos de vida saludable. Por ejemplo: colaboradores del ICBF incluidos las Entidades Administradoras de Servicios (planta- contratistas)

◆ Alimentación saludable

- ◆ Está compuesta por los hábitos alimentarios que ayudan a mantener un óptimo estado de salud y realizar las actividades de la vida diaria; sus determinantes son la variedad, cantidad y calidad de alimentos. La OMS se refiere a la alimentación saludable como aquella que:
 - ◆ Logra un equilibrio energético y un peso normal.
 - ◆ Reduce el consumo de grasas, sustituye las grasas saturadas por grasas insaturadas y trata de eliminar los ácidos grasos trans.
 - ◆ Aumenta el consumo de frutas y hortalizas, así como de legumbres, cereales integrales y frutos secos.
 - ◆ Reduce el consumo de azúcares libres.
 - ◆ Reduce el consumo de sal (sodio) de toda procedencia.
- ◆ Uno de los aspectos fundamentales de la alimentación saludable es la densidad de nutrientes dado que deben estar enfocados en cubrir las calorías requeridas por las personas a partir de alimentos ricos en nutrientes beneficiosos y moderar o evitar el consumo de alimentos que contienen sustancias “no beneficiosas” como ácidos grasos trans, ácidos grasos saturados, sodio, colesterol y azúcares.¹

1. ICBF. (2015). Manual del Facilitador Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años. Colombia.



Cambio de comportamiento

- Es la capacidad que tiene cualquier ser humano de transformar conductas y prácticas a partir de la toma consciente de decisiones. Supone la transformación de conductas, prácticas y acciones al mismo tiempo; es un proceso que toma tiempo y requiere de apoyo y acompañamiento continuo y se considera exitoso cuando se logra establecer con el paso del tiempo que el cambio es permanente.²

Educación Alimentaria y Nutricional

- Son aquellas estrategias educativas diseñadas para facilitar la adopción voluntaria de conductas alimentarias y otros comportamientos relacionados con la alimentación y la nutrición propicios para la salud y el bienestar. Estas estrategias están enfocadas en el desarrollo de habilidades de los sujetos para tomar decisiones adecuadas en cuanto a su alimentación y en la promoción de un ambiente alimentario propicio. Las acciones de educación nutricional se desarrollan en los ámbitos individual, comunitario, y político.³

Estas estrategias y actividades educativas deben procurar ser coherentes y complementarias con acciones de política pública, y con el ambiente alimentario de los individuos, familias y sus comunidades. Sólo de esta manera se logrará mejorar de por vida la alimentación y conductas alimentarias, por tanto el fortalecimiento en el desarrollo de la capacidad de cambiar, adaptarse al cambio y promover el cambio⁴.

Hábitos y estilos de vida saludable

- Hacen referencias a las prácticas y actividades que se relacionan con el bienestar, dentro de ellos se encuentran la alimentación saludable, evitar tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas, realizar ejercicio físico de manera regular, relaciones sociales, equilibrio mental, evitar contaminación ambiental y mantener una adecuada higiene.

2. Contento, I. (s.f). Educar en aras de la eficacia. Recuperado de <http://www.fao.org>

3. Red de Información, Comunicación y Educación Alimentaria y Nutricional. RED ICEAN. FAO. (2007). Definición adaptada de Contento IR. Nutrition education: Linking research, theory and practice.

4. FAO. (2016, mayo). Infografía sobre el rol de la Educación Alimentaria y Nutricional. Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-c0064s.pdf> -



1. CONTEXTO

1.1. El sueño, icolombianos mejor alimentados, más sanos!

La OMS define la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Uno de los aspectos que están más relacionados con la salud, es sin duda la alimentación, que acompañado con un estilo de vida sana contribuye a lograr un completo bienestar para la población.

En todas las etapas de la vida, una alimentación saludable es importante para mantener un buen estado nutricional, así como para evitar la aparición de enfermedades no transmisibles como la obesidad, la diabetes, enfermedades cardiovasculares y el cáncer.

Sin embargo, en las últimas décadas, los hábitos alimentarios de la población colombiana se han modificado. Según la ENSIN 2015 -Encuesta Nacional de la situación Nutricional. ICBF-, muchos aspectos han determinado estos cambios alimentarios; entre ellos se pueden mencionar: el cambio climático, el envejecimiento de la población del campo, la mayor participación de la mujer en el mercado laboral, la pérdida de tradiciones como el comer en familia, el comer fuera de casa, los elevados precios de los alimentos y el aumento en el consumo de productos industrializados con bajo valor nutricional y con altos contenidos de azúcar, sal y grasas, aumentando el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles.

Por esta razón, la Educación Alimentaria y Nutricional -EAN- cobra gran importancia, ya que, a través de una EAN efectiva, se promueve la creación de hábitos alimentarios saludables que les permita a las personas tomar decisiones adecuadas e informadas frente a la producción, selección, compra, preparación, consumo y conservación de los alimentos. De la misma manera, fortalecer las capacidades y competencias en EAN es fundamental para generar aprendizajes que impacten positivamente en el bienestar de la población, en especial de los niños y las niñas colombianos.



1.2. ¿Cuál es el rol de los agentes educativos de ICBF en la educación alimentaria y nutricional?

El ICBF trabaja por la prevención y protección integral de la primera infancia, la niñez, la adolescencia y el bienestar de las familias colombianas, en especial de aquellos que más lo requieren. Además, lidera en el país acciones de educación alimentaria y nutricional en estilos de vida saludable, para lo cual ha elaborado herramientas como las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos- GABAs, la cartilla "Mi plato, un arco iris divertido de sabores", la ruleta de alimentación complementaria, entre otros.

Usted como agente educativo de las diferentes modalidades de atención, al realizar las acciones de Educación Alimentaria y Nutricional cuenta con estas herramientas, que le permitirán contribuir al mejoramiento de los hábitos alimentarios y estilos de vida saludable de la población colombiana!



Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años

En el siguiente link del ICBF encontrará:

<https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/educacion-alimentaria>

Documento técnico

Manual del facilitador

Rotafolio



Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para las mujeres gestantes, madres en periodo de lactancia y niños y niñas menores de 2 años para Colombia.

En el siguiente link del ICBF encontrará:

<https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/educacion-alimentaria>

Documento técnico

Manual del facilitador

Rotafolio



Esta pieza educativa brinda recomendaciones generales a las madres, padres y cuidadores de niños y niñas menores de 2 años para el inicio adecuado de la alimentación complementaria. Ofrece menús para preparar a niños y niñas de 6 a 24 meses, en tres etapas diferentes: 6 a 8 meses, 9 a 12 meses y 12 a 24 meses, diferenciando la introducción de alimentos en cuanto a la cantidad, calidad y consistencia.



Herramienta creada a partir de las Guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana, dirigida a padres, madres y cuidadores de niños y niñas de 2 a 5 años. En ella se presenta una guía para seleccionar los mejores alimentos y las porciones adecuadas para cada una de las comidas, lo que permite garantizar una alimentación variada, nutritiva y saludable, que favorezca el crecimiento y el desarrollo de los huesos, los músculos y el cerebro de los niños y las niñas en la primera infancia.



1.3. Y en Colombia, ¿Cómo estamos en salud y nutrición?

El sueño de colombianos más sanos y mejor alimentados, es la finalidad de las acciones que se realizan alrededor de la educación alimentaria y nutricional, es por eso que su papel como agente educativo o facilitador es fundamental para llevar mensajes de salud, bienestar y nutrición a todos los rincones de Colombia. Sin embargo, la realidad en Colombia se encuentra aún alejada de este sueño. En el país, continúan presentándose situaciones alrededor de la alimentación, la nutrición, las condiciones sociales y económicas que están afectando el estado de nutrición y salud de la población. En este aspecto, los datos más relevantes son los siguientes:

a. Retraso en talla (desnutrición crónica)

Uno de cada 10 niños menores de cinco años tiene estatura baja para la edad.

-ENSIN 2015-



Juan 4 años

Pedro 4 años



b. Peso bajo para la estatura (desnutrición aguda)

Dos de cada 100 niños menores de cinco años tiene peso bajo para la estatura.

-ENSIN 2015-

¡Recuerde!
La desnutrición aguda
aumenta el riesgo de muerte

c. Lactancia materna

Solo tres de cada diez niños y niñas reciben leche materna como único alimento durante sus primeros seis meses y solo tres de cada diez llegan a ser amamantados hasta los dos años.

-ENSIN 2015-





d. Carencia de nutrientes en mujeres gestantes

Una de cada dos mujeres gestantes tiene anemia.

-ENSIN 2015-



e. Carencia de nutrientes en niños y niñas menores de cinco años

Dos de cada 10 niños y niñas menores de cinco años presentan anemia.

-ENSIN 2015-

f. Deficiente consumo de frutas y verduras

Colombia un país muy rico en frutas y verduras, sin embargo, tres de cada diez niños y niñas menores de cinco años presentan deficiencia de vitamina A. Así mismo, de los niños y niñas de 3-4 años, 6 de cada 10 ,consumen 5 veces a la semana frutas y 8 de cada 10 consumen 5 veces a la semana verduras.

-ENSIN 2015-



g. Exceso de peso menores de 5 años:

Seis de cada 100 niños y niñas menores de cinco años tienen exceso de peso.

-ENSIN 2015-



g. Exceso de peso. Escolares (5-12 años)

Uno de cada cuatro niños escolares tiene exceso de peso.

-ENSIN 2015-



h. Exceso de peso. Adultos

Uno de cada dos adultos tiene exceso de peso.

-ENSIN 2015-

- ◆ Luego de leer esta información, recuerde que la educación alimentaria y nutricional a través de estrategias IEC puede convertirse en herramientas que aporten en la mejoría de esta situación, a partir de la identificación de prácticas inadecuadas en alimentación y estilos de vida y promoviendo acciones concertadas que favorezcan cambios en estos comportamientos/prácticas en los hogares y comunidades.

En los siguientes capítulos, usted podrá contar con una ruta para desarrollar estrategias IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable y el cambio de comportamientos o prácticas relacionadas con la alimentación de la población.



2. La Estrategia Información de Educación y Comunicación en Seguridad Alimentaria y Nutricional para el fomento de prácticas de alimentación saludable.

2.1. Definición

Para fomentar conductas alimentarias saludables, se plantea la necesidad de diseñar estrategias, basadas en el cambio de conductas/comportamientos en grupos específicos, que vayan más allá de la entrega de información. En tal sentido, se construyó la Estrategia de Información Educación y comunicación -IEC en Seguridad Alimentaria y Nutricional - SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable que se define como:

Un conjunto de acciones educativas que buscan el cambio permanente de comportamientos para favorecer prácticas alimentarias saludables; dirigida a audiencias activas y participantes en el hogar, la escuela, el sitio de trabajo y/o la comunidad.

Elaboración propia Convenio ICBF-FAO. 2019

La información es el proceso mediante el cual se adquieren, organizan y analizan datos cuantitativos y cualitativos sobre un tema en particular, así como sobre los conocimientos, actitudes y prácticas de las personas de un grupo interactivo y de los diferentes entornos. Su propósito es identificar posibles alternativas de solución, ampliar, cambiar o modificar el conocimiento de las audiencias.

Los procesos de comunicación – educación están orientados a socializar, reflexionar y generar propuestas o alternativas de solución, que facilitan la aceptación de nuevas realidades y comprender otras formas de vivir los procesos de alimentación y nutrición. La comunicación para el “cambio de comportamiento”, promueve resultados positivos en salud, basándose en teorías y modelos probados de cambio de conducta. Es un proceso que se inicia con un diagnóstico y análisis de las conductas, seguido por la planificación, implementación, monitoreo y evaluación de la estrategia de comunicación.⁵

5. RED ICEAN FAO. (2014). Desarrollo de intervenciones en educación nutricional. Chile.



Las estrategias IEC apuntan a generar cambios de comportamientos o prácticas alimentarias; por tanto, deben tener en cuenta las preferencias, saberes y cultura de la audiencia. Tenga presente que, saber algo y hacerlo, son cosas muy diferentes, por ello es importante el enfoque participativo y el reconocimiento de los saberes y las propuestas que puedan surgir de los diferentes entornos para obtener cambios sostenibles; los cambios de comportamiento requieren de tiempo.

Al iniciar el diseño de las estrategias IEC, es fundamental la generación de objetivos, que apunten hacia el cambio de comportamiento de las personas. Recuerde que sus objetivos deben llevar a las personas a generar cambios, es decir a “hacer algo” frente a la situación o temática que usted identificó.

Igualmente, las estrategias IEC requieren de la identificación plena del grupo interactivo o audiencia, a quien va dirigida la estrategia, es importante conocer ¿quién es el público?, ¿qué hacen? ¿qué tanto saben del tema? ¿qué creen del tema? ¿dónde viven? ¿cuál es su nivel de escolaridad? ¿qué queremos que hagan? ¿qué queremos que aprendan? ¿cómo queremos que influyan en su entorno? Las audiencias deben ser cuidadosamente seleccionadas.

Una estrategia IEC también incluye la elaboración de mensajes que pueden ser difundidos por diferentes medios masivos y que también tienen el propósito de generar recordación por parte de las audiencias para influir en el cambio de comportamientos/prácticas en alimentación.

Una de las características de las estrategias IEC, es el componente de participación de las audiencias, desde su fase de diseño y por supuesto en la implementación. La participación en todos los momentos de la Estrategia permite reconocer las temáticas y comportamientos que realmente están afectando a las audiencias, y orientar los cambios para lograr una alimentación saludable, a través de la toma de decisiones propias y voluntarias de las audiencias.

2.2. Objetivo

El principal objetivo de la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas alimentarias saludables es fortalecer en los agentes educativos comunitarios e institucionales del ICBF las capacidades técnicas y el uso de las herramientas educativas necesarias que les permita orientar y promover en las familias colombianas la adopción de estilos de vida y prácticas de alimentación saludable, culturalmente apropiadas, que contribuyan a la prevención de la malnutrición y la aparición de enfermedades asociadas a la alimentación.

2.3. Estructura

Como se mencionó anteriormente, en Colombia, las prácticas alimentarias han cambiado, una de las estrategias para recuperar las tradiciones alimentarias saludables de la población, es la educación alimentaria y nutricional, que busca “ayudar a los individuos, familias y sus comunidades a lograr mejoras de por vida en su alimentación y conductas alimentarias, además desarrollar la capacidad de cambiar, adaptarse al cambio”.⁶

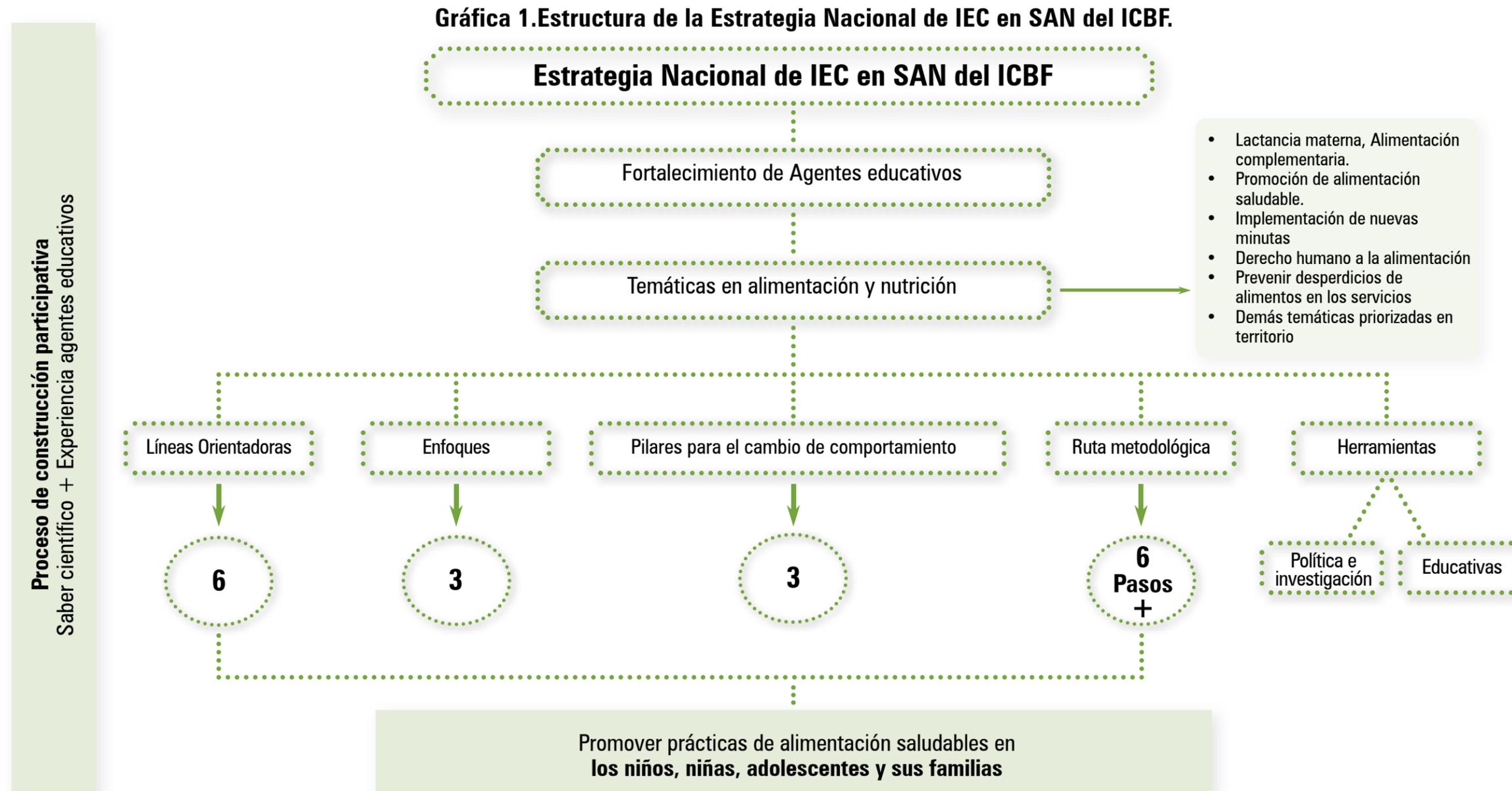
El fin de una estrategia IEC es lograr cambios permanentes en los comportamientos alimentarios que afectan a las personas o a la población en general, sin embargo, recuerde que la decisión de comprar, preparar alimentos y consumirlos está influenciada por muchos factores dentro de los cuales se pueden mencionar, los entornos (es decir, los espacios donde se desarrolla la vida de las personas: la

6. PESA FAO. (2013). Fortaleciendo capacidades en alimentación y nutrición para promoción de la salud.



familia, la comunidad, la escuela, el sitio de trabajo, etc), los conocimientos previos, las tradiciones, etc. Usted como agente de cambio debe tener en cuenta todos estos aspectos, sin embargo, también es necesario que genere habilidades para que su trabajo no se quede únicamente en la transmisión de conocimientos, sino que aborde esos comportamientos y logre aportar en su modificación.

En este capítulo, encontrará elementos claves a tener en cuenta en el diseño e implementación de estrategias IEC en SAN del ICBF, que podrían facilitar su tarea para lograr cambio y la adopción permanente de prácticas y comportamientos que mejoren el bienestar de su audiencia. En la siguiente gráfica se muestra la organización de la Estrategia, la cual se encuentra compuesta por 6 líneas orientadoras, tres enfoques y tres pilares para el cambio de comportamiento. A continuación, se realizará la descripción de cada uno de ellos:



Fuente: Elaboración propia. Convenio 1259/2019 ICBF-FAO

2.3.1. Fortalecimiento de capacidades en estrategias de Información, Educación y Comunicación en SAN a agentes educativos del ICBF

Para el ICBF es muy importante que sus agentes educativos cuenten con los conocimientos y habilidades necesarias en los temas relacionados con alimentación y nutrición, por lo tanto, es necesario que reciban de manera permanente las orientaciones técnicas según lo establecido en los lineamientos operativos, manuales, guías y normatividad vigente.

Para ello, desde el nivel nacional, regional y zonal se realizan procesos continuos de fortalecimiento y asistencia técnica dirigidos a los agentes educativos en los temas relacionados con la promoción de prácticas de alimentación y estilos de vida saludable. Por lo tanto, se ha considerado las siguientes temáticas claves en este proceso:



- Metodología para la implementación de estrategias IEC en SAN.
- Lactancia Materna, y Alimentación complementaria.
- Promoción de alimentación saludable (Guías Alimentarias Basadas en Alimentos)
- Interpretación de la situación nutricional para asesoría a la familia.
- Implementación de las minutas de primera infancia orientadas a la promoción de hábitos de alimentación saludable.
- Prevención de desperdicios de alimentos en los servicios del ICBF.
- Garantía progresiva del derecho humano a la alimentación.
- Herramientas de Seguridad Alimentaria (Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana – GABA- mayor de 2 años; mujeres gestantes, madres en periodo de lactancia y niños y niñas menores de 2 años; Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes-RIEN; ENSIN).

A continuación, se presentará la descripción de cada uno de los componentes de la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable, necesarios para incorporar en los procesos de fortalecimiento de los agentes educativos:

2.3.1.1. Líneas orientadoras de la Estrategia Nacional IEC en SAN del ICBF

1. Entornos (Modelo ecológico social):

Este modelo aplicado a las estrategias IEC permite entender que los comportamientos y la toma de decisiones de las personas, están influenciados por los entornos en los cuales se desarrolla su vida diaria (individual, familiar, comunitario, institucional, nacional)⁷ (ver Gráfica 2)

Gráfica 2. Influencia de los entornos de la vida cotidiana para tener una alimentación y prácticas saludables.



Fuente: RED ICEAN

7. García, F. (2001, noviembre). Modelo ecológico y modelo integral de intervención. http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitaciontemprana/modelo_ecologico_y_modelo_integral_de_intervencion.pdf

8. FAO. (2016, mayo). Infografía sobre el rol de la Educación Alimentaria y Nutricional. <http://www.fao.org/3/a-c0064s.pdf>



Es importante comprender cómo las personas se relacionan con los entornos y cómo estos influyen en ellas, es por esto, que, es importante en la estrategia IEC incluir acciones para:

- Conocer el contexto social, cultural, económico, político de las personas en su territorio.
- Identificar cómo influyen estos entornos en las prácticas de alimentación.
- Determinar y abordar las influencias y los posibles mediadores que influyen directa o indirectamente en los comportamientos alimentarios de las personas.

A manera de ejemplo, a continuación, se puede observar como la decisión de amamantar exclusivamente hasta los seis meses depende de diferentes factores presentes en los entornos en los cuales se desarrolla la vida de una mujer:

→ **A nivel individual:**

Madre joven, primeriza con un niño recién nacido, perteneciente a un grupo indígena, residente en zona rural dispersa, cree en la práctica de lactancia materna y sus conocimientos fueron transmitidos por su madre y su comunidad. Su parto fue asistido por un médico tradicional. Inicia lactancia materna exclusiva sin dificultades, sin embargo, desconoce que la lactancia materna debe ser exclusiva hasta los seis meses y su importancia. En su comunidad ha visto que a los niños y niñas le ofrecen comida diferente a la leche materna desde los dos meses de edad, situación que puede constituirse en un riesgo para la garantía de la lactancia materna exclusiva.

→ **A nivel grupal:**

Dentro de la comunidad indígena a la que pertenece la madre primeriza, a los niños y niñas a partir de los 2 meses, les ofrecen maíz con agua (chicha) por ser una tradición cultural, basados en la convicción de que de esta manera los niños y niñas crecen fuertes. Por ello, los líderes indígenas y médicos tradicionales influyen a las familias para que las madres tomen esta decisión.

→ **A nivel institucional:**

La comunidad indígena a la cual pertenece la madre primeriza, se encuentra ubicada en zona rural dispersa, el centro de salud más cercano se encuentra a tres horas, el transporte es costoso, las familias de esta comunidad tienen bajos recursos económicos y el acceso a programas de apoyo alimentario es limitado, lo que dificulta la asistencia al centro de salud y contar con una adecuada asesoría en lactancia materna y otros programas.

→ **A nivel Nacional:**

Aunque las familias de esta comunidad, se encuentran afiliadas al sistema general de salud, no tienen acceso a éste por costos y distancia para la atención, tampoco cuentan con acceso a educación. En relación a la economía, esta población indígena obtiene sus ingresos mediante la venta ocasional de artesanías, por tal motivo, las madres deben salir a trabajar largas jornadas para aportar recursos a su hogar, incluso, aún en tiempos muy cercanos al nacimiento de sus hijos, los bajos recursos que adquieren no garantizan satisfacer las necesidades básicas, no cuentan con todos los servicios públicos y no hay instituciones presentes en el territorio. De acuerdo a lo anterior las madres en periodo de lactancia con niños y niñas menores de 2 años, no cuentan con condiciones para garantizar la práctica de lactancia materna en forma exclusiva durante los primeros 6 meses.



El anterior es un ejemplo de cómo los entornos en los cuales se desarrolla la vida de esta mujer en específico, afectan de manera positiva o negativa y en gran medida su decisión de amamantar a su hijo. A la hora de realizar actividades de promoción de la práctica lactancia materna y en general de los temas relacionados con la alimentación, es fundamental identificar y analizar los factores protectores y los factores de riesgo para lograr resultados positivos.



2. La educación alimentaria y nutricional -EAN- como proceso sistemático:

La educación alimentaria y nutricional es definida como aquellas estrategias educativas y actividades de aprendizaje que fomentan la adopción voluntaria de una mejor alimentación y elecciones alimentarias. Para lograr que la EAN sea efectiva, es decir, logre el cambio de comportamiento alimentario, se debe avanzar de una simple transmisión de información, a promover aprendizajes prácticos y a desarrollar habilidades de la audiencia, orientándolos hacia la acción. Para ello la EAN debe tener en cuenta a las personas, sus motivaciones sus intereses y su entorno.⁹

Tenga en cuenta que las estrategias de aprendizaje donde se involucran las personas de manera activa y participativa, como la metodología “aprender haciendo” son más efectivas; por ejemplo, realizar talleres con madres, padres o cuidadores para que elaboren preparaciones tradicionales con vísceras, para promover el consumo de alimentos fuente de hierro en la alimentación complementaria, es más asertivo que la sola entrega de un folleto con preparaciones o un recetario.

3. Las habilidades del agente educativo/ facilitador:

El agente educativo o facilitador de educación alimentaria y nutricional, debe generar habilidades que le permitan entender los comportamientos de las familias, con el fin de crear lazos de confianza para que le compartan sus ideas y opiniones, lo que finalmente apoyará en la toma de la decisión voluntaria para el cambio. Esta puede ser una manera como usted puede aportar en el fomento de los estilos de vida saludable.

Estas habilidades son conocidas como *habilidades blandas* que son aquellos atributos o características de una persona que le permiten interactuar con otras de manera efectiva, lo que generalmente se enfoca al trabajo, a ciertos aspectos de este, o incluso a la vida diaria¹⁰ y son el resultado de una combinación de habilidades sociales, de comunicación, de forma de ser, de acercamiento a los demás, otros factores que le permiten relacionarse de una manera más efectiva con los demás.

La relación y comunicación efectiva se ve afectada principalmente por la capacidad de conocer y manejar las emociones, tanto en nosotros mismos como en los demás. También se puede utilizar el término de *competencias interpersonales* para agrupar estas habilidades en una persona. A continuación se muestran algunas de estas habilidades:

9. FAO. (2018, marzo). La nutrición y los sistemas alimentarios. <http://www.fao.org/school-food/areas-work/based-food-nutrition-education/es/>

10. Euritmia.(2019) Investigación, ciencia y pedagogía. Recuperado de: www.cliic.org/pdf/revista_Euritmia



Sea creativo
y sincero

Sea concreto al
preguntar.



Dedíqueles tiempo
a las familias,
hable de manera
relajada con ellas,
sin afanes

Aliente a las
personas a hablar

Haga sentir a las
familias que entiende
lo que sienten.

Cuide sus
expresiones y evite
aquellas de crítica o
juzgamiento

Ofrezca información
clara, que las personas
entiendan y que les
interese



No de órdenes.
Sugiera

Genere
confianza

Reconozca los hábitos
saludables de las
personas y felicítelos



Haga sentir a las familias
que son capaces de lograr un
cambio en sus comportamientos
alimentarios que mejoren su
salud y bienestar

Practique la empatía: Consiste en entender los sentimientos, emociones y actuaciones de una persona, intentando experimentar de forma objetiva y racional lo que siente el otro, es decir, "ponerse en sus zapatos".

La empatía está referida entre otras cosas a la escucha activa, la comprensión y el apoyo emocional y se relaciona con la preocupación hacia los demás y la capacidad de ayudar.



Por ejemplo, usted como facilitador de la estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable, visita a una familia que tiene muchas dudas sobre la alimentación de su hija de cinco meses, en la visita, la familia manifiesta haber recibido la recomendación de iniciar a los seis meses otros alimentos complementarios a la lactancia materna. Lo primero es preguntar, cómo están alimentando a la bebé, si papá, mamá o cuidadores refieren estar siguiendo la indicación de darle solo leche materna hasta los seis meses, felicítelos, este es el primer paso para “ganar su confianza”.

Sin embargo, si le dicen que le están dando a probar otros alimentos en cantidades pequeñas, no los critique, ni los juzgue, “póngase en sus zapatos”, seguramente no tienen la información, bríndela de una manera clara, recomíéndeles que continúen ofreciendo solo leche materna, que es lo mejor para que la bebe continúe creciendo bien y que a partir de los seis meses inicien con las recomendaciones que se encuentran en el “Manual del facilitador de las Guías alimentarias basadas en alimentos para mujeres gestantes, madres en período de lactancia y niños y niñas menores de dos años”, brinde la información directamente con apoyo de un folleto, rotafolio, etc. Consulte el documento con anterioridad en www.icbf.gov.co.

Enséñeles el esquema que ofrecen las Guías sobre alimentación complementaria y léanlas conjuntamente, pregunte si hay dudas, observe sus gestos (lenguaje corporal y no verbal), haga preguntas y permita que ellos se las hagan a usted. Es importante garantizar el entendimiento de cualquier material que usted use, para que la familia lo pueda conocer, entender y aplicar en el momento requerido.

Imagen 01: Ideas para desarrollar habilidades blandas para la planeación y desarrollo de actividades de educación alimentaria y nutricional.



Generar un clima de emociones positivas

Desde la sonrisa y la energía con la que se entra al lugar donde se realizará la educación alimentaria y nutricional, demostrar interés auténtico por la historia de vida de cada una de las familias, aceptar de manera incondicional y sin prejuicios.



Otra práctica es modelar el buen trato

E invitar a los mismos familiares a construir acuerdos de convivencia que permitan promover un clima apropiado para el desarrollo del aprendizaje, hablar desde un lenguaje positivo y con acento en las fortalezas.



Finalmente, poner acento en el vínculo

Permitir la expresión de las emociones y transmitir que no tiene juicios de valor, no son buenas ni malas y que además tienen una función adaptativa: es decir, nos permiten aprender e identificar aquello que es, en el caso de prácticas de alimentación: saludables y poco saludables.

Fuente: Adaptado de: Ideas para desarrollar las habilidades blandas en la sala de clases. Pablo Pincheira, encargado de Formación de Forja Chile. 2018



¡Recuerde!

Si quiere saber más del tema, consulte en:

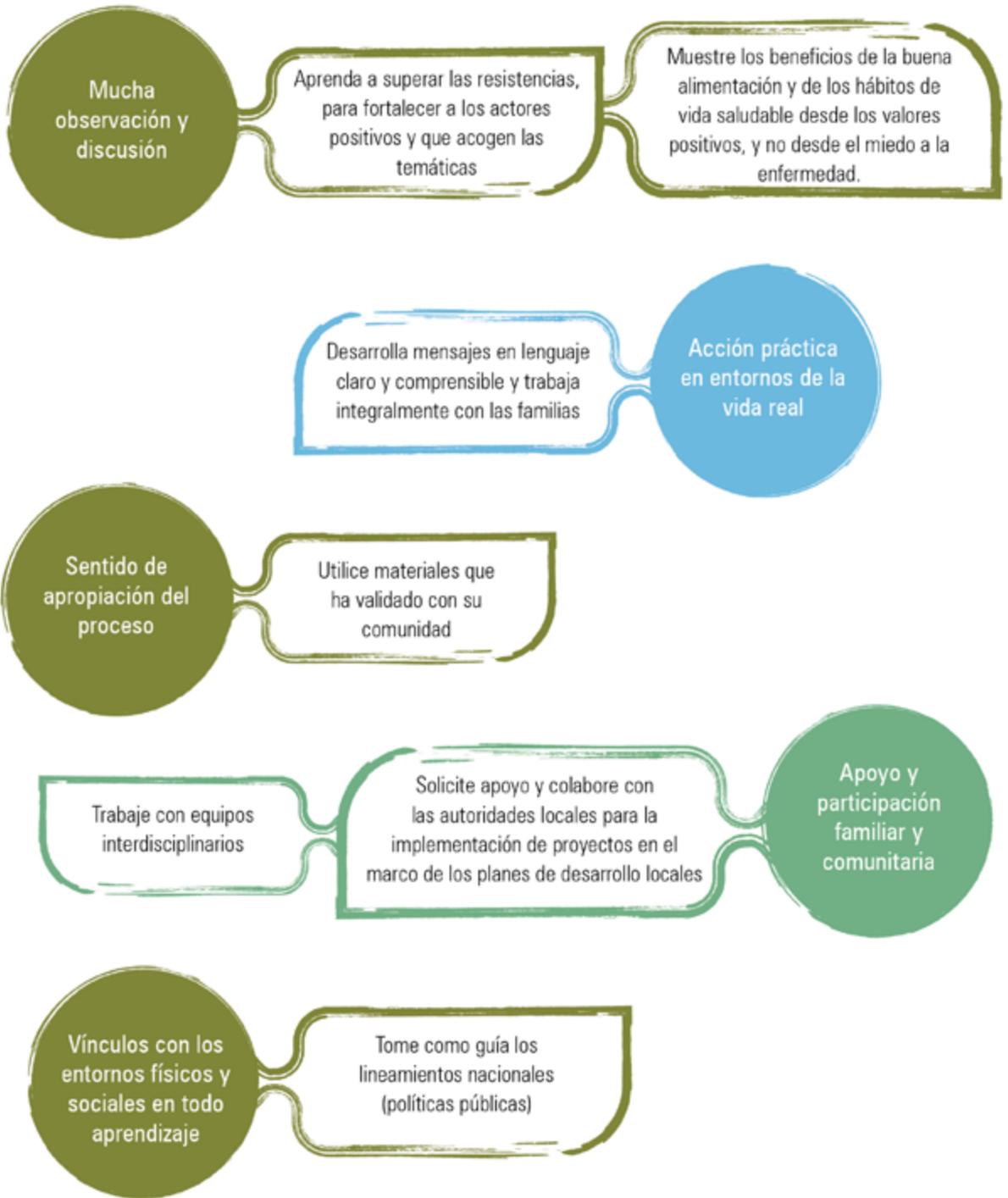
- ◆ **Manual de Comunicación para el desarrollo (FAO) en:**
<http://www.fao.org/3/a-i3492s.pdf>.
- ◆ **Curso de Consejería para la alimentación del lactante y el niño pequeño (OMS-OPS-UNICEF) en:**
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44047/9789243594767_spa.pdf;jsessionid=CCEB868D5059FCBDD9D521D2C5EC6C6F?sequence=3
- ◆ **Manual del Facilitador de las Guías Alimentarias para la población Colombiana mayor de 2 años:**
<https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/educacion-alimentaria>
- ◆ **Manual del Facilitador de las Guías Alimentarias para las mujeres gestantes, madres lactantes y niños y niñas menores de dos años.**
<https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/educacion-alimentaria>

4. Principios de efectividad:

Tenga en cuenta que usted puede alcanzar mejores resultados al realizar actividades de educación alimentaria y nutricional si tiene en cuenta los siguientes principios de efectividad:¹¹



11. FAO, Grupo de Educación Nutricional y de Sensibilización del Consumidor División de Nutrición y Protección del Consumidor. (2011), Informe de reunión. La información, comunicación y educación en alimentación y nutrición para promover la seguridad alimentaria y nutricional en los países de América Latina y el Caribe. Informe de la reunión. El Salvador.



Fuente: Yenory Hernández. Consultora internacional FAO-ROMA. 2019

5. Estrategias de aprendizaje:

Al igual, la educación alimentaria efectiva requiere pensar en las técnicas más apropiadas de aprendizaje; haciendo uso de los diferentes órganos de los sentidos (oído, vista, olfato, gusto y tacto) así como los conocimientos previos y los intereses prácticos de las personas y comunidades.



Fuente: Hernández Garbanzo. 2019



La anterior imagen muestra que:

- Cuando el aprendizaje se basa en técnicas tradicionales como una clase magistral, en las cuales la audiencia únicamente “escucha”, sin ser partícipe del proceso, se ha demostrado que la recordación de la información que se brinda puede llegar a ser tan baja como del 10%.
- Si además de escuchar, la técnica de aprendizaje involucra la acción de leer, como, por ejemplo, escuchar la importancia de la lactancia materna y revisar documentación sobre el tema, se generará una recordación de un 20%.
- Si además de escuchar, ver, y leer, se permite “hacer”, por ejemplo, si se realiza consejería en lactancia materna directamente a la madre, resolviendo conjuntamente las dudas, la recordación será mayor, hasta del 80% de la experiencia.

Para el aprendizaje, el uso de la mayor cantidad de órganos de los sentidos le permitirá obtener mejores resultados, para enseñarles a los participantes en las diferentes modalidades, involucre actividades como talleres prácticos, demostraciones, elaboración de preparaciones, huertas como escenario de aprendizaje, etc. En ese punto es importante, tener en cuenta, la presencia de personas con algún tipo de discapacidad, para adaptar la comunicación de una manera efectiva.

Ejemplo:

Práctica por modificar: Las familias no brindan verduras a los niños y niñas porque no saben cómo se preparan.

◆ ¿Cómo hacer una actividad educativa?

1. Organice una actividad práctica de preparación de sencillas y coloridas recetas con verduras, y elabore un listado de los ingredientes necesarios.
2. Para el desarrollo del taller práctico, el agente educativo revisará el Manual del facilitador de las Guías Alimentarias basadas en alimentos para la población mayor de dos años. De allí extraerá la información de los grupos de alimentos que utilizará en la preparación y la importancia de su consumo, e indagará con la comunidad cuales son las principales frutas y verduras que se producen en la región y están disponibles (elabore una lista).
3. Comparta con los participantes el objetivo de la siguiente sesión en la cual se realizará el taller práctico de preparación.
4. Permita que cada participante elija un alimento de la lista para llevarlo a la sesión de preparación.
5. En el desarrollo de la sesión y durante el lavado, desinfección y preparación de los alimentos de la receta elegida, el agente educativo, resaltará la importancia del consumo de los vegetales propios de la región, la recuperación de recetas tradicionales, incluso de la utilización de los aderezos que se producen en la región para dar mayor sabor a la preparación. Preguntará a los participantes si conocen más beneficios sobre los alimentos utilizados para esta preparación.
6. Al finalizar se degusta la preparación y es el momento de evaluar con los participantes, la posibilidad de llevar a cabo esta actividad en casa involucrando a los niños y niñas.



7. Todas las personas participan de una u otra manera en el ejercicio, en la preparación misma, también manifiestan sus dudas, sus conocimientos, de tal manera que las actividades que involucran todos los órganos de los sentidos (el oído, la vista, el olfato, el gusto y el tacto), serán de mayor recordación que una en la que simplemente se les muestre el paso a paso de la preparación por medio de un cartel.

6. Monitoreo y evaluación:

Recuerde registrar y evaluar las diferentes acciones que realiza en su estrategia. Esta evaluación deberá hacerla en cada paso para la construcción de la estrategia IEC como se explicará más adelante, lo que le permitirá monitorear las acciones realizadas y hacer los ajustes necesarios, en el momento y no hasta el final del proceso.

Recuerde evaluar los cambios de comportamiento/prácticas de las personas o comunidades con las cuales trabaja.

◆ Siempre que realice una actividad:

1. Pregúnteles a los participantes: ¿qué aprendieron?, ¿cómo van a incorporar lo que aprendieron de la actividad, en su vida diaria?
2. Establezca algún compromiso con cada uno de los participantes y busque que sean ellos quienes decidan en qué y cómo se van a comprometer, estableciendo metas alcanzables a corto tiempo.
3. En la próxima actividad haga seguimiento de ese compromiso con cada participante, indague si cumplió la meta, si tuvo dificultades y cuales fueron. A partir de las respuestas, se orienta la actividad que va a realizar para reforzar y continuar motivando el cambio.
4. Si los participantes mencionan que existen algunas barreras para poder incorporar estos nuevos conocimientos, por ejemplo, la falta de dinero para comprar las verduras trate de apoyarles dándoles opciones, en este caso, la creación de una huerta en casa para producir alimentos sin necesidad de comprarlos es una de ellas.
5. Establezca redes de apoyo con otras entidades para orientar el acceso a diferentes programas sociales, por ejemplo, la coordinación de proyectos de producción y comercialización local de alimentos, esto apoyará la adopción de estilos de vida saludable.

2.3.1.2. Enfoques

1. Enfoque participativo:

La Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable resalta la importancia de la participación de las audiencias desde el momento mismo del diseño y durante la implementación. La sostenibilidad del cambio en el comportamiento o práctica alimentaria requiere que sean las mismas personas que definan y comprendan cuál es la situación que los está llevando a un riesgo en su bienestar, para que ellos mismos propongan las soluciones efectivas, se empoderen y esto se traduzca en una mejor calidad de vida para las personas.

Alfonso Gumicio, referente en la comunicación participativa hace una reflexión sobre lo significativa que es la participación para las audiencias: “Contribuye a infundir autoestima y orgullo por la cultura, refuerza el tejido social a través del fortalecimiento de las organizaciones propias y protege la tradición y los valores culturales”.¹²



◆ 2. Enfoque diferencial:

El Modelo de Enfoque Diferencial de Derechos del ICBF, es un método de análisis y actuación, que reconoce las inequidades, riesgos y vulnerabilidades y valora las capacidades y la diversidad de un determinado sujeto -individual o colectivo-, para incidir en el diseño, implementación, seguimiento y evaluación de la política pública, con miras a garantizar el goce efectivo de derechos en especial el derecho a la igualdad y no discriminación. Se implementa a través de: acciones afirmativas, adecuación de la oferta institucional, desarrollo de oferta especializada.

El enfoque diferencial puede ser abordado desde la perspectiva de etnia, género, discapacidad y población víctima de conflicto armado:

Género, hace referencia a las ideas, normas y comportamientos que la sociedad ha establecido para cada sexo, y el valor y significado que se les asigna por razones sociales y culturales. En su quehacer diario como agente educativo, en su trabajo con las mujeres de su comunidad, fortalézcalas, empodérelas en su rol frente a la seguridad alimentaria, tenga en cuenta evitar en sus procesos de información, educación y comunicación, el uso de frases y estereotipos que degraden la imagen de la mujer.

Etnia, es el conjunto de personas que pertenece a una misma raza y, generalmente, a una misma comunidad lingüística y cultural, tenga en cuenta que, si su audiencia pertenece a alguna cultura o etnia, esto debe ser de su conocimiento desde el inicio para incorporar sus costumbres y lenguajes en la construcción de mensajes, herramientas, es decir a lo largo del diseño e implementación de su estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas alimentarias saludables.

Discapacidad, es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás.

Las personas con discapacidad también pueden participar de las actividades de la estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable, tenga en cuenta que, en los procesos de formación con ellos, las piezas o herramientas de comunicación y los canales deben ser muy bien priorizados para que su estrategia sea incluyente.

◆ 3. Enfoque territorial:

El concepto de Territorio no es solamente el espacio geográfico en el que tienen lugar las actividades económicas o sociales. El territorio es el conjunto de actores y agentes que lo habitan, con su organización social y política, su cultura e instituciones, así como su medio físico y medioambiente.

El enfoque territorial de desarrollo es un espacio geográfico caracterizado por la existencia de una base de recursos naturales específica; una identidad (entendida como historia y cultura locales) particular; relaciones sociales, instituciones y formas de organización propias, conformando un tejido o entramado socio-institucional (resultado de las diversas interacciones entre los actores e instituciones) característico de ese lugar; y determinadas formas de producción, intercambio y distribución del ingreso.¹³

12. Gumicio, A. (2011). *Haciendo olas, historias de comunicación participativa para el cambio social*. La Paz, Bolivia. Fundación Rockefeller.

13. Morales, F. 2018. *Fundamentos del enfoque territorial: actores, dimensiones, escalas espaciales y sus niveles*. Recuperado de: <http://computo.ceiich.unam.mx/webceiich/docs/libro/Enfoque%20territorial.pdf>



Como facilitador de la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable, el enfoque territorial es clave a la hora de diseñar e implementar la estrategia teniendo en cuenta que en un mismo espacio físico, como lo es un departamento, pueden convivir diferentes comunidades con lenguajes, organización y costumbres diferentes entre sí, por ello el conocimiento del territorio debe abarcar todos estos ítems para lograr cambios efectivos en las prácticas/comportamientos alimentarios.

2.3.1.3. Pilares para el cambio de comportamiento

- El cambio de comportamiento debe partir de los conocimientos, las actitudes, las necesidades, las prácticas y las decisiones de las personas. El cambio social se entiende como un proceso de transformación en gran escala, teniendo en cuenta prácticas culturales, normas sociales y desigualdades de las comunidades.

En la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable, se definieron tres pilares para lograr el cambio de comportamiento:¹⁴

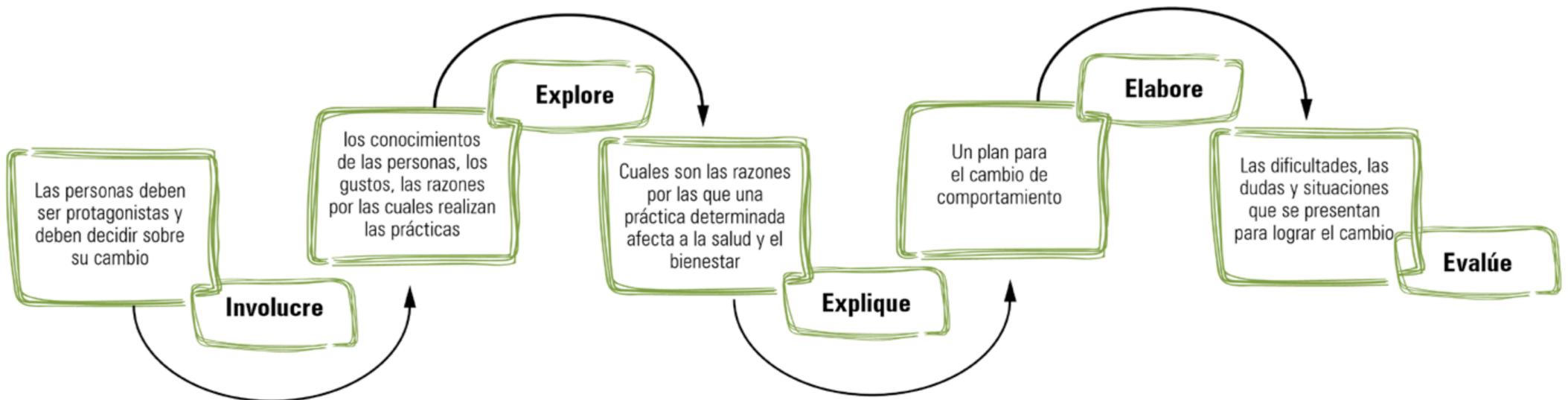


Fuente: Yenory Hernández. Consultora internacional FAO-ROMA. 2019

La Estrategia considera que el cambio de comportamiento inicia con el reconocimiento de una determinada práctica que está afectando la salud, o de que se requiere actuar o comportarse de manera diferente ante una situación para mantener o mejorar la salud. En este punto interviene el conocimiento (la cabeza), sin embargo, un cambio de comportamiento requiere más allá de “contar con la información”, es allí donde las emociones (corazón) de las personas hacia el cambio son relevantes, para que, a partir de una convicción, la persona “haga” (manos) un cambio.

Por ejemplo, el hecho de que las madres tengan el conocimiento sobre los beneficios de la práctica de lactancia materna (cabeza=conocimiento), no aseguran el amamantamiento, sin embargo, el vínculo que se establece entre la mamá y el bebé y la felicidad que ella siente al asistir a sus controles de crecimiento y desarrollo, en los cuales el personal de salud la felicita y resalta los avances en el desarrollo de su bebé (corazón=emoción), la hacen tomar la firme decisión de continuar con la práctica de lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de su bebé (manos=hacer).

Imagen 02: Recuerde estos tips para el logro de cambio de comportamiento



2.3.1.4. Ruta metodológica

- La ruta metodológica se compone de 6 pasos claves, para el diseño e implementación de Estrategias IEC, que contribuyan a la promoción de prácticas de alimentación saludables y culturalmente apropiadas. Estos 6 pasos, se describirán de forma detallada en el capítulo N°3 de la presente cartilla.

2.3.1.5. Herramientas

- El ICBF cuenta con diferentes herramientas para apoyar la implementación de la Estrategia IEC en SAN:
 - Herramientas de política e Investigación en SAN, como la ENSIN, la Tabla de Composición de Alimentos Colombiana, la Hoja de Balance de Alimentos, las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes, entre otras.
 - Herramientas educativas para la promoción de prácticas de alimentación saludables como las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población Colombiana- GABA, los procesos de adaptación territorial de las GABA, Cartillas como “Mi plato un arcón divertido de sabores”, “Empezar una nueva vida”. Entre otras, que fueron construidas con los agentes educativos en el marco de la Estrategia IEC en SAN del ICBF. Estas herramientas se presentarán en detalle en el capítulo N° 5 de la presente cartilla.



3. Ruta metodológica para el diseño e implementación de la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable

◆ Como se definió anteriormente, la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable es un conjunto de acciones educativas que buscan el cambio permanente de comportamientos para favorecer prácticas alimentarias saludables; dirigida a audiencias activas y participantes en el hogar, la escuela, el sitio de trabajo y/o la comunidad.

La construcción y desarrollo de estas estrategias, es un proceso, que responde a las necesidades particulares de una población, y busca contribuir a la adopción voluntaria de prácticas alimentarias saludable. Para lograr su implementación y los resultados esperados, es necesario que usted como agente educativo, siga los seis pasos que se muestran a continuación.

Paso 1. Reconociendo el camino: Diagnóstico.

.....

Paso 2. ¿Cuáles son los comportamientos por mejorar o cambiar? (Temáticas).

.....

Paso 3. Identificando su audiencia.

.....

Paso 4. ¿Cuál es el objetivo de su estrategia?

.....

Paso 5. ¿Qué mensajes vamos a comunicar?

.....

Paso 6. ¿Cuáles canales y herramientas utilizar?

.....

La siguiente gráfica, muestra de una manera resumida, los pasos de la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable, posteriormente se profundiza en cada uno de los pasos de manera detallada y como llevarlo a la práctica.



Cómo diseñar e implementar una estrategia de Información, Educación y Comunicación en Seguridad Alimentaria y Nutricional



¿Qué es una estrategia de Información, Educación y Comunicación en SAN?

Es un conjunto de acciones educativas que buscan el cambio permanente de comportamientos para favorecer prácticas alimentarias saludables.

Está dirigida a audiencias en el hogar, la escuela, el sitio de trabajo o la comunidad.

Su éxito depende del cumplimiento de la siguiente ruta:

Pilares para el cambio de comportamiento

Conocer



Cabeza: tener información y aprender acerca de un tema o conducta específico.

Sentir



Corazón: comprender la importancia que tiene en la vida de cada persona, familia y comunidad una conducta o comportamiento.

Hacer



Manos: luego de conocer y comprender la importancia de cambiar comportamientos en la vida de las personas, pasar a la acción y generar habilidades que se puedan sostener en el tiempo.

Reconociendo el camino: Diagnóstico

1

Busquen datos que les permitan obtener conocimientos sobre:

- Las personas con las que van a trabajar.
- Las situaciones que afectan su bienestar en alimentación y nutrición

Háganlo así:

- Consulten informes locales y nacionales como la ENSIN.
- Convoquen y escuchen a sus posibles audiencias.

Esto garantiza identificar los comportamientos/prácticas alimentarias a modificar.



¿Cuáles son los comportamientos por mejorar o cambiar?

2

- De acuerdo al diagnóstico, hagan una lista de las situaciones que afectan el bienestar en alimentación y nutrición.
- Identifiquen los comportamientos y prácticas que los causan.
- Prioricen qué comportamientos/prácticas se pueden cambiar.



Identificando su audiencia

3

La audiencia es la población con la que trabajarán el cambio de comportamiento.

A la hora de caracterizarla, recuerden averiguar:

- Si hablan su mismo idioma o lengua.
- Si son de algún grupo étnico.
- Si tienen dificultades para leer o escribir.
- Si saben del tema (¿qué ideas, mitos o prácticas culturales tienen?).
- Cómo reciben la información (Reuniones, TV, redes sociales, radio, perifoneo, voz a voz).



¿Cuál es el objetivo de su estrategia?

4

- Definan el objetivo de su estrategia, teniendo en cuenta lo que quieren que su audiencia sepa, entienda y haga para lograr el cambio de comportamiento/práctica que está afectando su bienestar.



Nota: Consulte la Cartilla Estrategia IEC en SAN en el link: www.icbf.gov.co

¿Qué mensajes vamos a comunicar?

5

Construyan mensajes claros y concisos, que su audiencia comprenda. Tengan en cuenta:

- El mensaje es la información que quieren transmitir.
- Usen un vocabulario adecuado a su audiencia.
- Consideren las prácticas culturales.
- Sean tolerantes, respetuosos, no juzguen.
- Utilicen imágenes cuando lo considere pertinente.
- Adecúen los mensajes a la población con discapacidad.



¿Cuáles canales y herramientas educativas utilizar?

6

Escojan las mejores maneras para transmitir el mensaje. Esto implica escoger canales y herramientas.

Los canales tienen una oferta amplia:

- Medios masivos: radio, prensa, TV
- Medios alternativos: emisoras comunitarias, perifoneo, ferias, concursos.
- Medios artísticos: teatro, danza, cine, títeres.

Las herramientas son las piezas de comunicación que seleccionarán de acuerdo con los canales más adecuados para comunicarse con su audiencia.

Arme su combo para darle un mayor alcance al mensaje, utilizando las herramientas educativas disponibles del ICBF o cree unas nuevas.



Línea gratuita nacional ICBF:
01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co



Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura



BIENESTAR FAMILIAR



Así mismo, esta Estrategia integra los enfoques: participativo, territorial y diferencial (género, pertenencia étnica y discapacidad), con el fin de identificar sus estilos de vida, entender y comprender sus prácticas y concertar hacia cambios positivos. De igual manera, recuerde que, al diseñar material pedagógico, éste debe adaptarse a las necesidades propias de estos grupos y poblaciones.

A continuación, encontrará la explicación de cada uno de los pasos de la ruta para el diseño de la Estrategia de IEC para el fomento de prácticas de alimentación saludable.

1

PASO

Reconociendo el camino Diagnóstico

Al finalizar este módulo usted identificará los elementos e información que conforman un diagnóstico, reconocerá los cambios, actitudes y habilidades que se requieren para un cambio de comportamiento y formular un diagnóstico para generar cambios de hábitos y comportamientos



¿Qué es?

- Se entenderá el diagnóstico en la Estrategia de IEC en SAN para fomentar prácticas de alimentación saludable, como un método que permite tener conocimiento sobre su audiencia, las situaciones que las afectan desde el punto de vista alimentario y nutricional, sus actitudes, prácticas, y gustos alrededor de la alimentación, entre otros; información que le aportará los elementos necesarios para la construcción, puesta en marcha de su estrategia y para el fin de la misma, el cambio de comportamientos que promuevan una alimentación saludable Recuerde siempre tener en cuenta el enfoque diferencial.

Por su parte, la estrategia IEC en SAN define el diagnóstico como:

Una investigación en profundidad sobre las percepciones, creencias, actitudes, conocimientos, barreras, motivaciones, preferencias y gustos alimentarios, normas sociales y culturales, necesidades nutricionales y características de una población y su territorio; además incluye factores epidemiológicos, sociales, de calidad de vida y de las formas de aprendizaje. (FAO, 2016, Pág 56)¹⁵

Para elaborar su diagnóstico tenga en cuenta lo siguiente:



Sea participativo:

Es fundamental para una intervención efectiva. Es necesario utilizar metodologías acordes a la población y establecer un buen entendimiento y confianza el grupo de personas con las que va a trabajar.



Escuche al otro:

Dele la oportunidad a las personas de explicar sus opiniones en sus palabras. Su grupo tiene conocimientos claves para definir la intervención.



Comparta con sencillez:

Su conocimiento es novedoso para el grupo, expréselo de una manera cordial y respetuosa.



Centre la discusión:

Utilice la pregunta orientadora "¿De qué forma esta información contribuye a los temas en discusión?, esto le permitirá mantener la ruta y no ir por otro lado en la búsqueda de la información.



Sea flexible:

Esté preparado para ajustar su esquema de trabajo a la agenda y situaciones del grupo de la estrategia.

15. MSPS - FAO. (2016). Estrategia de Información, Educación y Comunicación en Seguridad Alimentaria y Nutricional para Colombia. Marco contextual, normativo, estratégico, conceptual y operativo. Colombia

¿Cómo se hace?

Para realizar el diagnóstico siga estas recomendaciones:

- a. **Recopile la información:** Usted cuenta con diversas fuentes de información para realizar el diagnóstico:

Fuentes de información del diagnóstico

Fuentes secundarias:

Análisis de los sistemas de información del ICBF (Cuéntame y SIM), encuestas nacionales como la ENSIN, información territorial como Análisis de la situación de la Salud – ASIS que realizan anualmente las secretarías de salud municipal o departamental, información de organizaciones u otras instituciones.

Fuentes primarias:

Conocimientos, actitudes, prácticas y habilidades de las personas de la comunidad con las que trabaja, conocimiento, uso y desarrollo de temas, canales y piezas de comunicación, información directa de otros actores.

Fuente: elaboración propia Convenio ICBF-FAO

Use sus herramientas de trabajo:

- Utilice la información de su territorio relacionada con la Seguridad Alimentaria y Nutricional: información elaborada por la Alcaldía, la Gobernación, las secretarías de salud, universidades, hospitales (datos de salud y nutrición de la población) y otras del nivel nacional y territorial que le permitan conocer la situación de la población donde va a desarrollar su estrategia.
- Apóyese en la información documental de la página web www.icbf.gov.co del ICBF donde encontrará la ENSIN – ENSANI, Observatorio de bienestar y niñez del ICBF, entre otras.
- Recorra a investigaciones realizadas por organizaciones locales, territoriales, nacionales e internacionales.
- Consulte la RED ICEAN en la página web de FAO www.fao.org/red-icean para tener acceso a información relacionada con educación alimentaria y nutricional y el fomento de prácticas de alimentación saludable.



¿Cómo incorporamos el enfoque diferencial en este paso? No olvide identificar información que permita comparar las cifras de la situación salud y nutrición y prácticas de alimentación y nutrición entre la población general y grupos étnicos de su territorio, entre hombres y mujeres, y personas con discapacidad.



- Una vez revisado todo el material haga una lista de problemáticas. Por Ejemplo:

Tabla 1. Identificación de principales problemáticas según temáticas centrales de EAN del ICBF

Temáticas centrales en EAN del ICBF	Problemática	Grupo de edad más afectado	Zona geográfica donde se presenta más este problema	Grupos más vulnerables
Lactancia Materna	Baja práctica de lactancia materna exclusiva hasta los seis meses	Madres en periodo de lactancia y niños y niñas menores de seis meses	Casco urbano	Familias madres cabezas de hogar
Alimentación complementaria	Inicio de la alimentación complementaria antes de los seis meses de edad	Niños y niñas de cero a seis meses	Zonas rurales y rurales dispersas	Población indígena
Seguimiento nutricional	Desnutrición aguda en niños menores de cinco años	Niños y niñas menores de cinco años	Zona rural	Población indígena

Fuente: Elaboración propia. Convenio 1259/2019 ICBF-FAO

- b. Convoque, escuche y fomente el diálogo:** Una vez recopilada la información, es necesario conocer la opinión de la audiencia¹⁶ para establecer con mayor precisión sus conocimientos, actitudes, prácticas, creencias y habilidades sobre la problemática y cómo, a través de los procesos de educación alimentaria y nutricional efectiva se podría ayudar a desarrollar un cambio de comportamiento para lograr un estilo de vida saludable. Este es un ejercicio que parte del principio de escuchar, convocar y fomentar, que la audiencia exprese su opinión y aporte soluciones desde sus realidades.



Es importante tener en cuenta que la Audiencia se refiere a la población objetivo de la Estrategia de IEC en SAN para el fomento de prácticas alimentarias saludables. Comunidad específica con la cual se va realizar la estrategia, hacen parte de las familias, comunidades que participan en las diferentes modalidades del ICBF

Existen múltiples técnicas para desarrollar la búsqueda de esta información; desde desarrollar encuestas, sondeos de opinión, convocar grupos focales o desarrollar prácticas pedagógicas como el árbol de problemas, sociodramas, etc. Todas estas técnicas le darán una información valiosa sobre aspectos relacionados con las barreras y las oportunidades del cambio de comportamiento que quiere lograr.

Estructure la técnica que más se ajuste a las habilidades u oportunidades de su audiencia, pero tenga en cuenta que ésta debe permitir obtener la siguiente información:

- Identifique ¿cuáles son las posibles causas de la problemática, vistas desde la comunidad?**

Clasifique las causas que la comunidad identifica como lo describe el Modelo Ecológico Social, por ejemplo:

La baja práctica de lactancia materna exclusiva hasta los seis meses puede estar influenciada por muchos factores como:

Nivel individual:

- Mitos y creencias relacionadas con la práctica de lactancia materna.
- Desconocimiento de la forma de extraer y conservar la leche materna.
- Desconocimiento de técnicas de amamantamiento adecuadas para evitar el dolor y las complicaciones especialmente en las primeras semanas después del parto.

◆ Nivel familiar/grupal:

- Refuerzo de los mitos y creencias relacionados con la práctica de lactancia materna por parte de familiares y personas de la comunidad.
- Experiencias poco exitosas de pares de la comunidad.
- Consejos de la comunidad o pares para facilitar la alimentación del recién nacido o niños pequeños a través del uso de biberones y fórmulas lácteas.

◆ Nivel comunitario/institucional:

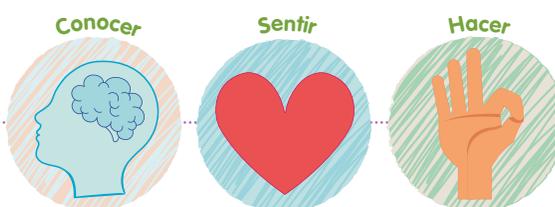
- Poco apoyo y asesoría por parte del personal de salud para resolver dificultades durante la práctica de lactancia materna.
- En el ámbito laboral hay desconocimiento de las normas, reglas que favorecen la práctica de lactancia materna.
- Venta de fórmulas lácteas sin ninguna restricción en farmacias.
Estigmatización de la comunidad frente a la práctica de lactancia materna

◆ Nivel nacional:

- Licencia de maternidad limitada.
- Los trabajadores informales no cuentan con licencia de maternidad ni beneficios para lograr una práctica de lactancia materna exclusiva hasta los seis meses.
- Fuertes campañas publicitarias para ofrecer biberón y fórmulas lácteas a niños y niñas menores de dos años.

Al realizar la identificación de las posibles causas, se pueden reconocer prácticas inadecuadas de alimentación a nivel individual, familiar y comunitario, las cuales a través de las actividades de educación alimentaria y nutricional que se consoliden en una Estrategia de IEC, pueden generar cambios de comportamiento que favorezcan la adopción de estilos de vida saludables.

- ◆ Identifique los actores relevantes. ¿Cuáles son los actores que afectan de forma positiva o negativa la problemática?
- ◆ Descubra qué tanto saben sobre el tema que se quiere abordar. ¿Cuáles son los conocimientos, actitudes, habilidades y prácticas que tiene la audiencia frente a las problemáticas identificadas?
- ◆ Relacione cuáles son los recursos de comunicación disponibles ¿Cuáles son las formas de comunicación que se usan en la zona donde va a desarrollar su estrategia IEC (medios de comunicación masivos como la radio y la televisión, reuniones comunitarias, ferias, etc.)



Es indispensable la participación de la audiencia en todo el proceso para que se sientan parte del mismo y, una vez concluya su acompañamiento, asuman el liderazgo del proceso.

Además, es natural que dentro del proceso surjan temáticas que no puedan ser abordadas y resueltas mediante una estrategia IEC, por ello es necesario que desde el inicio su audiencia entienda el alcance de la estrategia, el cual es motivar cambios de comportamientos y prácticas de alimentación que estén al alcance de la comunidad, sin embargo, esos temas que se identificaron, que impactan la situación de alimentación y nutrición de los territorios y que no se solucionan mediante estos procesos (como por ejemplo, dificultad para conseguir los alimentos en los municipios o veredas por deterioro de las vías), usted como agente educativo tiene el compromiso de darlos a conocer a otros actores, que puedan llevar esas necesidades sentidas por la audiencia, a instancias de gobierno local como concejos de gobierno, comités de seguridad alimentaria y nutricional, referentes de ICBF territoriales, etc.

Ejemplo

Diagnóstico participativo con madres cabeza de hogar en zona rural del departamento del Cesar

Aquí encontrará recomendaciones para realizar un diagnóstico participativo. En este caso tendremos como grupo priorizado a madres cabeza de hogar en zona rural del departamento del Cesar, teniendo en cuenta que es donde más se han identificado casos de desnutrición aguda en menores de 5 años y se quiere analizar el por qué sucede esta situación y que prácticas se podrían modificar que contribuyan al mejoramiento de su estado de salud y nutrición.

Es importante realizar la búsqueda de información más actualizada que se tenga disponible. Es decir, si se quiere identificar prácticas de alimentación en familias con niños y niñas menores de 5 años, se buscará información reciente, datos estadísticos de máximo cinco años atrás.

a) Análisis situacional. Recopilación y revisión de información disponible sobre la situación de salud y nutrición de las familias en donde la mujer es cabeza de hogar en la zona rural del departamento del Cesar, en las siguientes fuentes de información secundarias:

- ◆ Búsqueda de información sobre la situación de nutrición general del departamento en la ENSIN, identificando diferencias entre la población de la zona rural y zona urbana, grupos étnicos y cabeza de hogar.
- ◆ Se gestionó el acceso a información en la secretaria municipal y departamental para conocer sobre la situación de salud y nutrición de las familias de zona rural del departamento, en donde se logró identificar:
 - Información sobre casos de desnutrición aguda en menores de 5 años, según lugar de residencia, nivel educativo de la madre, ocupación de la madre, número de hijos de la madre, pertenencia étnica, entre otra información que se tenga disponible.
 - Prácticas de alimentación como, por ejemplo: práctica de lactancia materna exclusiva y complementaria, inicio de alimentación complementaria, uso de biberón o leches de fórmula, entre otras, en zona rural, con énfasis en familias con mujeres cabeza de hogar y diferencias según pertenencia étnica, número de hijos por familia.
 - Principales causas de muerte y enfermedad relacionadas con la alimentación y nutrición en familias rurales con énfasis en hogares donde la mujer es cabeza de hogar: Número de casos reportados de muertes por o asociada a la desnutrición aguda en niños menores de 5 años en zona rural comparado con los del casco urbano, principales causas de muerte en menores de 5 años, estado nutricional de las mujeres gestantes y madres en periodo de lactancia en estas zonas, deficiencias de micronutrientes identificadas por el sector salud, entre otras.

- ◆ Identificación de actores que influyen en estas familias para la adopción de las prácticas identificadas como, por ejemplo: abuelas, parteras, madres comunitarias, facilitadores, profesionales de salud, entre otros.

Nota: Si no se encuentra información cuantitativa relacionada con el tema que quiere analizar, puede basarse en las fuentes primarias o información cualitativa que pueda disponer.

b) Entrevistas con actores claves. Una vez identificadas las principales prácticas que afectan la salud y nutrición de la comunidad con la que trabaja, identifique los actores que se encuentran relacionados con esta práctica, es importante conocerlos, entablar conversatorios, escucharlos, entenderlos y establecer cuáles son los roles de cada actor en la apropiación de la práctica. En este ejemplo, al indagar con las madres cabeza de hogar de zonas rurales del Cesar, quienes en su mayoría trabajan en el campo o ciudad, deben dejar a sus hijos o hijas al cuidado de terceros. Esta situación evidenció que los actores que influyen de manera directa en las decisiones de las madres frente a qué alimentos ofrecer a su hijo o hijas cómo y cuándo fueron: el cuidador como las abuelas, tías, familiares, madre comunitaria, entre otros).

En esta etapa se deben realizar entrevistas grupales e intercambios de saberes con las personas que cuidan los menores de edad. Esta interacción permitirá conocer la audiencia a la que se va dirigir la estrategia, conocer las razones de la adopción de las prácticas identificadas y capturar el punto de vista de los diferentes actores, ayudando a identificar la forma en que se debe llegar a ellos para motivar los cambios de comportamientos.

c) Grupos focales y actividades participativas con las madres cabezas de hogar en zonas rurales. Involucrando a madres de diferentes edades, actividades que desarrollan y procedentes de diferentes veredas de los municipios del departamento de Cesar donde usted tiene influencia dentro de su trabajo. Estos grupos focales se deben preparar previamente, a través del diseño de preguntas que orienten la identificación de prácticas de alimentación en los hogares, especialmente en los niños y niñas en este caso menores de 5 años y conocer el por qué de su adopción, esto permitirá obtener información cualitativa valiosa para el análisis de la situación y orientar los objetivos de la estrategia IEC en SAN.

d) Encuestas digitales a madres cabeza de hogar de zonas rurales. Por medio de herramientas digitales, se puede también contar con información cualitativa de las prácticas de alimentación y conocer el por qué de las mismas a un mayor número de personas, que por tiempo no puedan asistir a grupos focales o entrevistas. Se recomienda realizar preguntas sencillas, claras y no muy numerosas, para que permita su diligenciamiento adecuado. En estas preguntas, también se puede indagar sobre las herramientas educativas y canales que más fácil acceso y preferencia tienen para poder orientar la estrategia IEC en SAN.

Como resultado de la integración y análisis de la información recopilada la cual debe ser analizada y validada con el equipo interdisciplinario del programa o modalidad, se elabora un informe. Es importante mencionar que no se trata de un estudio representativo de toda la población, sino como una muestra del diagnóstico, la cual no es suficiente para generalizar sus conclusiones.

Los Análisis de Situación de Salud (ASIS) permiten caracterizar, medir y explicar el perfil de salud-enfermedad de una población incluyendo los daños y problemas de salud así como sus determinantes, sean estos, competencia del sector salud o de otros sectores. Los ASIS facilitan la identificación de necesidades y prioridades en salud, así como la identificación de intervenciones y programas apropiados y la evaluación de su impacto en salud. Nivel nacional, departamental y distrital. Se puede consultar en: <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/epidemiologia/Paginas/analisis-de-situacion-de-salud-.aspx>

Actividad



¡Ahora es su turno! Usted va a diseñar una estrategia IEC para fomentar prácticas de alimentación saludable, y va a empezar por elaborar el diagnóstico de la población que atiende en la modalidad del ICBF en la que desarrolla las acciones de educación alimentaria y nutricional. Inicie por el diagnóstico de fuentes secundarias, para ello utilice este formato:

Descripción: Investigue sobre las necesidades y problemáticas que se presentan en la comunidad que atiende en la modalidad donde va a implementar su estrategia IEC y que se relacionan con alimentación y nutrición, utilice fuentes como las mencionadas anteriormente (ENSIN, ENSANI, ASIS, datos de la alcaldía, gobernación, nacionales, informes de seguimiento nutricional del ICBF, etc.).

1. Una vez revisadas las fuentes secundarias a las que haya tenido acceso, haga un listado de las problemáticas que se presentan en el territorio y que afectan la salud y el bienestar de la población.

◆ _____
◆ _____
◆ _____
◆ _____
◆ _____

2. Identifique qué grupo de la población de su territorio podría brindarle información adicional sobre las situaciones y problemáticas que identificó relacionadas con la alimentación y nutrición.

◆ _____
◆ _____
◆ _____
◆ _____
◆ _____

3. ¿Qué preguntas orientadoras le haría al grupo identificado para enriquecer el diagnóstico sobre las problemáticas que se presentan en su comunidad y territorio?

◆ _____
◆ _____
◆ _____
◆ _____
◆ _____

Ahora, fortalezca el diagnóstico con las personas directamente relacionadas, la comunidad con la que usted trabaja en la modalidad del ICBF (fuente primaria). Convoque un grupo de usuarios de la modalidad con que trabaja, para realizar preguntas que alimenten el diagnóstico preliminar que tiene (grupos focales), realice con ellos las siguientes actividades:

- ◆ Puede organizar los grupos por: lugar de residencia, por grupos de edades, por condiciones particulares de inclusión (discapacidad, víctimas del conflicto) o por etnia, le sería útil para evidenciar las opiniones de actores que tradicionalmente están excluidos.
- ◆ Recuerde que los conocimientos que posee como agente educativo se ponen al servicio de los grupos con los que va a trabajar, no se imponen, ellos también tienen conocimientos que deben ser valorados y tenidos en cuenta.
- ◆ Haga preguntas orientadoras a la población sobre las problemáticas y necesidades que usted identificó en el diagnóstico preliminar (revisión de fuentes secundarias), para que la población hable sobre ellas, expresen:

Seguimiento y monitoreo

Resolver las siguientes preguntas, le permitirá identificar si logró reconocer las principales problemáticas relacionadas con alimentación y nutrición de la población con la que trabaja o si debe profundizar en la información. ¡Así que ánimo!!!

PREGUNTA	RESPUESTAS	MARCA CON UNA "X"	VALORES DE REFERENCIA	PUNTAJE OBTENIDO
1. ¿Se logró identificar los principales problemas en la comunidad con la que trabaja?	SI		2 puntos	
	NO		0 puntos	
2. ¿Cuántas problemáticas se lograron identificar con información de fuentes secundarias?	Entre 1 y 5		5 puntos	
	Entre 5 y 10		2 puntos	
	Más de 10		0 puntos	
3. ¿Cada problemática tiene información sobre la población (edades, sexo, nivel educativo) más afectada?	SI		2 puntos	
	NO		0 puntos	
4. ¿Cada problemática tiene información sobre las zonas geográficas (rural, urbano, zona dispersa) más afectada dentro de su territorio?	SI		2 puntos	
	NO		0 puntos	
5. ¿Cada problemática tiene información sobre los grupos de población (niños, niñas, hombres, mujeres, gestantes indígenas, etc) más afectada dentro de su territorio?	SI		2 puntos	
	NO		0 puntos	
TOTAL				

- ◆ Si se obtuvo un puntaje total entre 11 y 13: Realizó un ejercicio de diagnóstico apropiado.
- ◆ Si se obtuvo un puntaje total entre 9 y 10: Puede complementar información para identificar las situaciones relacionadas con alimentación, nutrición y estilos de vida, de manera completa.
- ◆ Si se obtuvo un puntaje total menor de 9: Realice una reunión adicional con otros actores que le brinden más información (profesionales de los hospitales, entre otros).

2

PASO

¿Cuáles son los comportamientos por mejorar o cambiar?

Al finalizar este módulo, usted reconocerá los elementos básicos para la priorización y definición de las temáticas en el desarrollo de la estrategia IEC



¿Qué es?

- ◆ Para avanzar en la estrategia IEC, una vez usted ha realizado una identificación de problemáticas sobre alimentación y nutrición en su comunidad, ahora deberá identificar y priorizar cuáles son las prácticas y comportamientos que se pueden modificar o cambiar, que contribuyan a mejorar esas problemáticas y lograr una alimentación y estilos de vida saludables.

Recuerde que hay problemáticas que no pueden ser modificadas por las estrategias IEC ni desde la misión del agente educativo, algunas problemáticas requieren un cambio desde las políticas nacionales, por esta razón, es importante que clasifique las problemáticas y posibles causas e identifique cuáles se pueden mejorar con estrategias IEC, de aquellas que requieren acciones desde las políticas y los sistemas gubernamentales.

Es por esta razón, la importancia de realizar un diagnóstico previo que permita conocer el entorno de las comunidades, iniciando el entorno familiar hasta el nacional que incluye las políticas públicas, lo que permite comprender las problemáticas y la influencia de los entornos en ellas, de esta manera orientan las acciones a desarrollar en los entornos en los cuales se tiene influencia directa como el familiar, comunitario y educativo.

Tenga en cuenta que los comportamientos/prácticas a mejorar o modificar deben responder a las problemáticas, necesidades e intereses de las audiencias, por lo cual es importante considerar elementos relacionados con el género, la pertenencia a un grupo étnico y personas con discapacidad, por ello el diagnóstico nos permite conocer, cómo estas problemáticas son sentidas de diferentes maneras, de acuerdo al grupo al que pertenecen y su cambio de comportamiento/práctica también es de diferente abordaje.

Los objetivos de su Estrategia IEC, deben contemplar que su audiencia tenga un mejor conocimiento sobre el comportamiento/práctica que afecta su bienestar, comprendan las razones por las que es necesario cambiar o mejorar ese comportamiento/práctica, pero debe buscar que su audiencia realmente modifique ese comportamiento/práctica.



¿Cómo se hace?

- ◆ Ahora que sabe a qué hace referencia este módulo, es momento de aprender cómo se identifican y seleccionan los comportamientos para mejorar o cambiar.

1. A partir del diagnóstico realizado y a la identificación de problemáticas relacionadas con prácticas de alimentación que generan un inadecuado estado nutricional en la población, haga una lista de máximo cinco problemáticas más importantes:

Ejemplo:

- ◆ Baja práctica de lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad.
- ◆ Aumento de las enfermedades diarreicas en menores de 5 años.
- ◆ Exceso de peso (Sobrepeso y obesidad) en los niños, niñas y adolescentes.

- ◆ Presencia de roedores en las casas y sus alrededores.
- ◆ Bajo peso para la talla en los niños y niñas menores de dos años de edad.

- ◆ **2.** Posterior a listar las principales problemáticas, usted deberá identificar los comportamientos/prácticas o actitudes que pueden ocasionar esas problemáticas. No olvide que la selección de estos comportamientos debe complementarse con la participación de las personas, ya sea con grupos focales, entrevistas, entre otros.

¡Recuerde!

Los comportamientos a cambiar o modificar deben representar necesidades sentidas de las personas o comunidades, comprender sus realidades orientará de mejor manera la implementación de la Estrategia IEC



Ejemplo

PROBLEMÁTICA	COMPORTAMIENTOS QUE DEBEN SER MODIFICADOS
Baja práctica de lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Falta de acompañamiento por parte del sector salud para garantizar la adherencia a la práctica de lactancia materna después del parto y post parto. ◆ Falta de apoyo (familiar, comunitario e institucional) para lograr una práctica de lactancia materna exclusiva exitosa. ◆ Mitos y creencias de la lactancia materna y la alimentación complementaria que obstaculizan esta práctica, y el inicio precoz o tardío de la alimentación complementaria. ◆ Formulación de leches artificiales por parte del sector salud.
Exceso de peso (Sobrepeso y obesidad) en los niños, niñas y adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Incremento del consumo de bebidas azucaradas (Gaseosas, bebidas en polvo, jugos procesados). ◆ Aumento del tiempo frente al televisor, computador y celular. ◆ Poco consumo de frutas y verduras.
Presencia de roedores en las casas y sus alrededores	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Acumulación de basuras en las casas y alrededores ◆ Botar basuras en las calles. ◆ Dejar desperdicios al lado de las casas. ◆ Desconocimiento de prácticas de reciclaje
Aumento de las enfermedades diarreicas en menores de 5 años	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Inadecuada manipulación de los alimentos durante la preparación y consumo. ◆ Poco lavado de manos por parte de quien prepara y ofrece la alimentación a los niños y niñas pequeños (as). ◆ Baja práctica de lactancia materna en niños y niñas menores de 2 años. ◆ Agua no apta para el consumo humano. ◆ Desconocimiento de la población para el manejo adecuado del agua.
Bajo peso para la talla (desnutrición aguda) en los niños y niñas menores de dos años de edad	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Poco consumo de carne, pollo, pescado, huevo, vísceras por los niños y niñas mayores de 6 meses y menores de 2 años. ◆ Baja práctica de lactancia materna en niños y niñas menores de 2 años. ◆ No asistencia al programa de crecimiento y desarrollo. ◆ Desconocimiento por parte de los padres, madres y cuidadores de niños y niñas menores de dos años sobre las cantidades, consistencias y alimentos que deben ofrecer a partir de los 6 meses de edad. ◆ Inicio tardío o precoz de la alimentación complementaria con baja calidad, cantidad e inadecuada consistencia. ◆ Uso del biberón o chupos de entretención.

◆ 3: Analice los hallazgos

Con la participación del grupo de personas priorice los cambios de conducta que se quieren trabajar. Para hacerlo compare los resultados del diagnóstico, lo expresado por las personas y el propósito de la actividad educativa.

Utilice técnicas como Ordenar y Clasificar. La idea es listar las conductas que se quieren cambiar y por votación preferencial se elige la de mayor votación. Es importante que el facilitador tenga en cuenta consideraciones como viabilidad y sostenibilidad (es decir que el comportamiento pueda cambiarse a través de una estrategia IEC) y sostenibilidad (se refiere al logro del cambio de comportamiento/práctica sea duradero).

◆ **Aspectos claves para la priorización de cambios de comportamiento y modos de comunicación en la Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable**



Priorice los comportamientos teniendo en cuenta problemáticas definidas y sentidas por la comunidad.

◆ **Para priorizar estos comportamientos/prácticas tenga en cuenta:**

1. Establezca la severidad y magnitud: se establece teniendo en cuenta el número de personas afectadas por la práctica identificada, en relación con la población total, responda:

- ◆ a. ¿El comportamiento o práctica identificada pone en riesgo la vida y salud de las personas?

SI _____ NO _____

- ◆ b. ¿Qué cantidad de personas se ven afectadas por la práctica identificada?

Ejemplo:

El comportamiento o práctica identificada es: Mitos y creencias de la lactancia materna y la alimentación complementaria que obstaculizan esta práctica, y el inicio precoz o tardío de la alimentación complementaria

¿El comportamiento o práctica identificada pone en riesgo la vida y salud de las personas? **SI**

¿Qué cantidad de personas se ven afectadas por la práctica identificada? En el Cesar el 80% de los niños y niñas reciben alimentos diferentes a la leche materna desde los dos meses de edad.

◆ 2. Eficacia:

Se tienen en cuenta los recursos y herramientas actuales que ayudarían al cambio del comportamiento/práctica. Los problemas difíciles de solucionar no deben ser priorizados en este ejercicio. Sólo aquellos que desde la Educación Alimentaria y Nutricional tienen una posible solución.

- ◆ a. ¿La práctica/comportamiento identificado puede modificarse con utilización de pocos recursos económicos y hace parte de la misión del ejercicio del agente educativo del ICBF?

PRÁCTICA/ COMPORTAMIENTO A MODIFICAR	RECURSOS ECONÓMICOS ALTOS (si se requieren recursos económicos altos no se debe priorizar)	ES POSIBLE MODIFICAR EL COMPORTAMIENTO DESDE LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

Ejemplo:

- ◆ El comportamiento o práctica identificada es: Mitos y creencias de la lactancia materna y la alimentación complementaria que obstaculizan esta práctica, y el inicio precoz o tardío de la alimentación complementaria.

Este comportamiento o práctica no requiere de recursos económicos altos, ya que se puede reforzar en las actividades de educación alimentaria y nutricional y articularse con el sector salud para que todos envíen el mismo mensaje a las familias, diseñando herramientas que acompañen esta labor e identificando los canales de comunicación más utilizados por las familias de niños y niñas menores de 6 meses.

Tenga en cuenta...

Una estrategia IEC debe enfocarse en comportamientos/ prácticas específicas por cambiar o modificar para lograr mejores resultados.

La priorización permite definir un orden para desarrollar las estrategias IEC, sin embargo, esto no quiere decir que aquellos comportamientos que no son priorizados en primer lugar no se deban abordar, deben ser contemplados en las siguientes intervenciones en IEC.

De igual manera, aquellas prácticas que no fueron priorizadas teniendo en cuenta que deben ser abordadas en escenarios políticos, es importante informarlas en otros espacios para ser tomadas en cuenta.



¡Recuerde!

Teniendo en cuenta el enfoque diferencial, recuerde que hay prácticas de alimentación que son culturalmente apropiadas y aceptadas por grupos de población, es importante conocerlas, entenderlas, no cuestionarlas, esto permitirá enfocar más adelante las actividades a realizar con la comunidad.

Actividad

A continuación, se presenta el ejemplo de la situación de un municipio; a partir de esta información realice la priorización del comportamiento, teniendo en cuenta lo aprendido en este paso:



Caso

La vereda “El Tablado” se ubica en la costa del país, la mayor parte de su población pertenece a grupos indígenas que viven en las zonas rurales dispersas. En la vereda se producen alimentos como plátano, yuca, naranja, maíz y mango. Las vías se encuentran en mal estado y el desplazamiento a la cabecera municipal se dificulta. Durante los últimos años la población ha presentado algunas situaciones como inicio de la alimentación complementaria antes de los seis meses de edad y la constante aparición de anemia en niños menores de dos años. Gran parte de las madres y cuidadores de los niños y niñas no saben leer ni escribir, usualmente tienen radios en sus hogares y se reúnen con los líderes de la comunidad para aprender sobre diferentes temas de vida.

Usted es un agente educativo que trabaja en una modalidad del ICBF y debe definir el comportamiento a cambiar, que será la base de la estrategia IEC a partir del caso:

Enuncie las problemáticas

- ◆ _____
- ◆ _____
- ◆ _____

Identifique los comportamientos relacionados con las problemáticas

PROBLEMÁTICA	COMPORTAMIENTOS QUE DEBEN SER MODIFICADOS

¿Qué aprendí?

En este espacio puede escribir sus aprendizajes de este módulo, así como las ideas claves que deberá tener en cuenta a la hora de identificar los comportamientos a modificar o cambiar.



Seguimiento y monitoreo

◆ ¿Cuántos comportamientos específicos se han identificado?

Para tener una guía del trabajo realizado, se pueden responder estas preguntas:

- ◆ ¿La comunidad tienen conocimientos sobre las problemáticas identificadas en la comunidad?
- ◆ ¿La comunidad conoce los riesgos de esas problemáticas identificadas y cómo afectan la salud y nutrición en la vereda, la familia y el individuo?



- ◆ ¿La comunidad conoce las prácticas inadecuadas que ponen en riesgo la salud y nutrición en la vereda/barrio, la familia y el individuo?
- ◆ ¿La comunidad quiere cambiar esas prácticas inadecuadas para mejorar su salud y la nutrición?



- ◆ ¿La comunidad hace cambios en sus comportamientos para mejorar su salud y nutrición?



3

PASO

Identificando su audiencia.

Al finalizar este módulo usted contará con elementos que le permitan identificar y caracterizar la audiencia con la cual usted desarrollará la estrategia IEC.



¿Qué es?

- ◆ En la estrategia IEC en SAN para fomentar prácticas de alimentación saludable del ICBF, es importante definir la audiencia (población) con la cual se trabajará el cambio de comportamiento de acuerdo con la problemática priorizada. Estas personas cuentan con unos conocimientos previos, necesidades y problemáticas que son identificadas a través del diálogo y la escucha con el facilitador.

La identificación del grupo o audiencia es una actividad que va surgiendo desde que usted inicia el diagnóstico y se refuerza en la identificación de problemáticas y su priorización.

Tenga en cuenta...

El conocimiento previo de la audiencia a quien va dirigida la Estrategia, de sus intereses, necesidades, conocimientos, le permitirá definir cuál será la mejor manera de abordarla y de construir las herramientas educativas que soporten su estrategia.



¿Cómo se hace?

- ◆ 1. A partir de la problemática definida y los comportamientos/prácticas que deben ser modificados, haga una lista de los actores involucrados teniendo en cuenta los entornos del modelo ecológico social revisado al inicio de la cartilla.

Ejemplo:

COMPORTAMIENTO QUE SE DESEA MEJORAR O CAMBIAR	AUDIENCIAS Y ENTORNOS PRIORITARIOS PARA LA EAN			
	Familiar	Educativo	Laboral	Espacios públicos y comunitarios
Inicio de la alimentación complementaria de manera precoz	Compañero, esposo, abuelos, cuidadores, familiares cercanos.	Pedagogas infantiles de sala cunas	Compañeros/as de trabajo, jefes, coordinadores.	Tenderos. Vecinos. Madres comunitarias

- ◆ 2. Priorice la audiencia a partir de preguntas como:
 - ◆ ¿El grupo hace parte de las personas que están al alcance de mi labor?
 - ◆ ¿El grupo está relacionado directa o indirectamente con el cambio de comportamiento?

Tenga en cuenta...

La audiencia son aquellas personas que están más relacionados con la problemática, no solo por verse más afectados, sino por representar el mayor apoyo a la hora de hacer transformación del comportamiento y el mantenimiento del mismo.



Ejemplo:

- ◆ Luz es agente educativa de la una modalidad del ICBF y desarrolla actividades de EAN, los niños y niñas de las familias con las que trabaja se encuentran entre los dos y doce meses. Luz identificó que tres de los bebés menores de seis meses están recibiendo en sus hogares alimentos como compotas industrializadas y sopas. Después de entrevistar a las familias de los bebés, determinó que las principales causas de la situación son: ausencia de la madre por trabajo y la falta de apoyo de la familia en las labores del hogar. Luz identificó que el comportamiento/práctica a mejorar está relacionado con “el apoyo para el amamantamiento”, a continuación, priorizo sus audiencias.

AUDIENCIAS	¿EL GRUPO HACE PARTE DE LAS PERSONAS QUE ESTÁN AL ALCANCE DE MI LABOR?	¿EL GRUPO ESTÁ RELACIONADO DIRECTA O INDIRECTAMENTE CON EL CAMBIO DE COMPORTAMIENTO?
Padres, madres y cuidadores	SI	DIRECTAMENTE
Docentes y cuidadoras	SI	DIRECTAMENTE
Compañeros/as de trabajo	SI	INDIRECTAMENTE
Tenderos	NO	INDIRECTAMENTE
Vecinos	NO	INDIRECTAMENTE
Madres comunitarias	NO	INDIRECTAMENTE

- ◆ 3. Después de priorizar, caracterice detalladamente la audiencia o grupo interlocutor respondiendo las siguientes preguntas.

- ◆ **¿Cómo** son las personas con las que quiero trabajar la estrategia IEC? ¿cuántos son? ¿dónde están? ¿cuál es su nivel educativo?, ¿qué idioma hablan?, ¿en qué trabajan? ¿cómo es la familia? ¿pertenecen a grupos étnicos? ¿las personas tienen alguna discapacidad?
- ◆ **¿Cuánto** saben sobre el tema? ¿qué es lo que saben? ¿cuáles son sus opiniones? ¿qué hacen al respecto? ¿cuáles son sus creencias, prácticas o tradiciones?
- ◆ **¿Dónde** consiguen información sobre el tema? ¿leen? ¿escuchan radio? ¿ven TV? ¿tienen acceso a internet? ¿a través de vecinos, líderes, otros?

¡Recuerde!

Caracterizar a la audiencia permitirá comprender sus necesidades, sus deseos e intereses, de esta forma podrá sensibilizarlos a través de sus acciones de EAN.

Sentir

**Ejemplo:**

AUDIENCIA Y PRÁCTICA IDENTIFICADA	DESCRIPCIÓN DE LA AUDIENCIA
<p>Padres, madres y cuidadores de niños y niñas menores de seis meses de las familias que hacen parte del CID “Las Palmeras”.</p> <p>Se identificó que los niños y las niñas reciben alimentos complementarios a la leche materna antes de los seis meses de edad.</p>	<p>Hombres y mujeres entre 30 y 50 años, viven en la zona urbana, tienen un nivel educativo de secundaria incompleta, pertenecen a familias extensas, algunos son afro y algunos tienen discapacidad auditiva.</p> <p>Consideran que la lactancia materna requiere de mucho tiempo y dedicación y que existen “alimentos” que son más sencillos de preparar y ofrecer a los bebés.</p> <p>Se informan a partir de la televisión y las redes sociales, no les gusta leer y tampoco asisten a las reuniones de capacitación que el CDI con su equipo de profesionales por falta de tiempo.</p>

No olvide...

Escribir las características de la audiencia es una herramienta útil que debe tener en cuenta en el desarrollo de los siguientes pasos de la estrategia.



¡Recuerde!

Es importante identificar la lengua que hablan, conocimientos, prácticas culturales frente a la alimentación y nutrición.

Así mismo, debe identificar diferencias entre las características de hombres y mujeres con las que usted trabaja: ¿en qué trabajan?, ¿qué conocen del tema? ¿quién prepara los alimentos? ¿quién aporta el recurso económico para la compra de los alimentos? ¿quién toma las decisiones frente al consumo de alimentos en el hogar? Y todas aquellas preguntas que usted crea necesarias.

Actividad

La vereda "El Tablado" se ubica en la costa del país, la mayor parte de su población pertenece a grupos indígenas que viven en las zonas rurales dispersas. La vereda cuenta con producción de alimentos como plátano, yuca, naranja, maíz y mango. Las vías se encuentran en mal estado y el desplazamiento a la cabecera municipal se dificulta. Durante los últimos años la población ha presentado algunas situaciones como inicio de la alimentación complementaria antes de los seis meses de edad y la constante aparición de anemia en niños menores de dos años. Gran parte de las madres y cuidadores de los niños y niñas no saben leer ni escribir, usualmente tienen radios en sus hogares y se reúnen con los líderes de la comunidad para aprender sobre diferentes temas de vida.

Usted es un agente educativo que trabaja en una modalidad de ICBF en la "Asociación Los Pececitos", y debe definir la audiencia de acuerdo con lo descrito en el módulo tres.

1. Haga la lista de actores

COMPORTAMIENTO QUE SE DESEA MEJORAR O CAMBIAR	AUDIENCIAS Y ENTORNOS PRIORITARIOS PARA LA EAN			
	Familiar	Educativo	Laboral	Espacios públicos y comunitarios



2: Priorice las audiencias involucradas

AUDIENCIAS	¿EL GRUPO HACE PARTE DE LAS PERSONAS QUE ESTÁN AL ALCANCE DE MI LABOR?	¿EL GRUPO ESTÁ RELACIONADO DIRECTA O INDIRECTAMENTE CON EL CAMBIO DE COMPORTAMIENTO?

3: Caracterice a su audiencia

PREGUNTAS ORIENTADORAS	CARACTERIZACIÓN
¿Cómo son las personas con las que quiero trabajar la estrategia IEC? ¿cuántos son? ¿dónde están? ¿Cuál es su nivel educativo?, ¿qué idioma hablan?, ¿en qué trabajan? ¿cómo es la familia? ¿Pertenecen a grupos étnicos? ¿Las personas tienen alguna discapacidad?	
¿Cuánto saben sobre el tema? ¿qué es lo que saben? ¿cuáles son sus opiniones? ¿qué hacen al respecto? ¿cuáles son sus creencias, prácticas o tradiciones?	
¿Dónde consiguen información sobre el tema? ¿leen? ¿escuchan radio? ¿ven TV? ¿tienen acceso a internet? ¿a través de vecinos, líderes, otros?	

¿Qué aprendí?

- ◆ En este espacio puede escribir sus aprendizajes de este módulo, así como las ideas claves que deberá tener en cuenta a la hora de identificar los comportamientos a modificar o cambiar.



Seguimiento y monitoreo

- ◆ Para poder conocer si se identificó la audiencia, utilice la siguiente lista de chequeo que le permitirá dar respuesta:

NO.	PREGUNTA	SI	NO
1	Lista de actores involucrados para lograr los cambios de comportamientos que deben ser modificados.		
2	Los actores se encuentran diferenciados según los entornos del modelo ecológico social revisado al inicio de la guía.		
3	El grupo hace parte de las personas que están al alcance de su labor.		
4	El grupo está relacionado con el cambio de comportamiento.		
5	¿Conoce detalladamente su audiencia?		
	¿Cómo son las personas con las que quiero trabajar la estrategia IEC? ¿cuántos son? ¿dónde están? ¿cuál es su nivel educativo?, ¿qué idioma hablan?, ¿en qué trabajan? ¿cómo es la familia? ¿pertenecen a grupos étnicos? ¿las personas tienen alguna discapacidad?		
	¿Cuánto saben sobre el tema? ¿qué es lo que saben? ¿cuáles son sus opiniones? ¿qué hacen al respecto? ¿cuáles son sus creencias, prácticas o tradiciones?		
	¿Dónde consiguen información sobre el tema? ¿leen? ¿escuchan radio? ¿ven TV? ¿tienen acceso a internet? ¿a través de vecinos, líderes, otros?		
6	¿Tiene conocimiento detallado de la población que va a trabajar en la Estrategia IEC y que tiene pertenencia étnica, o presenta alguna discapacidad?		
7	¿Conoce las diferencias entre las prácticas de alimentación y nutrición entre hombres y mujeres en su comunidad y población con la cual trabaja?		

4

PASO

¿Cuál es el objetivo de su estrategia?

Al finalizar este módulo usted podrá establecer los objetivos de su estrategia que contribuirán a modificar cambios de comportamiento/ prácticas que promuevan el consumo de una alimentación saludable.



¿Qué es?

- ◆ El ejercicio de identificación y priorización de los comportamientos/prácticas que se quieren cambiar o modificar, le permite planear los objetivos de su estrategia, que deben ir más allá de simplemente suministrar información relacionada con alimentación y nutrición, por lo tanto, el objetivo de la actividad educativa deberá enfocarse en modificar el comportamiento priorizado a través del aprender haciendo, como lo indican los Pilares del comportamiento de la Estrategia IEC.

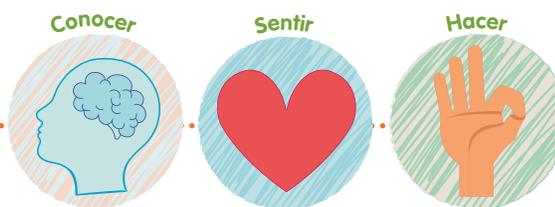
Los objetivos de comunicación/educación dependen de los objetivos generales de la actividad educativa, y deben estar relacionados con los intereses y necesidades de las audiencias.

Defina los objetivos de su Estrategia IEC en SAN para fomentar prácticas de alimentación saludable, teniendo en cuenta lo que quiere que su audiencia sepa, entienda y haga para lograr el cambio de comportamiento/práctica que está afectando su bienestar.

◆ Los objetivos de la Estrategia IEC en SAN: Prácticas alimentarias saludables

Los objetivos de su Estrategia IEC, deben contemplar que su audiencia tenga un mejor conocimiento sobre el comportamiento/práctica que afecta su bienestar, comprenda las razones por las que es necesario cambiar o mejorar, y buscar que la audiencia realmente los modifique.

¿Qué quiere que la audiencia sepa, comprenda y haga?



¿Cómo se hace?

◆ Los objetivos de la estrategia deben ser:

- ◆ Claros y precisos: establecer claramente la población objetivo y los cambios de conducta que se producirán, ejemplo: Estrategia para fomentar el consumo de vísceras en los niños y las niñas a partir de los seis meses de edad.
- ◆ Medibles, realistas y realizables: Los resultados esperados se pueden lograr con los recursos humanos, financieros y en el tiempo disponible.

Trucos claves

- ◆ Describa brevemente la población objetivo con la que quiere abordar temas en educación alimentaria y nutricional: edades, nivel educativo, lugar de residencia, etnias a las que pertenecen, estrato socio económico.
- ◆ A partir de las problemáticas priorizadas defina los objetivos de la estrategia IEC. Tenga en cuenta en enfoque diferencial.

- ♦ Responda las siguientes preguntas: ¿qué quiero que ellos sepan?, ¿qué quiero que entiendan y hagan? Para el ejemplo anterior, el suministro de alimentos antes de los seis meses en algunos bebés de la “Asociación Los Pececitos” de una modalidad del ICBF, los objetivos de la estrategia podrían estar enunciados de la siguiente manera:

1. Que la audiencia sepa que la lactancia materna es el mejor y debe ser el único alimento que se le suministra a un bebé menor de seis meses.
2. Que la audiencia comprenda que la práctica de la lactancia materna requiere de tiempo y apoyo para que sea exitosa.
3. Que la audiencia realice actividades propias del hogar que le permitan a las madres en período de lactancia contar con el tiempo para el amamantamiento.

Ejemplo:

- ♦ **Situación:** Luz es agente educativa de una modalidad del ICBF y desarrolla actividades de EAN, los niños y niñas de las familias con las que trabaja se encuentran entre los dos y doce meses. Luz identificó que tres de los bebés menores de seis meses están recibiendo en sus hogares, alimentos como compotas industrializadas y sopas. Después de entrevistar a las familias de los bebés, determinó que las principales causas de la situación son: el trabajo de la madre y la falta de apoyo de la familia en las labores del hogar. Luz identificó que el comportamiento/práctica a mejorar está relacionado con **“el apoyo para el amamantamiento”**.

Luz, estableció que las audiencias para su estrategia son madres de los niños y niñas menores de seis meses y los familiares que conviven con ellos, que participan de la modalidad y que ofrecen a sus hijos otros alimentos complementarios.

La práctica que Luz identifica se debe modificar para mejorar el bienestar de los bebés es: el ofrecimiento de otros alimentos complementarios a los bebés antes de los seis meses de edad.

Luz establece los objetivos de su estrategia:

- ♦ Quiero que sepan la importancia de la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida, y que la alimentación complementaria debe iniciarse a partir de los 6 meses de edad, para garantizar que el bebé tenga un estado nutricional adecuado.
- ♦ Que entiendan que el inicio precoz de la alimentación complementaria pone en riesgo la salud y la vida de un bebé menor de seis meses de edad.
- ♦ Que tengan una práctica de lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses exitosa y que realicen una introducción adecuada de la alimentación complementaria, a partir de los seis meses de edad del bebé, ofreciendo alimentos sanos, variados en consistencia, cantidad y calidad acorde con su edad.

El objetivo de la estrategia establecido por Luz es:

“Las madres de niños y niñas menores de seis meses que se encuentran en la Asociación “Los Pececitos”, conocen y comprenden la importancia de la práctica de la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses y logran amamantar a sus bebés de manera exclusiva hasta esta edad e inician alimentación complementaria adecuadamente”

Actividad

Ahora es su turno. Usted va a desarrollar una estrategia IEC, utilizando el siguiente formato, elabore sus objetivos.



Situación presentada

“Los niños y niñas menores de 6 meses de una modalidad del ICBF consumen otros alimentos diferentes a la leche materna”

1. ¿Cuál es la audiencia de su estrategia?

2. ¿Qué práctica o prácticas (máximo dos) ha identificado en su audiencia y quiere modificar para mejorar el bienestar y salud nutricional de la población?

3. ¿Qué quiere que su audiencia sepa?

4. ¿Qué quiere que su audiencia entienda?

5. ¿Qué quiere que su audiencia haga?

6. ¿Cuál sería el objetivo de su estrategia?

¿Qué aprendí?

- ◆ En este espacio puede escribir sus aprendizajes de este módulo, así como las ideas claves que deberá tener en cuenta a la hora de elaborar los objetivos de su estrategia que puedan lograr el cambio de comportamiento/práctica.



Seguimiento y monitoreo

- ◆ Para poder conocer si se identificó la audiencia, utilice la siguiente lista de chequeo que le permitirá dar respuesta:

NO.	PREGUNTA	SI	NO
1	<p>¿El objetivo responde a esta pregunta?</p> <p>¿Qué quiero que la audiencia logre, después de implementar la estrategia IEC? Cambios de comportamientos o prácticas identificadas.</p>		
2	¿El objetivo definido incluye la entrega de información específica que aporte al reconocimiento de un Comportamiento/práctica?		
3	¿El objetivo definido incluye el entendimiento de las causas y consecuencias de un Comportamiento/práctica? Mueve emociones.		
4	¿El objetivo definido motiva acciones de cambio para modificar el comportamiento o práctica logrando cambios positivos y efectivos?		

5

PASO

¿Qué mensajes vamos a comunicar?

Al finalizar este módulo usted contará con la información y las herramientas necesarias para construir mensajes efectivos, atractivos, que despierten el interés de su audiencia para adoptar cambios positivos en sus prácticas alimentarias y estilos de vida.



¿Qué es?

- ◆ Los conceptos, temáticas e ideas que se quieren compartir con los interlocutores en una estrategia IEC, pueden ser transmitidos a través de mensajes; su diseño depende de los objetivos de la estrategia, las características del interlocutor a quien van dirigidos y de los canales de comunicación seleccionados para su difusión.

Los mensajes deben invitar a realizar alguna acción y pueden ser difundidos a través de carteles, emisoras comunitarias, cuentos, folletos, obras de teatro, títeres, etc.

Tenga en cuenta...

El mensaje contiene la información que se quiere transmitir y está asociado a la palabra (escrita o hablada) o a las imágenes, pero muy especialmente las emociones, sentimientos, creencias y actitudes. El mensaje debe detallar claramente lo que la audiencia debe conocer y hacer.



Un mensaje eficaz asegura que las personas reciban la información que usted les quiere transmitir, por ello los mensajes deben poseer ciertas características:

- ◆ Están escritos en un lenguaje claro y simple.
- ◆ Están presentados en un formato fácil de entender.
- ◆ Son visualmente atractivos.
- ◆ Se organizan lógicamente.
- ◆ Se entienden desde la primera lectura.

¿Cómo se hace?

- ◆ **Los objetivos de la estrategia deben ser:**

Tomando como base El manual de comunicación para el desarrollo rural de la FAO (2016), se proponen los siguientes pasos para la elaboración de los mensajes:

a. Preparar las especificaciones del mensaje de acuerdo con: el diagnóstico, las características de los interlocutores, el tema clave, la necesidad identificada o la práctica a abordar, la estrategia propuesta para la resolución de la situación, los objetivos de comunicación, el contenido básico y el enfoque de comunicación. El siguiente es un ejemplo de cómo preparar las especificaciones del mensaje:

Diagnóstico: En Colombia, se observa que la práctica de lactancia materna viene en descenso, Actualmente solo tres de cada diez niños y niñas menores de seis meses reciben leche materna de manera exclusiva, y solo en tres de cada diez niños y niñas menores de 24 meses se mantiene -ICBF. ENSIN 2015-. Dentro de las razones por las cuales las mujeres no amamantan a sus hijos se encuentran, “no bajó la leche”, “el niño la rechazó”, problemas relacionados con la práctica (por ejemplo, con la succión), falta de apoyo de parte del compañero o familia, falta de preparación de la madre para retomar sus actividades laborales.

Tabla 2. Aspectos claves en la definición de los objetivos de la Estrategia IEC en SAN

ESPECIFICACIONES DEL MENSAJE	
Temas clave	Disminución de la práctica de lactancia materna a través del tiempo
Características de los actores relevantes	Madres en período de lactancia
Estrategia propuesta para la resolución de problemas	Consejería en lactancia materna durante los primeros días post parto
Objetivos de la estrategia IEC	Que la audiencia sepa y comprenda la importancia de la práctica de lactancia materna y la mantenga de manera exclusiva durante los primeros seis meses de su hijo o hija, con apoyo de la familia y comunidad.
Contenido básico	Importancia de la Lactancia materna exclusiva. Consejería en lactancia materna frente a problemas frecuentes práctica de lactancia materna. Preparación para retomar actividades laborales.
Enfoque de comunicación	Sensibilización, aprender haciendo

Fuente: Elaboración propia. Convenio ICBF-FAO. 2019

b. Definir el contenido: Con base en el punto anterior, definan la idea principal y la información a comunicar, recuerde siempre realizar cada paso de manera participativa, utilizando técnicas como la lluvia de ideas.

¡Recuerde!

En el diagnóstico ya tuvo la oportunidad de conocer las características de su audiencia. Es hora de tenerlas presente para construir mensajes acordes con su cultura, estilo de vida, prácticas de alimentación. Por tanto, los mensajes deben:

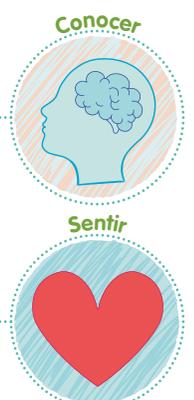
- ◆ Ser escritos o hablados en la lengua indígena o lenguajes acordes a su audiencia.
- ◆ Priorizar el conocimiento de la cultura ajena.
- ◆ Reconocer la cultura propia.
- ◆ Eliminar los prejuicios y estereotipos sobre quienes no conoce.
- ◆ Generar empatía.
- ◆ Se deben usar mensajes que promuevan condiciones de igualdad y equidad entre hombres y mujeres.
- ◆ Los mensajes deben posicionar a la mujer como persona y ciudadana sujeta de derechos y con poder de decisión.



c. Formulación del argumento: debe ser una frase corta, en un lenguaje sencillo, entendible, de fácil recordación y debe ser adaptable a diferentes espacios y canales de comunicación. Recuerde tener en cuenta el enfoque diferencial en la construcción de sus mensajes.

ALGUNOS TIPS PARA DEFINIR LOS MENSAJE

- ◆ Enfóquese en la idea más importante, lo que preocupa a la audiencia
- ◆ Identifique palabras claves y conviértalas en oraciones.
- ◆ Evite lenguaje técnico o palabras científicas.
- ◆ Mantenga el mensaje siempre claro y conciso.
- ◆ El mensaje debe ser corto (no más de 9 palabras)
- ◆ El mensaje debe ser positivo.
- ◆ Apóyese en cifras estadísticas para elaborar el mensaje.
- ◆ Valide el mensaje con familiares o compañeros de trabajo, sino es comprensible ajústelo hasta que lo sea.



d. Decidir sobre el tratamiento del mensaje: significa seleccionar los mejores textos, imágenes o sonidos para comunicarlo teniendo en cuenta:

- ◆ ¿Genera interés?
- ◆ ¿Llama a la acción?

Un mensaje puede ser enviado a través de diferentes canales, esto asegura que le llegue al receptor, porque genera recordación y puede aportar al cambio de comportamiento/práctica alimentaria que se quiere modificar.



Ejemplos

- ◆ Los siguientes son algunos de los mensajes elaborados por agentes educativos, ¡como usted!, en estrategias IEC desarrolladas en los departamentos de La Guajira, Cesar y Putumayo:

TEMA	AUDIENCIA	ENTORNO	MENSAJE
Promoción del consumo de alimentos frescos	Niños escolares	Educativo	<ul style="list-style-type: none"> ◆ ¡Comer frutas, te hace crecer sano y fuerte! ◆ ¡Menos comida empacada y más frutas naturales!
Consumo diario de frutas	Maestros y maestras	Educativo	<ul style="list-style-type: none"> ◆ ¡Las frutas son la mejor golosina, para comer entre comidas! ◆ ¡Su consumo da bienestar a tu cuerpo y alegría a tu corazón! ◆ Frutas ... ¡Si tú las comes, ellos también!
Promoción de lactancia materna exclusiva	Madres en período de lactancia	Comunitario	<ul style="list-style-type: none"> ◆ ¡Si a la teta, no al tete! ◆ ¡Mamá, papá, recuerde que Amamantar salva vidas! ◆ ¡Tejamos vida, lactancia materna exclusiva! ◆ ¡No le coma cuento al agua de arroz, dele solo leche materna!
Importancia de las pausas activas	Profesionales del área administrativa	Laboral	<ul style="list-style-type: none"> ◆ ¡Actividad física = mejor trabajo! ◆ ¡Con salud y amor, mi mundo se mueve mejor! ◆ ¡Una pausa activa, mejora tu vida!
Promoción del consumo de alimentos fuente de hierro	Madre, padre y cuidadores	Hogar	<ul style="list-style-type: none"> ◆ ¡Al momento de hacer tus compras, incluye siempre vísceras, granos y huevo! ◆ ¡Más huerta, menos tienda, tu nevera en el patio!

Seguimiento y monitoreo

- ◆ Para poder identificar si los mensajes planteados son claros, sencillos y de fácil entendimiento, utilice la siguiente lista de chequeo que le permitirá dar respuesta:

NO.	PREGUNTA	SI	NO
1	¿El mensaje está escrito en un lenguaje claro y sencillo?		
2	¿El mensaje es claro para todas las personas a las cuales va a estar dirigido?		
3	¿El mensaje es fácil de entender y genera atención e interés por la población objetivo o audiencia?		
4	¿El mensaje es claro para las personas que pertenecen alguna etnia o tienen alguna discapacidad?		
5	¿El mensaje no refuerza roles de género tradicionales como mujer en la cocina y hombre en el trabajo?		

6

PASO

¿Cuáles canales y herramientas educativas a utilizar?

Al finalizar este módulo usted podrá conocer los canales y herramientas educativas útiles para promover cambios de comportamiento, además de comprender sus alcances y limitaciones.



¿Qué es?

◆ Se entenderá el canal de comunicación como un método para que el mensaje llegue a una audiencia y contribuya al cambio de comportamientos, es lo que se denomina herramientas educativas -FAO, 2012-. En este paso, ya cuenta con la información adecuada para elegir cuál es el canal y la herramienta pedagógica más adecuada porque ya ha identificado:

- ◆ ¿Quién es su audiencia?
- ◆ ¿Cuál es el cambio de comportamiento que quiere lograr?
- ◆ ¿Cuáles son las formas de comunicación disponibles?
- ◆ ¿Cuál es el mensaje que quiere transmitir?

Para seleccionar los canales y las herramientas más adecuadas para transmitir los mensajes de su estrategia IEC es recomendable contar con la participación de un equipo interdisciplinario que incluya a un profesional del área social o psicopedagogo, sin embargo, en aquellos equipos que no cuenten con estos perfiles, el trabajo interdisciplinario y las habilidades generadas en los agentes educativos, junto con el conocimiento de cada uno frente a las problemáticas y necesidades de la comunidad, ayudará a establecer medios y canales efectivos para llegar a ellos.

Si su equipo de trabajo incluye a un pedagogo o profesional del área social este puede ayudar a definir los alcances, los medios, las herramientas educativas, las limitaciones de su estrategia IEC y la forma más eficaz y apropiada de transmitir lo que usted quiere para lograr el cambio de comportamientos y prácticas alimentarias.

Tenga en cuenta...

A partir de la estrategia IEC se busca mejorar o cambiar comportamientos en las personas o comunidades, con la estrategia no se solucionan problemáticas que requieren acciones desde las políticas o sistemas gubernamentales.



¿Cómo se hace?

Hay múltiples canales y herramientas de comunicación. A continuación, usted conocerá cada uno y las posibilidades que ofrece para su estrategia.

◆ El canal de comunicación

Es el medio que utilizará para transmitir su mensaje. Los más reconocidos son los medios masivos prensa, radio, televisión, cine y las redes sociales pero también existen medios de impacto regional emisoras comunitarias, canales locales, etc.; los medios alternativos como teatro, pintura, danza, música y una categoría adicional como: las ferias, los concursos, los eventos locales en general, encuentros comunitarios, etc.

En la siguiente tabla encontrará la descripción de los medios y consideraciones a tener para su uso:

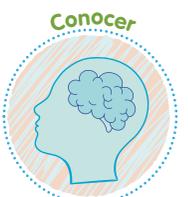
Tabla 3. Descripción de los principales medios de comunicación

MEDIO	DESCRIPCIÓN
La televisión	<p>Este canal permite la transmisión de imágenes y sonido a distancia.</p> <p>Tenga en cuenta que es un medio de mayor acceso en zonas urbanas y la difusión de mensajes en la televisión tiene un mayor costo.</p>
El video	<p>Permite la transmisión de imágenes y sonido a través de dispositivos electrónicos y redes sociales.</p> <p>Es un medio efectivo, sin embargo, tenga en cuenta que debe generar una estrategia para su utilización.</p>
Las filminas y las diapositivas	<p>Este canal permite la transmisión de imágenes y textos a través de un proyector.</p> <p>Las diapositivas y las filminas han demostrado ser una gran ayuda en procesos de capacitación, tenga en cuenta que para su uso se requiere de una pantalla, telón, computador, televisor y electricidad.</p>
La radio	<p>La radio permite la transmisión de audio de entrevistas, crónicas, noticieros, radionovelas y capsulas informativas. Puede generar material para la radio a partir del uso de la grabadora de voz de un celular.</p> <p>Es un buen medio de apoyo para motivar y atraer la atención sobre nuevas ideas y técnicas, pero no es el indicado para proveer información detallada y para la capacitación.</p>
Los rotafolios	<p>Es un medio gráfico que contiene una serie de hojas o folios, permite rotar sus láminas conforme se va desarrollando la sesión y tratar todos los puntos básicos de su contenido.</p> <p>Los rotafolios son de gran ayuda para las personas que trabajan con las comunidades urbanas y rurales.</p>
El material impreso	<p>Hace referencia a medios que permiten realizar lecturas, revisar, presentar gráficas e imágenes de manera impresa.</p> <p>Los materiales impresos bien diseñados y escritos con cuidado según la audiencia son útiles, siendo de bajo costo para las personas que trabajan con las comunidades urbanas y rurales. Debe tener en cuenta los recursos para diseñar, imprimir y distribuir el material, así como, los intereses de la audiencia frente a estos materiales.</p>
Los medios alternativos	<p>Hace referencia a aquellos medios que implican expresiones corporales, literarias, como el teatro, las marionetas y los cuentos.</p> <p>Tenga en cuenta el uso creativo de los medios locales, la cultura de la población y las experiencias previas del uso de estos medios. Puede ser una manera efectiva de abordar aprendizajes y mensajes.</p>

Fuente: **Elaboración propia. Convenio 1259/2019 ICBF-FAO**

Tenga en cuenta...

Puede utilizar varios canales para llegar a su audiencia, sin embargo, esto depende de los recursos y medios locales con que cuenta para el desarrollo de la estrategia IEC.



◆ El canal de comunicación

Para elegir el canal y la herramienta tenga en cuenta los siguientes criterios:

- ◆ Distintos canales sirven para llegar a distintas audiencias.
- ◆ Los grupos de alto nivel educativo necesitan información impresa y técnica para consultar, así que los informes escritos son los más convenientes para ellos.
- ◆ Las personas que no saben leer, necesitan herramientas y canales como las demostraciones para lograr el entendimiento.
- ◆ Las personas con discapacidad visual requieren sistema de lectura braille en textos impresos.
- ◆ Con los grupos étnicos que se comunican a través de lenguas o dialectos pueden utilizarse presentaciones de historietas.



◆ Las herramientas educativas

Hace referencia a la forma como se presenta el mensaje, al igual que en la elección de los canales, debe tener en cuenta las características de la audiencia, el mensaje, el comportamiento que quiere modificarse y los recursos necesarios.

Para el diseño de las herramientas educativas se requiere hacer una planeación detallada, tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:¹⁶

a) Diseño. Utilice la técnica de lluvia de ideas con la comunidad, para definir el diseño más adecuado a partir de los mensajes, las características de la audiencia y el cambio de comportamiento que se quiere lograr.

Responda la siguiente pregunta: ¿cómo hacer para que el material sea atractivo, llame la atención y logre el propósito deseado?

b) Elaboración de las herramientas: tenga en cuenta los siguientes elementos:

- ◆ No pierda de vista el **mensaje** que desea transmitir y la audiencia priorizada.
- ◆ Los **comportamientos a modificar** deben orientar la selección de las herramientas.
- ◆ Tenga en cuenta los **recursos económicos, humanos, culturales** con los que cuenta para la elaboración de la herramienta.
- ◆ Seleccione el **formato** que responda al canal seleccionado, ya sea impresos, visual, sonoro, arte, etc.
- ◆ Establezca la **cantidad de herramientas** a desarrollar. (Nº de cartillas, Nº de videos, Nº de presentaciones artísticas, etc.)
- ◆ Realice un cronograma en el que considere el **tiempo de producción** (es diferente el tiempo para producir un video o una cartilla o para organizar un evento comunitario).

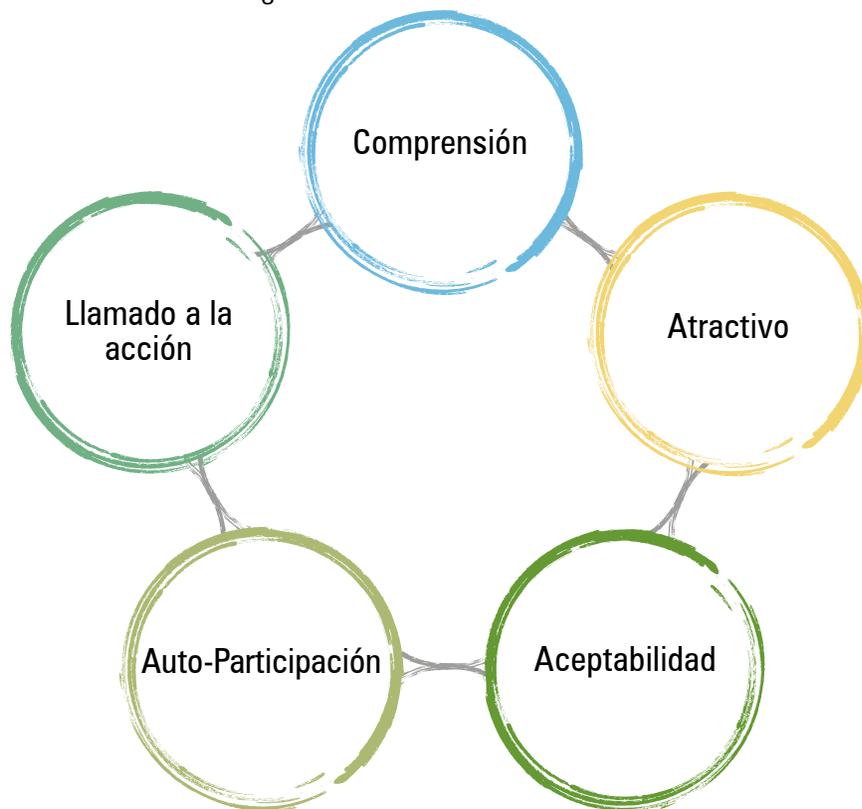
16. FAO, Universidad de Filipinas. (2016). Manual de comunicación para el desarrollo rural FAO. Roma.

- ◆ Es recomendable hacer un **prototipo** del material para que pueda validar si se logra el objetivo de la estrategia IEC.
- ◆ Defina si la **difusión** es virtual o física.
- ◆ Establezca los mecanismos de **orientación** a los agentes educativos para el manejo de las herramientas.

◆ **Valoración de las herramientas**

Una vez se cuenta con las herramientas es importantes realizar un proceso de valoración de estas, usando preguntas como:

- ◆ ¿Es entendible la herramienta?
- ◆ ¿Llama la atención?
- ◆ ¿Compartiría esa información con otro?
- ◆ ¿Es un material para alguien como usted?
- ◆ ¿Le motivan a hacer algo?



d. Producción. Una vez se haya ajustado el producto a los resultados de valoración se realiza la producción. Esta varía de acuerdo con el tipo de herramienta. Es recomendable que se apoye en el equipo interdisciplinario. Aquí se hace un listado de los factores que se deben tener en cuenta de acuerdo con el tipo de herramienta:

MATERIALES IMPRESOS	MATERIAL AUDITIVO	MATERIAL VISUAL
<ul style="list-style-type: none"> • Características culturales • Nivel educativo • Contenido • Lengua • Uso (para capacitar o para entregar) 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipo de grabación • Efectos sonoros • Contenido (guion) • Narradores u oradores (credibilidad, reconocidos) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tiempo del video • Equipo de filmación • Equipo de sonido • Equipo o Tipo de iluminación • Contenido (libreto)

e) **Distribución, difusión y/o implementación:** El propósito es garantizar que la herramienta llegue a su audiencia. La distribución, difusión e implementación puede ser desde el envío de un correo electrónico hasta la exhibición en vivo o la presentación en grupo.

Adicionalmente, se recomienda que se contemple capacitación a los facilitadores para difundir el material. No es suficiente el conocimiento técnico, también se deben desarrollar habilidades de comunicación asertiva, propositiva, motivadora y que lleve a la acción.

◆ **Ejemplo**

El Manual de Comunicación para el Desarrollo, menciona varias herramientas de comunicación probadas con comunidad que han tenido resultados exitosos. Aquí mencionamos una de ellas, utilizadas para trabajar con comunidades indígenas.

Rotafolio en tela

Los rotafolios en tela se utilizan para estimular la discusión en las áreas rurales. Son una de las mejores herramientas de comunicación interpersonal que permiten la creación de un diálogo y una relación entre el personal técnico y las comunidades rurales. Son efectivos en las áreas dispersas, tanto con grupos grandes como pequeños y también trabajan bien en las escuelas, las clínicas, los mercados y en las reuniones del personal.

Beneficios:

Las imágenes grandes atraen la atención estimulando una discusión interactiva. La población que no sabe leer observa claramente las ideas importantes para la discusión. Las imágenes muestran a la gente local y sus situaciones, etc. Se pueden observar tanto los problemas como las soluciones. Los problemas pueden ser discutidos, examinados y algunas veces hasta pueden ser solucionados.

Los detalles técnicos pueden ser examinados. El agente educativo o facilitador puede comprobar a cada momento y con facilidad si la audiencia ha comprendido o no. La retroalimentación es inmediata porque al hacer las preguntas se obtienen respuestas inmediatas.

Toda la historia o una serie de eventos relacionados, pueden ser observados imagen por imagen en una sesión corta. La historia puede ser adaptada para examinar las situaciones locales y crear consenso para determinar una acción. Las imágenes de los problemas estimulan la búsqueda de soluciones.

En la práctica, los rotafolios de tela:

- ◆ Guardan la información en la secuencia correcta, paso a paso, para ayudar al agente educativo.
- ◆ Permiten que el agente educativo seleccione ciertas imágenes para reforzar un punto de vista.
- ◆ Son durables en las condiciones del campo y resistentes a roturas, al calor, al polvo y a la lluvia.
- ◆ Se pueden lavar una y otra vez durante los años de uso.
- ◆ Son portátiles, livianos y no se rompen fácilmente.
- ◆ A diferencia de los proyectores, no necesitan una habitación oscura o electricidad.
- ◆ Pueden ser impresos en cantidades suficientes para que los agentes educativos puedan tener su propia copia para su trabajo de campo.
- ◆ Se producen localmente, son de bajo costo.

Fuente: FAO; Universidad de las Filipinas, 2016

Seguimiento y monitoreo

- ◆ Para poder conocer si se identificó la audiencia, utilice la siguiente lista de chequeo que le permitirá dar respuesta:

NO.	PREGUNTA	SI	NO
1	¿La herramienta educativa seleccionada permite transmitir los mensajes, acorde a las características de la audiencia? (población con pertenencia étnica, personas con discapacidad, entre otros)		
2	¿La herramienta educativa elaborada se diseñó con participación de representantes de la audiencia que usted seleccionó para la estrategia IEC?		
3	¿El canal o canales seleccionados para la difusión de las herramientas permite llegar a las distintas audiencias con las que usted trabaja?		
4	¿El canal o canales seleccionados permite la difusión y repetición en varios entornos en los que transcurre la vida de la audiencia seleccionada?		



4. Estudio de caso

Diseño e implementación de una Estrategia IEC para el fomento de prácticas de alimentación saludable en La Guajira y Cesar

- ◆ Con base en la ruta para el diseño e implementación de una Estrategia de Información, Educación y Comunicación en SAN del ICBF para fomentar prácticas de alimentación saludable con enfoque territorial, se realizó este proceso en los departamentos de La Guajira y Cesar con la participación de los agentes educativos y colaboradores del ICBF.

A continuación, se describe el desarrollo de cada uno de los pasos en cada territorio:

- ◆ **Paso 1. Reconociendo el camino: Diagnóstico:**

Búsqueda de información a través de fuentes secundarias: se priorizaron los departamentos donde se desarrollaría la Estrategia IEC en SAN territorial, teniendo como sustento los datos reportados por la ENSIN sobre Prevalencia de Inseguridad Alimentaria y Nutricional, Prevalencia de Desnutrición crónica y aguda en menores de 5 años, duración en meses de la lactancia materna exclusiva y continua hasta el año de vida, entre otros indicadores. De igual manera, se realizó búsqueda de información en los boletines epidemiológicos del Instituto Nacional de Salud sobre el reporte de casos de desnutrición aguda en menores de 5 años y casos de muertes por este evento, siendo estos dos departamentos los que presentaban las cifras más altas de estos indicadores.

Información de fuentes primarias: a través de talleres participativos con los agentes educativos de estos dos departamentos, se logró identificar prácticas sobre alimentación, que afectan la salud y nutrición especialmente de la población en la primera infancia, y que se encuentran relacionados con las cifras que muestran algunos indicadores que reporta la ENSIN y el Instituto Nacional de Salud sobre desnutrición aguda. De igual manera, se contó con la participación de algunos agentes educativos pertenecientes a grupos étnicos o con años de experiencia en trabajo con grupos étnicos, lo que permitió indagar sobre prácticas propias de estas comunidades.



◆ Paso 2. Priorización de comportamiento a modificar:

Desarrollo de taller de identificación de temáticas: Se realizó de manera participativa, la definición de la temática central para el diseño e implementación de la Estrategia de Información, Educación y Comunicación (IEC) para el fomento de prácticas de alimentación saludable. Con el fin de lograr tener un abordaje con enfoque territorial, se contó con la participación de agentes educativos de varios municipios de los departamentos priorizados, de igual manera se priorizaron agentes educativos con pertenencia étnica.

Este taller contó con un proceso de fortalecimiento de capacidades técnicas para la construcción de estrategias IEC en SAN, en donde se desarrollaron los 6 pasos definidos por la ruta.

- ◆ Los resultados de la identificación de las principales temáticas que requieren abordarse, acorde a las problemáticas identificadas en el paso anterior, se agruparon en los siguientes temas:

Tabla 4. Principales temáticas abordadas en educación alimentaria y nutricional. Agentes educativos de ICBF. Cesar y La Guajira.

TEMA	SUBTEMAS
Lactancia Materna	◆ Beneficios, técnicas de amamantamiento, duración, extracción, conservación y almacenamiento de la leche materna
Alimentación complementaria	◆ Promoción del consumo de alimentos fuente de hierro y mitos y creencias
Guías alimentarias	◆ Plato saludable y mensajes

Fuente: Elaboración propia. Convenio 1259/2019 ICBF-FAO

Una vez identificadas estas principales temáticas, a través del ejercicio de priorización valoró cada una de las temáticas para definir una principal por departamento.

Tabla 5. Temáticas priorizadas por departamento para la construcción de la estrategia IEC para el fomento de estilos de vida saludable. La Guajira y Cesar.

DEPARTAMENTO	TEMÁTICA PRIORIZADA
Cesar	"Promoción del consumo de alimentos fuente de hierro en la alimentación complementaria"
La Guajira	"Esquema de alimentación complementaria, mitos y creencias"

Fuente: Elaboración propia. Convenio 1259/2019 ICBF-FAO

Posterior a la identificación de las temáticas (comportamientos a cambiar o fortalecer.), los agentes educativos también realizaron un censo de las herramientas educativas y los canales de comunicación más utilizados, en donde se evidencio que las de mayor uso continúan siendo los folletos y las reuniones grupales respectivamente.

◆ Paso 3. Identificación de audiencias:

Las audiencias identificadas para desarrollar la estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable, fueron definidas por los agentes educativos e incluyen:

- ◆ Las familias atendidas desde las diferentes modalidades
- ◆ Los niños y niñas asistentes a los CDI



- ◆ El personal manipulador de alimentos
 - ◆ Los mismos agentes educativos (pares de los participantes del taller)
 - ◆ Los tomadores de decisión política en los territorios (líderes indígenas, alcaldes, secretarios de salud, educación, gobernadores, etc) entre otros
- ◆ **Paso 4. El objetivo de la estrategia:**
- ◆ Se definieron para cada departamento así:

Cesar:

“Que la audiencia conozca y comprenda la importancia del consumo de alimentos fuente de hierro en la alimentación complementaria y los incluya en su dieta diaria”

La Guajira:

“Que la audiencia conozca y comprenda la importancia de un adecuado y oportuno inicio de la alimentación complementaria, y la influencia positiva o negativa en la salud y nutrición de los niños y niñas menores de 2 años de algunos mitos, prácticas tradicionales y creencias culturales más frecuentes alrededor de estas prácticas, para que incorporen estos conocimientos a la hora de alimentar a sus hijos e hijas”

◆ **Paso 5. Mensajes efectivos que despiertan el interés de la audiencia:**

Del ejercicio participativo realizado con los agentes educativos se obtuvieron una serie de mensajes elaborados por ellos mismos, con el fin de llevar a la audiencia que habían definido, la información más relevante para lograr el objetivo propuesto, es decir la promoción del consumo de alimentos fuente de hierro para Cesar y los mitos/creencias y prácticas relacionadas con lactancia materna y alimentación complementaria. Algunos de ellos se presentan a continuación:

Tabla 6. Temas, herramientas educativas y canales de comunicación. Departamento de Cesar.

TEMA	HERRAMIENTAS EDUCATIVAS	CANALES DE COMUNICACIÓN
Si rozagante te quieres ver consume vísceras y guayaba a la vez	Módulos de alimentos, canciones, representaciones, infografías, videos, cuñas radiales, talleres de preparación de alimentos, diseño de listas de mercado, entrega de semillas, huertas comunitarias y caseras, mensajes enviados por celular, emisoras y canales comunitarios	Medios impresos, celulares, teatro, emisoras y canales comunitarios
Aprovecha un espacio de tu hogar para cultivar alimentos fuentes de hierro “granos”		
Yo siempre estoy activo, consumo alimentos ricos en hierro= lentejas, vísceras, espinacas, cañandong		
No te oxides consume vísceras		
Si de la anemia te quieres reponer hígado debes comer		

Fuente: Elaboración propia. Convenio 1259/2019 ICBF-FAO



**Tabla 7. Mensajes, herramientas educativas y canales de comunicación.
Departamento de La Guajira.**

MENSAJES	HERRAMIENTAS EDUCATIVAS	CANALES DE COMUNICACIÓN
Más líderes empoderados, más niños sanos.	Instrumentos musicales, canciones infantiles, dramas, danzas, traductores, vallas, radio comunitaria, perifoneo.	Celulares, medios locales, emisoras comunitarias, perifoneo.
Oigan, escuchen, yo les voy a enseñar, cuáles son los alimentos que a sus niños les pueden dar, para que sanos puedan estar.		
De teta, y luego a los seis meses otros alimentos, recuerde mamar es lo primero.		
A los seis meses, de la teta a la cuchara, la mejor manera de crecer sano.		
La mamá te da la teta, y la madre tierra los alimentos para la vida.		

Fuente: Elaboración propia. Convenio 1259/2019 ICBF-FAO



Fotografías: La Guajira - Riohacha. Socialización de estrategias IEC incluidas herramientas educativas



Fotografías: Cesar – Valledupar. Socialización de estrategias IEC incluidas herramientas educativas

◆ **Paso 6. ¿Cuáles canales y herramientas educativas a utilizar?**

Como se observó en la anterior tabla, para difundir los mensajes elaborados por los agentes educativos durante el proceso de fortalecimiento de capacidades para el diseño de estrategias IEC en SAN en cada departamento, se puso en práctica la elaboración de dos herramientas sencillas y útiles para el abordaje de diferentes temas: las cápsulas informativas, cuente su historia con imágenes.

De igual manera, de forma participativa se definió realizar la construcción de las siguientes herramientas educativas, en las que se consolidó los resultados de los talleres de fortalecimiento de capacidades realizados con los agentes educativos para promover su implementación a nivel territorial:

La Guajira: Una cartelera en tela con mensajes alusivos a lactancia materna y alimentación complementaria, especialmente en lo referente a los mitos, creencias y prácticas alimentarias ancestrales, los cuales se recopilaron en los talleres de fortalecimiento a los agentes educativos mediante los ejercicios de construcción de las estrategias IEC. Algunos de ellos fueron:



El mensaje quería transmitir, como con la inclusión de alimentos como el corazón (una víscera rica en hierro), se protege la salud de los niños y las niñas. El mensaje se convirtió en el lema de la estrategia en el departamento y fue utilizado en los talleres de capacitación, también hace parte del documento “Recopilación de recetas para promover el consumo de alimentos fuente de hierro en la alimentación complementaria”, que recoge las preparaciones aportadas por los agentes educativos. Algunas de las preparaciones recopiladas fueron: pepino relleno de arroz, huevo e hígado, pasta con salsa de carne y espinaca, pajarilla guisada con papa.

Teniendo en cuenta que el documento busca hacer promoción de alimentos fuentes de hierro en la alimentación complementaria, se hizo un énfasis especial en las porciones a suministrar a los niños y las niñas de 6 meses a 2 años, al igual que, la importancia de no incluir sal ni azúcar en sus preparaciones.

Para acompañar este ejercicio, se construyó un afiche el cual presenta de manera ilustrada la forma de iniciar la alimentación complementaria después de los seis meses de edad hasta los 2 años que orienta a las madres, padres y cuidadores de niños y niñas menores de 2 años, sobre qué alimentos ofrecer y consistencias de los grupos de alimentos de las Guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana.-GABA.

Registro fotográfico de la experiencia



Trabajo en grupo. Socialización enfoque diferencial. Cesar - Valledupar



Taller de fortalecimiento de capacidades para el diseño de Estrategias IEC en SAN para el fomento de prácticas alimentarias saludables. Uribia (La Guajira) y Valledupar (Cesar), respectivamente



Taller de fortalecimiento de capacidades para el diseño de Estrategias IEC en SAN para el fomento de prácticas alimentarias saludables. Diseño de herramientas educativas “dívalo con imágenes” Cesar - Valledupar



5. Herramientas en Seguridad Alimentaria y Nutricional

◆ A continuación, se presentan las diferentes herramientas en Seguridad Alimentaria y Nutricional lideradas por el ICBF para apoyar la implementación de la estrategia IEC en SAN a nivel nacional y territorial. Estas herramientas se dividen en dos grupos:

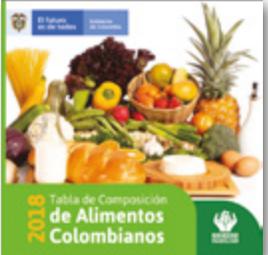
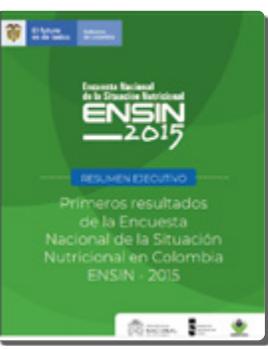
1. Herramientas de Política e Investigación.
2. Herramientas educativas del ICBF para la promoción de prácticas de alimentación saludable.

En estos dos grupos de herramientas también encuentran las elaboradas en el marco del convenio 1259/2019 con la experiencia del nivel territorial, que usted puede utilizar para acompañar las actividades de educación alimentaria y nutricional que realiza con la población en las diferentes modalidades del ICBF.





5.1. Herramientas de Política e Investigación en SAN del ICBF

HERRAMIENTA	DESCRIPCIÓN	
<p>Tabla de Composición de Alimentos Colombiana</p>	<p>La Tabla de Composición de Alimentos Colombianos (TCAC) es un instrumento elaborado por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) que recopila el contenido de nutrientes y el aporte de energía de los alimentos que consume la población colombiana.</p> <p>También puede encontrar un resumen ejecutivo y una infografía dirigida a profesionales de nutrición y dietética, que laboren desde diferentes sectores como salud, educación, industria, servicios de alimentos entre otros.</p> <p>En el siguiente link puedes conocer más sobre la TCAC: https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/tabla-alimentos.</p>	
	<p>Este libro caracteriza 18 preparaciones tradicionales y de mayor reconocimiento por parte de la población en distintas regiones, el cual, describe el proceso de estandarización de recetas y los datos de su aporte nutricional.</p>	
<p>Hoja de Balance de Alimentos HBA</p>	<p>Es un instrumento que recopila información nacional del suministro de alimentos y su utilización, desde que se producen o se importan hasta que están disponibles para la población en el comercio al detal, durante un periodo de referencia que puede ser uno o varios años.</p> <p>Los usuarios de la HBA son especialmente las instituciones públicas, los gremios, los centros de investigación y la academia que trabaja por la Seguridad Alimentaria y Nutricional.</p> <p>También puede encontrar un resumen ejecutivo y una infografía dirigida a las audiencias anteriormente mencionadas.</p> <p>En el siguiente link puedes conocer más sobre la HBA: https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/hoja-balance-alimentos-colombianos</p>	
<p>Encuesta Nacional de Situación Nutricional ENSIN.</p>	<p>Es una herramienta fundamental de la política pública y un insumo básico para proponer acciones en seguridad alimentaria y nutricional. Es un estudio que permite medir los problemas nutricionales de la población colombiana, así como identificar los determinantes sociales, los indicadores y las tendencias del país en materia nutricional, como insumo para apoyar la toma de decisiones políticas y técnicas para su intervención.</p> <p>En la página del ICBF podrá encontrar un resumen ejecutivo de la ENSIN 2015 y 6 infografías una por cada región con los indicadores más relevantes, que acompañen la gestión, planeación, implementación, seguimiento y evaluación de planes, proyectos en SAN en territorio o a nivel nacional.</p> <p>En el siguiente link puedes conocer más sobre la ENSIN: https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/encuesta-nacional-situacion-nutricional</p>	

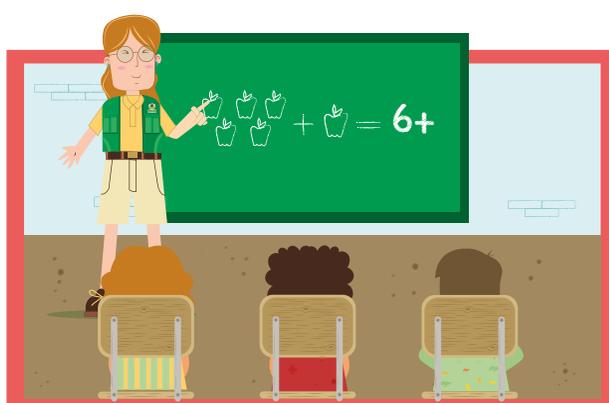


HERRAMIENTA	DESCRIPCIÓN	
<p>Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes RIEN</p>	<p>Son estimaciones de la cantidad de calorías y nutrientes que deben ser ingeridas por una persona durante las diferentes etapas del curso de vida para garantizar una nutrición adecuada, prevenir deficiencias nutricionales, mejorar la salud y el bienestar individual y poblacional y disminuir el riesgo de ingestas deficientes o excesivas.</p> <p>Las RIEN son un instrumento útil para los profesionales en Nutrición y Dietética que sirve de apoyo para el desarrollo de actividades de planeación y evaluación dietaria – individuales y poblacionales– así como para la adecuación nutricional y evitar los efectos adversos en la salud, por déficit o exceso de la ingesta de calorías y nutrientes.</p> <p>El Ministerio de Salud y Protección Social elaboró y estableció como norma bajo la Resolución 3803/2016. Para consultar más sobre esta resolución se puede encontrar: https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%203803%20de%202016.pdf</p> <p>En la página del ICBF podrá acceder un resumen ejecutivo y un folleto los cuales están dirigidos a profesionales de nutrición y dietética, que laboren desde diferentes sectores como salud, educación, industria, servicios de alimentos entre otros.</p>	 

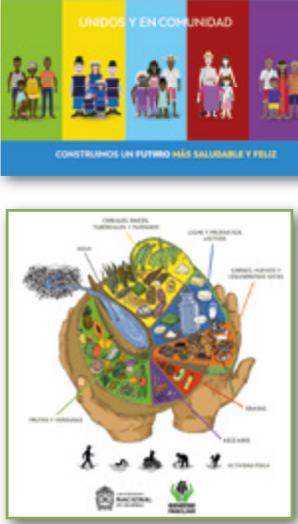


5.2. Herramientas educativas del ICBF para la promoción de prácticas de alimentación saludable.

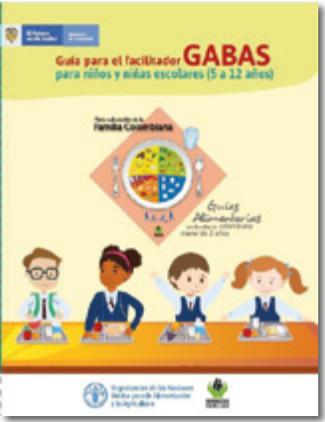
HERRAMIENTA EDUCATIVA	DESCRIPCIÓN
Infografía de la Ruta metodológica para el diseño de estrategias IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable	Para la implementación de la estrategia IEC en SAN, se ha elaborado una infografía sobre los 6 pasos para construir una Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable, que permite reconocer la finalidad de cada uno de estos pasos. Dirigido a: colaboradores y agentes educativos institucionales y comunitarios de las diferentes modalidades del ICBF
Video sobre los 6 pasos para el diseño de estrategias IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable	Además de esta cartilla, los agentes educativos pueden acceder a un video que explica de manera sencilla y práctica, el desarrollo de los 6 pasos para construir una Estrategia IEC en SAN para el fomento de prácticas de alimentación saludable. Dirigido a: colaboradores y agentes educativos institucionales y comunitarios de las diferentes modalidades del ICBF
Cartelera en tela sobre mitos, prácticas tradicionales y creencias culturales relacionadas con la lactancia materna y la alimentación complementaria.	Tela con imágenes ilustradas que muestran 6 mitos, prácticas y creencias culturales identificadas por los agentes educativos de La Guajira, que afectan de manera positiva o negativa la práctica de lactancia materna y el inicio adecuado de la alimentación complementaria. Busca resolver inquietudes frente a cómo debe ser una adecuada práctica de lactancia materna y orienta en la adopción de adecuadas prácticas de alimentación durante los dos primeros años de vida. Dirigido a: colaboradores y agentes educativos institucionales y comunitarios de las diferentes modalidades del ICBF.
Cartilla: "Protégelos con tu corazón de hierro"	Cartilla que recopila preparaciones tradicionales con alimentos fuentes de hierro, orientando la introducción de estos alimentos durante el inicio de la alimentación complementaria a partir de los 6 meses de edad. Dirigido a: colaboradores y agentes educativos institucionales y comunitarios de las diferentes modalidades del ICBF.
Afiche sobre el esquema de alimentación complementaria.	El afiche muestra de manera ilustrada el esquema de alimentación complementaria a partir de los 6 meses de edad. Se brinda orientación a las madres, padres y cuidadores de niños y niñas menores de dos años sobre los alimentos se deben ofrecer de los diferentes grupos, y la consistencia, de igual manera resalta la importancia de ofrecer una alimentación variada, fresca y preparada en casa. Dirigida a: madres, padres y cuidadores de niños y niñas menores de 2 años.
Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana.	Las Guías Alimentarias son un conjunto de planteamientos que brindan orientación a la población sobre el consumo de alimentos, con el fin de promover un completo bienestar nutricional. El objetivo de las guías alimentarias es el de contribuir al fomento de estilos de vida saludables, al control de las deficiencias o excesos en el consumo de alimentos y a la reducción del riesgo de enfermedades relacionadas con la alimentación; a través de mensajes comprensibles, que permitan a nivel familiar e institucional, realizar la mejor selección y manejo de los alimentos. Están dirigidas a personas sanas, orienta a la familia, a los educadores, a las asociaciones de consumidores, a los medios de comunicación y a la industria de alimentos, entre otros, con el fin de influir en la prevención de las carencias nutricionales que afectan a la población como son: la desnutrición, las deficiencias de micronutrientes, especialmente hierro y vitamina A.





HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	DESCRIPCIÓN	
<p>Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana.</p>	<p>Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años</p> <p>En el siguiente link del ICBF encontrará: https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/educacion-alimentaria.</p> <p>Documento técnico Manual del facilitador Rotafolio</p>	
<p>Adaptación territorial de las GABA</p>	<p>Dentro de las acciones de implementación de las GABAS, se elaboraron en convenio con FAO, tres videos de adaptación territorial en: la región caribe, región pacífica y eje cafetero. Estos videos incluyeron los mensajes de las GABAS priorizados por las comunidades indígenas que participaron en el proceso (Misak y Embera Chamí), hablados y adaptados a su lengua indígena. Así como la incorporación de alimentos autóctonos en el ícono del Plato Saludable para la Familia Colombiana.</p> <p>En convenio con la UNAL se realizó la adaptación territorial de las GABAS para la Comunidad indígena Pijao del Tolima y pueblo Rrom en Bogotá.</p>	
<p>Cartilla: Mi plato un arcoíris divertido de sabores</p>	<p>Herramienta creada a partir de las Guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana, dirigida a padres, madres y cuidadores de niños y niñas de 2 a 5 años. En ella se presenta una guía para seleccionar los mejores alimentos y las porciones adecuadas para cada una de las comidas, lo que permite garantizar una alimentación variada, nutritiva y saludable, que favorezca el crecimiento y el desarrollo de los huesos, los músculos y el cerebro de los niños y las niñas en la primera infancia.</p>	
<p>Ruleta sobre alimentación complementaria</p>	<p>Esta pieza educativa brinda recomendaciones generales a las madres, padres y cuidadores de niños y niñas menores de 2 años para el inicio adecuado de la alimentación complementaria. Ofrece menús para ofrecer a niños y niñas de 6 a 24 meses, en tres etapas diferentes: 6 a 8 meses, 9 a 12 meses y 12 a 24 meses.</p> <p>Diferenciando la introducción de alimentos en cuanto a la cantidad, calidad y consistencia.</p>	



HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	DESCRIPCIÓN	
<p>Manual de facilitador de las Guías alimentarias basadas en alimentos dirigidas a agentes educativos o facilitadores que trabajan con niños y niñas de 6 a 12 años.</p>	<p>El manual orienta el desarrollo de actividades de educación alimentaria y nutricional dirigidas a niños y niñas de 6 a 12 años, a través de actividades lúdicas donde se presentan los 9 mensajes de las GABAS. Resalta la importancia de adoptar adecuados hábitos de alimentación desde la infancia, como factor protector a la aparición de enfermedades crónicas como la obesidad.</p> <p>Dirigida a: facilitadores que realicen procesos de educación alimentaria y nutricional con niños y niñas de 6 a 12 años.</p>	
<p>Video sobre los 9 mensajes de las GABAS adaptado a población en edad escolar</p>	<p>El video muestra de manera animada los 9 mensajes de las GABAS adaptada a la cotidianidad de los niños y niñas en edad escolar. Resalta la importancia de adoptar adecuados hábitos de alimentación desde la infancia, como factor protector a la aparición de enfermedades crónicas como la obesidad. Es una herramienta complementaria al manual de facilitador que se mencionó anteriormente.</p> <p>Dirigida a: niños y niñas de 6 a 12 años.</p>	
<p>Cartilla empezar una nueva vida.</p>	<p>Esta cartilla, realizada en alianza con la Sociedad Colombiana de Pediatría, hace parte del compromiso del ICBF para construir una sociedad en paz, próspera y equitativa. La lactancia materna no solo es una herramienta fundamental para que lograr el bienestar de los hijos, los nietos y sus familias, también es la mayor prueba de amor de una mamá hacia su bebé.</p> <p>Dirigida a: mujeres gestantes o en periodo de lactancia y sus familias.</p>	
<p>Distribución, Cuidado, y Uso de un Alimento de Alto Valor Nutricional. Bienestarina.</p>	<p>En esta cartilla se divulgan las propiedades nutricionales de los AAVN, se describen recetas de cocina de fácil preparación con la inclusión de este nutritivo producto en una rica variedad de platos saludables y nutritivos.</p>	
<p>Cursos Virtuales</p>	<ul style="list-style-type: none">• Curso Virtual consejería en Lactancia Materna.• Curso Virtual sobre Guías Alimentaria Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años.• Curso Virtual sobre Guías Alimentaria Basadas en Alimentos para mujeres gestantes, madres lactantes y niños y niñas menores de 2 años.• Curso Virtual Derecho humano a la Alimentación	



7. Bibliografía

1. ICBF. (2015). Manual del Facilitador Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana mayor de 2 años. Colombia.
2. Contento, I. (s.f). Educar en aras de la eficacia. Recuperado de <http://www.fao.org>
3. Red de Información, Comunicación y Educación Alimentaria y Nutricional. RED ICEAN. FAO. (2007). Definición adaptada de Contento IR. Nutrition education: Linking research, theory and practice.
4. FAO. (2016, mayo). Infografía sobre el rol de la Educación Alimentaria y Nutricional. Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-c0064s.pdf>
5. RED ICEAN FAO. (2014). Desarrollo de intervenciones en educación nutricional. Chile.
6. PESA FAO. (2013). Fortaleciendo capacidades en alimentación y nutrición para promoción de la salud.
7. García, F. (2001, noviembre). Modelo ecológico y modelo integral de intervención. http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitaciontemprana/modelo_ecologico_y_modelo_integral_de_intervencion.pdf
8. FAO. (2016, mayo). Infografía sobre el rol de la Educación Alimentaria y Nutricional. <http://www.fao.org/3/a-c0064s.pdf> -
9. FAO. (2018, marzo). La nutrición y los sistemas alimentarios. <http://www.fao.org/school-food/areas-work/based-food-nutrition-education/es/>
10. Euritmia.(2019) Investigación, ciencia y pedagogía. Recupedado de: www.cliic.org/pdf/revista_Euritmia
11. FAO, Grupo de Educación Nutricional y de Sensibilización del Consumidor División de Nutrición y Protección del Consumidor. (2011), Informe de reunión. La información, comunicación y educación en alimentación y nutrición para promover la seguridad alimentaria y nutricional en los países de América Latina y el Caribe. Informe de la reunión. El Salvador.
12. Gumicio, A. (2011). Haciendo olas, historias de comunicación participativa para el cambio social. La Paz, Bolivia. Fundación Rockefeller.
13. Morales, F. 2018. Fundamentos del enfoque territorial: actores, dimensiones, escalas espaciales y sus niveles. Recuperado de: <http://computo.ceiich.unam.mx/webceiich/docs/libro/Enfoque%20territorial.pdf>
14. UNICEF. Comunicación para el desarrollo. Cambios sociales y de comportamiento. Recuperado de: https://www.unicef.org/spanish/cbsc/index_42352.html
15. MSPS - FAO. (2016). Estrategia de Información, Educación y Comunicación en Seguridad Alimentaria y Nutricional para Colombia. Marco contextual, normativo, estratégico, conceptual y operativo. Colombia
16. FAO, Universidad de Filipinas. (2016). Manual de comunicación para el desarrollo rural FAO. Roma.



Estrategia de Información, Educación y Comunicación -IEC- en Seguridad Alimentaria y Nutricional -SAN- para el fomento de prácticas de alimentación saludable

Cartilla dirigida a
Agentes Educativos del
Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
Convenio ICBF-FAO
2019



LÍNEA DE
ATENCIÓN A
NIÑOS, NIÑAS
Y ADOLESCENTES.
PROTECCIÓN · EMERGENCIA · ORIENTACIÓN

Línea gratuita nacional ICBF:
01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co



ICBFColombia



@ICBFColombia



@icbfcolombiaoficial



EN CONVENIO CON



Organización de las Naciones
Unidas para la Alimentación
y la Agricultura

