



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA
FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA
“CORNELIO SILVA ARGÜELLO”
UNAN – FAREM – CHONTALES

¡Año de la Universidad Saludable!



Seminario de Graduación

**Para optar al Título de la Licenciatura en Ciencias de la Educación
con mención en Ciencias Naturales**

Tema General: Seguridad alimentaria y nutricional.

Subtema: Causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos.

AUTORES:

Br. Alexander Ramón Mercado Vargas

Br. Bethy Fabiola Araica Pichardo

TUTORA:

Esp. Rosa María Lazo Lazo

**Juigalpa, Chontales
Enero 2016**

¡A LA LIBERTAD POR LA UNIVERSIDAD!

ÍNDICE

I. Tema General

II. Subtema

III. Resumen.....1

IV.Introducción.....2

V. Justificación.....3

VI.Objetivo General.....4

VII.Objetivos Específicos5

VIII. Antecedentes.....6

IX.Bosquejo.....9

X. Marco Teórico.....10

1.Acceso a la alimentación.....10

1.1 Definición.....10

1.2 Importancia.....10

1.3 Tipos de acceso.....11

1.3.1 Físico.....11

1.3.2 Económico.....11

1.3.3 Social.....11

2. Acceso de los alimentos en los seres humanos.....12

2.1 Estabilidad Económica.....12

2.2 Disponibilidad.....12

2.3 Aprovechamiento Biológico.....13

2.4 Comercialización de los Alimentos13

3. Causas de la falta de acceso a los alimentos.....14

3.1 Equidad social.....14

3.2 Ingreso Económico de las familias.....	14
3.3 Cultura Alimentaria.....	15
3.4 La Educacion Escolar con respecto a la falta de acceso a los alimentos...16	16
3.5 Desastres Provocados por Fenómenos Naturales.....	17
3.6 Desarrollo de Capital Humano.....	18
3.7 Proceso de Globalización.....	19
4. Consecuencias de la Falta de Acceso a los Alimentos.....	20
4.1 Hambre.....	20
4.2 Desnutrición.....	21
4.3 Afectaciones a la Salud.....	22
4.3.1 Enfermedades Yodocarenciales.....	22
4.3.2 Carencia de Vitamina A.....	24
4.3.3 Carencia de Fibra Alimentaria.....	25
XI. Preguntas Directrices.....	27
XII. Conclusiones.....	28
XIII. Bibliografía.....	29
XIV. Anexos.....	31

Juigalpa, Nicaragua, 29 de enero de 2016.

Esp: Rosa María Lazo Lazo. Profesora del Departamento de Ciencias de la Educación y Humanidades, de la Facultad Regional Multidisciplinaria de Chontales de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua.

CERTIFICA que el informe final de seminario de graduación:

Causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos.

Ha sido realizado bajo su dirección por el **Br. Alexander Ramón Mercado Vargas** y la **Br. Bethy Fabiola Araica Pichardo** .y constituye su trabajo final para optar al título de Licenciado en Ciencias de la Educación con mención en Ciencias Naturales.

Y para que así conste, en cumplimiento con la normativa vigente, certifico que el **Br. Alexander Ramón Mercado Vargas** y la **Br. Bethy Fabiola Araica Pichardo** han incorporado las recomendaciones que hiciera el tribunal examinador después de su presentación y defensa pública.

El tutor

Esp. Rosa María Lazo Lazo

Valoración Docente:

La seguridad alimentaria y nutricional es una de las rutas propuestas por nuestro gobierno por lo que el tema de “ causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos “ fue seleccionado por este equipo de trabajo quienes investigaron con dedicación y esfuerzo, como estudiantes de la carrera de ciencias naturales les servirán dichos conocimientos tanto científicos como técnicos – metodológicos , además de eso se plantean didácticamente las formas de abordaje del tema , así como de qué manera les servirá en su futura labor profesional ,en su desempeño que ayudará a una práctica eficiente con resultados positivos a mediano y largo plazo fomentando cambios de actividad, principios , valores , hábitos , habilidades y destrezas en la defensa de la salud humana contribuyendo de esa manera en el eslogan de nuestra institución universitaria “ año de la universidad saludable “ y por tanto también le será de beneficio al país , al gobierno y por ende la sociedad en su conjunto por el bien común evitando así mismo enfermedades , con una seguridad alimentaria y nutricional adecuada.

Por lo tanto este equipo está apto para defender.

Esp: Rosa María Lazo L.

I. TEMA GENERAL

Seguridad alimentaria y nutricional

II. SUBTEMA:

Causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos.

Agradecimientos:

A Dios nuestro creador por habernos dado vida y la oportunidad de poder alcanzar metas que nos hemos propuesto.

A la maestra María Francisca Martínez Jiménez por habernos brindado su valioso tiempo y apoyo además de transmitir sus valiosos conocimientos para obtener con éxito la finalización de este trabajo.

A los maestros y maestras que lucharon incansablemente por nuestra formación y el desarrollo intelectual para ser profesionales de calidad. En especial a la maestra Rosa María Lazo Lazo que con sus conocimientos y creatividad nos brindó su apoyo en cada una de las etapas de nuestra investigación.

De igual manera a todas aquellas personas que de una manera u otra contribuyeron a la realización de este trabajo.

Dedicatoria:

Este trabajo lo dedicamos con mucho cariño a Dios nuestro creador que es el que ha estado siempre presente en todos los momentos de nuestra vida. A nuestros Padres que nos apoyan en nuestro caminar, a nuestras familias, que han dado su tiempo para apoyarnos, dando su fortalezas para salir adelante y no desanimarlos aun en nuestros momentos más difíciles y a nuestro compañero Adrián José Granja López (q.e.p.d.) por su gran amistad brindada durante el tiempo que compartimos con él demostrando ser una gran persona con grandes valores, que falta nos haces amigo.

III. RESUMEN:

El presente trabajo es el resultado del estudio realizado sobre la temática de la seguridad alimentaria y nutricional, dado que en la actualidad es de suma importancia porque es una problemática que concierne a la sociedad en general y a todo un país.

La seguridad alimentaria y nutricional es educación para la vida, por eso es importante que la población en general conozca los beneficios de los componentes y los nutrientes que nos proporcionan los alimentos que consumimos. A raíz de toda la información que nosotros logramos obtener en nuestro trabajo nos dimos cuenta del gran valor que tiene evitar la falta de acceso a los alimentos en una familia, comunidad o mejor dicho un país.

De esta información logramos determinar que una de las principales causas de la falta de acceso a los alimentos en las familias nicaragüenses es la pobreza en la que vive una gran parte de la población.

Por su parte en el contexto educativo se debe ampliar la información en los estudiantes acerca de cómo alimentarse además de dar a conocer las consecuencias que conlleva una mala alimentación, por eso es bueno que la comunidad educativa practique hábitos de alimentación sanos, en base a alimentos naturales que contengan vitaminas y proteínas para evitar enfermedades que nos puedan ocasionar una mala cultura alimentaria y la falta de conocimientos sobre los tipos de alimentos que son excelentes para nuestra salud.

Para finalizar, es vital conocer los beneficios de los alimentos que consumimos, las ventajas de una buena alimentación y las consecuencias de una mala nutrición ya que estar saludable es estar en estado completo de bienestar físico, mental y social. Aunque muchas veces no alcanzamos a comprender que para realizarlo debemos y necesitamos tener una alimentación completa.

IV. INTRODUCCIÓN

La seguridad alimentaria y nutricional satisface las necesidades de alimentación de un individuo, familia, comunidad, región o país. Conocer los aspectos generales relacionados con la alimentación es de suma importancia, para todos los seres humanos.

Entre los factores que influyen en la seguridad alimentaria son los suministros de alimentos, el acceso al trabajo y servicios básicos (educación, salud y vivienda).

Según (Girela, 2006) nos explica que dentro de la seguridad alimentaria se encuentra vinculado el acceso a los alimentos que es una temática poco conocida por la población en general y aunque muchos tuvieran el conocimiento a la gran mayoría les resulta muy difícil el tener el acceso a este bien, porque una alimentación saludable depende de muchos factores entre ellos la pobreza, los alimentos disponibles en la comunidad, también existe la decisión de consumirlos, así como también es determinante al acceso a los alimentos el comportamiento alimentario, las decisiones en cuanto a que producir, comprar, preparar, almacenar y cómo distribuir los alimentos.

Esto nos quiere decir que el acceso a los alimentos influye el tamaño y composición de las familias, distribución intrafamiliar de los alimentos así como los conocimientos de nutrición y creencias sobre los alimentos. El acceso está determinado por las costumbres, tradiciones, estilos de vida de las familias y prácticas de alimentación, además muchas veces están influenciadas por los patrones culturales existentes en la comunidad, los medios de comunicación, las propagandas comerciales y las creencias que la persona tenga sobre los alimentos.

Como futuros licenciados en la carrera de Ciencias Naturales nos sentimos comprometidos a brindar un aporte que ayude a mejorar el sistema de alimentación a la población, de tal manera que toda persona sea beneficiada con esta información.

V. JUSTIFICACION

Con este trabajo se pretende aportar información de qué manera influyen las causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos en los seres humanos así como también incidir en la tarea pedagógica, utilizándolo como un eje transversal para hacer del conocimiento de los estudiantes en la escuela.

El gobierno de Nicaragua en conjunto con el Ministerio de Educación, que es un órgano rector se ha propuesto desarrollar estrategias que contribuyan a solucionar problemas relacionados con la seguridad alimentaria y nutricional de la niñez y la adolescencia comprendida entre las edades de 3 a 13 años de edad de nuestro país. Esto se pretende realizar a través de la educación escolar desde las aulas de clase.

Cuando nos referimos a la falta de acceso a los alimentos en los seres humanos, tenemos que saber que no es más que la incapacidad que tienen las familias o personas de obtener los alimentos de una manera que todos tengamos la capacidad de adquirirlos.

Como futuros docentes nuestra idea principal es utilizar los conocimientos para implementarlos en las aulas de clase haciendo énfasis a la falta de acceso a los alimentos y de esa manera los estudiantes puedan transmitirlos a sus familiares y luego de esto a la comunidad en general. Además nos sentimos con la responsabilidad de desarrollar estrategias que contribuyan a solucionar, promocionar y prevenir una serie de temáticas relacionadas con la seguridad alimenticia y nutricional.

Se considera que este estudio de las causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos es un contenido de mucha utilidad, y se aspira a activar un cambio en el comportamiento y el entorno educativo.

VI. OBJETIVO GENERAL.

Determinar las causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos planteando una estrategia didáctica para su desarrollo en el aula de clase.

VII. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Describir las causas de la falta de acceso a los alimentos en los seres humanos.
- ✓ Identificar las consecuencias que provoca la falta de acceso a los alimentos.
- ✓ Plantear una estrategia didáctica para el desarrollo del contenido de la falta de acceso a los alimentos, en el aula de clases.

VIII. ANTECEDENTES:

La falta de acceso a los alimentos en nuestro municipio es una temática muy poca conocida o dicho de otra manera se cuenta con muy poca información con respecto a este tema.

El departamento es distinguido por ser una zona ganadera , por lo tanto los productos lácteos y las carnes deberían ser los alimentos más abundantes, sin embargo estos productos no llegan en abundancia a los menús de muchos juigalpinos ya que dichos productos muchas veces son negociados por los productores a otros departamentos y a grandes empresas lácteas, esto quizás esté relacionado al comportamiento alimentario de la población ya que existen factores que determinan la toma de decisiones para seleccionar ,preparar, distribuir y consumir los alimentos, es decir, la falta de acceso a este alimento y sus derivados no solo depende de la disponibilidad y acceso económico para comprar dichos alimentos , sino también de las percepciones, costumbres, prácticas de alimentación, educación e información sobre los alimentos lácteos y cárnicos y los nutrientes que estos nos proporcionan.

Cuando estos tipos de alimentos están disponibles y formen parte de los hábitos alimentarios de la población, siempre contando que existan los recursos económicos para adquirirlos es necesario que estén las condiciones de higiene y salud, además de las condiciones del medio entre ellos el saneamiento básico. Al final que todo esto permita al organismo de los seres humanos utilizar adecuadamente y de manera saludable los elementos nutritivos que estos tipos de alimentos nos proporcionan

Sobre la falta de acceso a los alimentos en Nicaragua *comenta* (Solis, 2006) *que una oferta suficiente de alimentos significa alimentos en cantidad tal que satisfagan las necesidades alimentarias básicas, tanto de la demanda efectiva quienes pueden comprarlos, así también como de quienes por problemas de ingreso económico no pueden. La disponibilidad, el acceso a los alimentos, el comportamiento alimentario y la utilización biológica a su vez, son elementos condicionantes para el consumo de una alimentación adecuada.*

Para tener acceso a los alimentos adecuados es importante que en cada ciudad o comunidad exista una disponibilidad variada de alimentos, además nos indica que cada alimento es necesario, para satisfacer las necesidades alimentarias básicas de cada persona y de las cuales no podemos obviar para el cuidado y la protección de nuestro organismo y nuestra salud.

Según (Marin, 2010) La falta de acceso a los alimentos en nuestro país Nicaragua es una materia que muy pocos conocen de su valor. Además nos dice que todo gobierno debe asegurar que toda la población de un país debe tener un acceso estable, tanto físico como económico, a sus necesidades alimentarias básicas: Esto significa que el país debe de tener suficiente oferta de alimentos, estabilidad en los flujos de estos alimentos y en sus precios y acceso seguro de todos sus habitantes a los alimentos para no caer en la falta de acceso a este mismo

Esto figura que el país debe de tener suficiente oferta de alimentos, además de estabilidad en los flujos de estos alimentos y en sus precios y acceso seguro de todos sus habitantes a los alimentos para no caer en la falta de acceso a los alimentos.

En Nicaragua, los alimentos básicos no son suficientes. Este nivel de insuficiencia se profundiza aún más por las exportaciones de alimentos que el país realiza. Si la insuficiencia en la oferta de alimentos, sumada a las altas cantidades de alimentos que exportamos, mantiene la insuficiente alimentación de los nicaragüenses. Además, las calorías y proteínas necesarias para la vida que reciben los nicaragüenses presentan altibajos. Para mantener un buen estado nutricional se recomiendan 2,155 calorías y 55 gramos de proteína diarios.

Sin embargo una idea más clara de la falta de acceso a los alimentos en Nicaragua nos las da (Vanegas, 2012) *según él la insuficiente producción de alimentos y las exportaciones de alimentos especialmente de granos básicos influyen en la falta de acceso otra causa es la insuficiente capacidad de almacenamiento con que cuenta Nicaragua.*

A nivel nacional la Empresa Nicaragüense de Alimentos Básicos (ENABAS) es la encargada de almacenar los granos básicos del país a nivel nacional cuenta con 119 instalaciones (silos) de estas estructuras la gran mayoría está concentrada en la capital Managua.

Sobre la falta de acceso a los alimentos en el mundo en una conferencia mundial (Glasdauer, 2006) comentaba que la actividad agrícola ha aumentado y recurrido a una mayor utilización de insumos y recursos. Además exponía que los últimos 50 años han sido ricos en acontecimientos extraordinarios y han introducido cambios rápidos y de gran alcance para la humanidad. El progreso ha sido espectacular en esferas como la tecnología y productividad agrícolas, pero decepcionante en lo que se refiere a la reducción de la pobreza, sobre todo en las zonas rurales. Nuevos problemas, como la sostenibilidad y los efectos ambientales, han surgido en distintas regiones del mundo.

La falta de acceso a los alimentos en el mundo no es una problemática nueva de hecho desde hace años el número de personas desnutridas se ha duplicado en África, mientras que se ha reducido a la mitad en Asia oriental y sudoriental. Los resultados de los países presentan también grandes diferencias dentro de las regiones y el hambre sigue siendo todavía una realidad en los grupos más pobres y vulnerables de los países ricos.

En los últimos 50 años el hambre en el mundo no ha conseguido la constante atención que se merece. En coincidencia con un proceso fuertemente acelerado, un gran número de iniciativas emprendidas en todos los países han demostrado un mayor interés público por los problemas y cuestiones relacionados con la pobreza, el desarrollo sostenible y la seguridad alimentaria. .

Para (Barreto, 2011) América Latina aún tiene importantes retos en cuanto a seguridad alimentaria y la falta de acceso a una alimentación adecuada debido principalmente a las condiciones de pobreza en la que viven millones de personas en el continente.

En los países latinos la situación por la falta de acceso a los alimentos es bastante común, porque existen países muy pobres, en base a eso países europeos y otros países desarrollados han impulsado acciones para incorporar la temática de la seguridad alimentaria y nutricional para que sea de importancia y los conocimientos de todos los gobiernos. La experiencia indica que, para que continúen los rápidos descensos de la desnutrición en los países latinos donde es evidente la desnutrición , es necesario que el rendimiento de los principales alimentos básicos sea el principal objetivo para que siempre este en las líneas de acción de todo país y así evitar la falta de acceso estos.

IX. Bosquejo

1. Acceso a la alimentación

1.1 Definición

1.2 Importancia

1.3 Tipos de acceso

1.3.1 físico

1.3.2 Económico

1.3.3 Social

2. Acceso de los alimentos en los seres humanos

2.1 Estabilidad Económica

2.2 Disponibilidad

2.3 Aprovechamiento Biológico

2.4 Comercialización de los Alimentos

3. Causas de la falta de acceso a los alimentos

3.1 Equidad social

3.2 Ingreso económico de las familias

3.3 Cultura alimentaria

3.4 La educación escolar

3.5 Desastres provocados por fenómenos naturales

3.6 Desarrollo de capital humano

3.7 Proceso de globalización

4. Consecuencias de la falta de acceso a los alimentos

4.1 .Hambre

4.2 Desnutrición

4.3 Afectaciones en la salud

4.3.1. Enfermedades yodo carenciales

4.3.2. Carencia de vitamina A

4.3.3 Carencia de fibra alimentaria

X. Marco teórico:

1. Acceso a la alimentación

1.1 Definición:

El acceso a los alimentos según la (FAO, Seguridad Alimentaria , 2009) *se refiere a las posibilidades y capacidades que tienen las personas para adquirir los alimentos. Estos pueden estar disponibles en las comunidades y a la disposición para consumirlos, sin embargo hay factores generalmente económicos que los hacen inaccesibles a todas las personas.*

La FAO describe que los alimentos deben distribuirse y estar disponibles localmente y ser accesibles para todas las personas, sin embargo tenemos que saber que depende de la demanda de estos que a su vez determinen el precio de los alimentos, así como los ingresos que tengan las familias, pero si es un hecho que todos los individuos de una país tienen derecho de disfrutar del acceso físico y económico, a una alimentación adecuada y los medios para obtenerla. No padecer hambre es el mínimo nivel que debe estar garantizado dentro del derecho a la alimentación.

1.2 Importancia:

Para (Figuroa, 2012) *evitar la falta de acceso a la alimentación es importante para todas las naciones del mundo pero para eso se deben implementar estrategias de desarrollo que hagan constancia en la producción de alimentos básicos.*

Implementar estrategias de desarrollo ha demostrado ser un método eficaz en función de las empresas para ofrecer a los pobres, trabajos y así tener acceso a una mejor alimentación. Para la mayoría de las personas desnutridas que viven en las zonas rurales, el empleo e ingreso adicional derivado de la producción de alimentos básicos ha sido y continuará siendo la clave para conseguir mayor acceso a los alimentos. Si bien es preciso garantizar la disponibilidad de éstos, es igualmente importante que los consumidores tengan acceso a una alimentación inocua, variada y nutricionalmente equilibrada que les garantice una vida activa y saludable.

1.3 Tipos de acceso:

1.3.1 Físico.

El acceso físico, existe cuando los alimentos producidos llegan a todas las comunidades de un país, cuando la ubicación geográfica, permite a los pueblos adquirirlos; también si se cuentan con los mercados para la adquisición de los alimentos.

Esto implica que la alimentación adecuada debe ser accesible a todos sin importar en que área viva, a que grupo de edad pertenezca, cual sea su género, o el estado fisiológico en que se encuentre la persona.

1.3.2 Económico.

Existe cuando la familia tiene una cantidad de dinero disponible para gastar en alimentos en un periodo determinado sin aumentar o disminuir sus ingresos fijos.

Esto se refiere a que la familia no se vea limitada desde el punto de vista económico en la adquisición de los alimentos necesarios para un régimen de alimentación adecuado y además que pueda satisfacer sus otras necesidades básicas.

1.3.3 Social:

Se refiere cuando las personas reconocen los alimentos nutritivos y saludables para su consumo y que no están limitados por tabúes y costumbres erróneas.

En un artículo de (Jimenez, 2008) *nos dice que para un país, un mayor autoabastecimiento de alimentos que sean nutritivos pueden representar una mejora o un empeoramiento de la seguridad alimentaria. Se puede tratar de conseguirlo mediante políticas flexibles y acertadas, tales como programas de riego o de investigación agrícola.*

Esto nos indica que la búsqueda del autoabastecimiento puede conducir a una política destinada a conseguir a bajo precio productos rurales para alimentar a las ciudades pero creando incentivos absurdos que perjudican la producción de alimentos y al empleo.

2. Acceso de los alimentos en los seres humanos.

2.1 Estabilidad Económica :

Según (Solis, Nicaragua Alimentos Insuficientes, 2013) cuando se habla estabilidad económica en el acceso a los alimentos en los seres humanos se refiere a las incertidumbres de la oferta en el tiempo de las cosechas de alimentos. Su objetivo es reducir al mínimo las variaciones estacionales en el acceso a los alimentos esto se refiere a la estabilidad, de los suministros de alimentos (producción) y de los precios en las localidades. Para mantener la estabilidad de los suministros, debe existir estabilidad tanto de la producción como de los precios entre las diferentes zonas.

Esto que se menciona es significativo, porque, como estos alimentos provienen por lo general de la producción agrícola campesina, sector con alto predominio de pobres, (y visto) que constituyen la dieta mayoritaria de las poblaciones urbanas pobres, la producción de estos alimentos representa para ellos una fuente de ingresos, ya sea por comercialización de sus productos, o por el consumo propio.

2.2 Disponibilidad :

Para (Vargas, 2009) la disponibilidad de los alimentos, expresa las posibilidades que pueden tener las personas para alimentarse, es decir esto está relacionado con la cantidad y variedad de alimentos con que cuenta un país, una región, comunidad o el propio individuo y será dependiente de la producción, la importación, la exportación, el transporte y medios de conservación de los alimentos.

La disponibilidad es un elemento que tiene como finalidad asegurar los suministros suficientes de alimentos. Es un requisito esencial para el bienestar nutricional que depende del volumen de producción de las importaciones y exportaciones entre otras cosas.

Quizás la falta de acceso a los alimentos no sea un problema básicamente de disponibilidad alimentaria, es decir a la capacidad que tiene la persona en base a sus ingresos para adquirir alimentos, sino de la dificultad en la accesibilidad a la producción ya que en muchos países la producción de alimentos ha crecido, sin embargo el número de personas hambrientas ha aumentado debido al rápido crecimiento de la población.

2.3 Aprovechamiento biológico :

Para (Cuevas, 2011) *el aprovechamiento biológico, se refiere a cómo y cuánto se beneficia el cuerpo humano de los alimentos que consume y cómo los convierte en nutrientes para ser asimilados por el organismo. El nivel de salud y las condiciones ambientales son decisivos para que el organismo pueda utilizar adecuadamente las sustancias nutritivas contenidas en los alimentos.*

Esto nos indica que el aprovechamiento biológico de los alimentos depende del estado de salud de la persona y en particular de la presencia de enfermedades infecciosas o parasitarias que lo afectan reduciendo su capacidad para absorber e incluso ingerir los alimentos. La utilización biológica de los alimentos es un factor determinante en el estado nutricional de los individuos y por tanto forma parte de la seguridad alimentaria, evidenciando su gran participación en aspectos de suma importancia para lograr una buena y adecuada salud en las personas independientemente de la edad, raza, cultura, posición económica y región que habiten.

2.4 Comercialización de los alimentos :

Desde el punto de vista de (Aguilar, 2013) *cuando se habla de la comercialización de alimentos representa a que el suministro de alimentos a las ciudades requiere la integración coordinada de los administradores, los productores de alimentos, los transportistas, los operadores de los mercados y los numerosos minoristas, para que los distintos tipos de alimentos lleguen a la población en igual cantidad y así mismo con la misma variedad.*

En el futuro será un reto, proporcionar cantidades adecuadas de alimentos nutritivos y que se encuentren al alcance de la población urbana, en especial para los pobres. Una forma muy acertada de ocuparse para que la falta de acceso a los alimentos no afecte a estos sectores consiste en hacer más eficientes todas las actividades de suministros y distribución de alimentos en las ciudades: acopio, embalaje, almacenamiento, procesamiento, ventas al por mayor, al por menor y ventas ambulantes.

3. CAUSAS DE LA FALTA DE ACCESO A LOS ALIMENTOS

3.1 Equidad social:

Se conoce como equidad a la justicia social por oposición a la letra del derecho positivo. La palabra equidad proviene del latín "*equitas*".

Como tal, la equidad se caracteriza por el uso de la imparcialidad para reconocer el derecho de cada uno, utilizando la equivalencia para ser iguales. Por otro lado, la equidad adapta la regla para un caso concreto con el fin de hacerlo más justo.

En tanto para (Torrez, 2011) *la equidad social, es la aplicación de los derechos y obligaciones de manera justa y equitativa a las personas, independientemente de la clase social a la que pertenezca. Por ejemplo; ofrecer educación a los individuos, sin distinción de sexo, clase social, religión, entre otros.*

Para mejorar el acceso de los pobres a los alimentos, hay dos factores primordiales: El crecimiento económico y la equidad social. Para un hogar pobre cuya principal dotación es su mano de obra, el crecimiento económico con equidad puede ofrecer un mercado favorable para sus productos, mayores oportunidades de empleo, una mayor capacidad por parte de la sociedad para ayudar a los necesitados y por lo tanto, mayores derechos.

La equidad representa el acceso seguro a alimentos suficientes para todos los grupos sociales y lleva implícito la inocuidad alimentaria por su incidencia en la salud de la población.

3.2 Ingreso económico de las familias:

En el ingreso económico de las familias pueden provenir de distintas fuentes como: salario, ingresos por intereses, alquileres, ventas, remesas familiares, artesanías y otros.

Los ingresos económicos, de los miembros de la familia deben permitir satisfacer las necesidades básicas de cada miembro y estar acorde a la canasta básica del país. Los ingresos económicos incluyen bienes y servicios básicos tales como: agua, energía, telefonía y otros.

Para (Vargas, 2009) el empleo es una actividad que permite el ingreso económico y poder adquisitivo de la familia. además es la principal forma de disminuir la pobreza, para esto el empleo deberá ser permanente Y no de tiempo parcial o de temporadas del año, de lo contrario influirá de manera negativa en el ingreso económico y poder adquisitivo de las familias.

La producción hogareña tiene un rol muy importante en el ingreso económico de las familias ya que la producción en huertos y granjas por parte de las familias aumenta la disponibilidad de alimentos.

3.3 Cultura alimentaria.

La cultura alimentaria es la formación de hábitos alimentarios necesarios para mejorar la calidad de vida y permite a la población la adopción de actitudes y prácticas alimentarias adecuadas y saludables.

Para el ser humano, comer es más que alimentarse, comer es una fuente importante de placer, así como de interacción social y por ende reviste un significado cultural que a veces nada tiene que ver con la nutrición.

Comenta (Machado, 2014) que la cultura alimentaria y nutricional es una necesidad la cual refleja estilos de vidas más sanos, se hace necesario dotar a los actores educativos de conocimientos sólidos para que puedan enfrentar la problemática que se presenta en las escuelas y centros asistenciales que ofertan alimentos.

Las anterior definición es específica y su valor adquiere una gran ventaja en referencia a los pronunciamientos que hacemos en el campo de la cultura alimentaria, ya que permite revalorar al alimento como un elemento de funcionalidad o disfunción que establece la sociabilidad, contribuye a la armonía entre algunos grupos e individuos, además de que representa valores, costumbres y tradiciones.

3.4 La educación escolar con respecto a la falta de acceso a los alimentos:

Al referirnos a la educación escolar como una de las causas de la falta de acceso a los alimentos podemos decir que es necesario superar obstáculos pedagógicos relacionados con los contenidos de la seguridad alimentaria y nutricional.

Según (cruz, 2014) *que desde una perspectiva a largo plazo, la educación básica escolar constituye la mejor inversión en favor de los grupos más desfavorecidos y nos indica que es necesario convertir el aula de clase en un espacio de acción y pensamiento para generar cambios metodológicos y superar los obstáculos pedagógicos que la caracterizan actualmente y donde la acción del docente es esencial*

Esto nos indica que mediante la educación, en las escuelas podemos promover a mejorar el acceso a los alimentos y brindar a los escolares conocimientos importantes sobre las causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos. Además por medio de la educación escolar se debe tratar de perfilar un camino señalado para mejorar nuestros hábitos alimentarios como una estrategia de salud y vida desde la visión de la educación escolar.

Al respecto (Polledo, 2007) *nos dice que el docente es el elemento fundamental que tradicionalmente se ha vinculado a la enseñanza, por ser el docente quién proporciona al estudiante la mayor cantidad de situaciones y actividades con el propósito de que los estudiantes cambien su conducta y accionar. Refiere además que entre los factores que determinan la enseñanza, los aportes del docente son numerosos ya que de ellos depende: la pedagogía, la motivación, el conocimiento de la asignatura y las características humanas que son las de mayor relevancia.*

En Nicaragua como un hecho educativo, el gobierno y las instituciones especializadas han elaborado y publicado directrices alimentarias como base para la educación nutricional, estas son guías de alimentación para el niño menor de seis años, las guías de alimentación en la escuela están orientadas para la primera, segunda y tercera etapa de la educación básica, sin embargo no han llegado a la población, al respecto, se deben generar campañas educativas nacionales, regionales y locales con los lineamientos compartidos por los diferentes entes y con la participación de las comunidades.

3.5 Desastres provocados por fenómenos naturales :

Los desastres naturales como inundaciones, tormentas tropicales y largos periodos de sequía, por mencionar algunos están aumentando, lo cual trae consecuencias devastadoras para la gente de bajos recursos económicos que vive en todos los países del mundo.

Para (Gonzales, 2013) *generalmente se denomina como desastre por fenómenos naturales a un acontecimiento o serie de sucesos de gran magnitud, que afectan gravemente las estructuras básicas y el funcionamiento normal de una sociedad, comunidad o territorio, ocasionando víctimas y daños o pérdidas de bienes materiales, infraestructura, servicios esenciales o medios de sustento a escala o dimensión más allá de la capacidad normal de las comunidades o instituciones afectadas.*

De esta definición se desprende que un desastre no es un fenómeno natural, sino las consecuencias del impacto de un determinado fenómeno de origen natural o vinculado a la tecnología sobre una sociedad, una comunidad y los elementos vulnerables existentes en un territorio dado.

Para (Bordon, 2008) *las sequías son la causa más común de escasez de alimentos en el mundo. Tanto la seguridad alimentaria como el medio ambiente pueden beneficiarse de una mejora de las políticas. A menudo existen ventajas comparativas, pero se deben a incentivos o medidas erróneos: por ejemplo, los cultivos alimentarios que necesitan mucha agua, y en particular el arroz, ponen en peligro la utilización sostenible de este recurso cuando se favorece el arroz con respecto a otros cultivos, el agua con respecto a otros insumos o las inversiones urbanas con respecto a las inversiones rurales (que posiblemente llevarían consigo un ahorro de agua).*

En muchos países, el cambio climático ya está causando condiciones adversas. Cada vez más tierras fértiles sufren de erosión, salinización y desertificación. La deforestación a manos de los humanos causa una erosión acelerada lo cual dificulta la cosecha de alimentos e imposibilita recuperar recursos naturales importantes como el agua.

3.6 Desarrollo de capital humano:

El Capital Humano es el aumento en la capacidad de la producción del trabajo alcanzada con las mejoras en las capacidades de trabajadores, éstas capacidades realzadas se adquieren con el entrenamiento, la educación y la experiencia.

Aunque el término “Capital humano” existe desde mediados del siglo pasado, promovido, para originar el crecimiento económico de las sociedades occidentales, es hasta ahora que se le ha dado gran fuerza, para aplicarse a organizaciones y promover el desarrollo de la empresa, a través de sus individuos.

(Machado, 2014) se refiere al desarrollo de capital humano como el aumento de capacidad de la producción del trabajo alcanzado a través de la mejora en las capacidades de los trabajadores y nace ante la necesidad de las empresas de contar con una herramienta de alta tecnología que dé soporte en la producción, ya que ni con la tecnología más avanzada podemos alcanzar las metas deseadas si no la operamos con un recurso altamente calificado, que cuente con los conocimientos para aportar valor en la organización.

Esto nos demuestra que el desarrollo de capital humano no es posible si las personas que laboran en las empresas no tienen los conocimientos teóricos y técnicos para trabajar con las nuevas tecnologías esto ha sido fundamental para reducir la pobreza y mejorar la seguridad alimentaria. Muchos estudios han demostrado los efectos de la educación, sobre todo en la mujer, en la producción y productividad agrícolas y no agrícolas, así como en la salud y la nutrición.

Por lo tanto el capital humano tiene como objetivo incrementar la productividad, pero el éxito de cualquier emprendimiento depende principalmente de la flexibilidad y de la capacidad de innovación que tenga la gente que participa en cualquier organización.

3.7 Proceso de globalización:

La globalización es un fenómeno de carácter internacional: su acción consiste principalmente en lograr una penetración mundial de capitales (financieros, comerciales e industriales), ha permitido que la economía mundial (mecanismos que la integran: el comercio, la producción, y las finanzas) moderna abra espacios de integración activa que intensifiquen la vida económica mundial y surge como consecuencia de la internacionalización cada vez más acentuada de los procesos económicos, los conflictos sociales y los fenómenos político-culturales.

Según (Aguilar, 2013) el proceso de globalización ha sido definido como el proceso de desnacionalización de los mercados, las leyes y la política en el sentido de interrelacionar pueblos e individuos por el bien común. Aunque puede ser discutible que ello lleve a este bien, puede definirse como la fase en que se encuentra el capitalismo a nivel mundial, caracterizada por la eliminación de las fronteras económicas que impiden la libre circulación de bienes servicios y fundamentalmente de capitales.

Desde un punto de vista económico y mencionándolo como una causa de la falta de acceso a los alimentos la globalización es un proceso de integración de los mercados a escala mundial. Para ello ha sido indispensable la formación de bloques económicos orientados bajo la lógica del libre comercio con el fin de reproducir el capital.

Retomando lo anterior en un artículo de (Alimentacion, 2008) dice que en la actualidad, el fenómeno dominante es una globalización acelerada. Los bienes y servicios, los recursos financieros y la información atraviesan las fronteras en cantidad creciente y con rapidez cada vez mayor, en lo que constituye un fenómeno sin precedentes históricos.

Este proceso extraordinario conlleva también costos. La globalización, o la desaparición de las fronteras, no benefician automáticamente a los pobres. La capacidad de la humanidad de acompañar la globalización con la necesaria comprensión de sus efectos, así como la capacidad colectiva de orientar su fuerza en beneficio del bien común, serán fundamentales en los años próximos.

4. Consecuencias de la falta de acceso a los alimentos.

4.1. El Hambre.

El hambre es la sensación que indica la necesidad de alimentos. También puede ser escasez de alimentos básicos, que causa carestía y miseria generalizada o apetito y deseo de alimentos.

(Armiño, 2011) Nos dice que Fisiológicamente, el hambre está producida por los grandes estímulos que ejercen ciertas sustancias sobre nuestro cerebro. Así, por ejemplo, la hipoglucemia, estimula al hipotálamo lateral y produce estímulos vágales que nos obligan a comer.

Hay muchas razones por las cuales existe el hambre en el mundo y a menudo están interconectadas. Una de ellas es la trampa de la pobreza porque la gente vive en situación de pobreza generalmente no puede costearse comida nutritiva para ellos ni sus familias. Esta situación los vuelve más débiles y menos capaces de ganar el dinero que los hubiese ayudado a escapar de la del hambre. Esto no es solo un problema del día a día: cuando los niños sufren de desnutrición crónica, esto puede afectar su futuro incluso, condenándolos a una vida de pobreza y hambre.

Para (Torrez, 2011) Una mejor distribución de la riqueza, los recursos y las oportunidades es un factor clave en la lucha contra el hambre. Las situaciones extremas de desigualdad y de pobreza provocan desesperación en la población y tensiones desestabilizadoras en las sociedades rurales y urbanas.

Ello demuestra la necesidad de medidas orientadas específicamente a los grupos más necesitados, que no tengan en cuenta sólo las necesidades inmediatas de alimentación y atención de salud de los grupos desfavorecidos, sino que también les ofrezcan medios de desarrollo, es decir, acceso a los insumos, la infraestructura y los servicios básicos.

Hasta hoy en día hay suficientes alimentos en el mundo para que todos tengan lo necesario para vivir una vida sana y productiva. Existe, sin embargo, la necesidad de ser más eficiente, sostenible y justo en la manera de producir y distribuir alimentos. Esto significa apoyar a los pequeños agricultores que no pueden costear la compra de las semillas que utilizan para sembrar, lo cual trae como consecuencia el no poder plantar los sembradíos que hubiese provistos a sus familias de alimentos.

4.2 Desnutrición:

La desnutrición es una deficiencia en la ingesta de calorías y proteínas, la cual especialmente si es crónica, dificulta la salud y puede llevar a problemas en el desarrollo físico o intelectual que se pueden manifestar en diferentes problemas en los niños uno de ellos en el déficit atencional al momento de recibir clases, ya sea causando en el niño la falta de interés por las clases y en muchos casos sueño al momento de asistir a clases.

En una conferencia brindada por la (FAO, Seguridad Alimentaria , 2009). Dice que la desnutrición es el resultado físico del hambre, una enfermedad devastadora de dimensiones epidémicas, que padecen 52 millones de niños y niñas menores de cinco años en todo el mundo. Esto es el resultado de la escasez de alimentos o de una dieta inadecuada. La desnutrición causa la muerte al año de más de 3,1 millones de niños y niñas. Estas muertes podrían evitarse con un tratamiento nutricional adecuado.

La desnutrición es una de las causas más crueles que trae consigo la falta de acceso a los alimentos en el mundo, es decepcionante que aun en nuestros tiempos se siga presentando este tipo de problemas más aun en niños menores, que por lo general presentan un cuadro clínico de desnutrición severo puede terminar en la muerte del infante que se da por insuficiencia proteica en la dieta que trae como resultado flaqueza exagerada y falta de un déficit calórico total en la dieta. En los niños la desnutrición puede comenzar incluso en el vientre materno.

Las consecuencias de la desnutrición infantil son:

Para la (FAO, Seguridad Alimentaria , 2009)dentro de las consecuencias que trae consigo la desnutrición infantil están niños de baja estatura, pálidos, delgados, muy enfermizos y débiles, que tienen problemas de aprendizaje y desarrollo intelectual. Mayores posibilidades de ser obesos de adultos. Las madres desnutridas dan a luz niños desnutridos y las que padecen anemia o descalcificación tienen más dificultades en el parto con niños de bajo peso.

4.3 Afectaciones en la salud

4.3.1 Enfermedades yodo carenciales:

El yodo es un elemento esencial que, desde el punto de vista nutricional, se requiere en cantidades moderadas en los seres humanos. En su metabolismo intervienen la tiroxina y la triyodotironina que son hormonas de las glándulas tiroideas que contienen yodo. Su deficiencia es relativamente frecuente en zonas alejadas de la costa (cuando la dieta contiene pocos derivados de la pesca) o en zona montañosas (cuando se consumen productos vegetales cultivados en suelos pobres en este elemento).

En algunas de estas regiones, para mitigar el déficit de yodo, se enriquece la sal de mesa o sal con pequeñas cantidades de yodo en forma de sal yodada. Esta sal contiene yoduro de sodio . En otras zonas con deficiencia de yodo también se agregan estos compuestos a los alimentos, tales como harina, agua y leche.

Las enfermedades yodo carenciales son provocadas por dietas monótonas que pueden conducir la falta de determinados nutrientes, lo que constituye una forma particular de adquirir este tipo de enfermedades.

En un informe de (Glasdauer, 2006) comentaba que las enfermedades yodocarenciales han disminuido espectacularmente en los últimos años lo que constituye un gran logro para las políticas de seguridad nutricional de los países de mundo. Gracias a la yodación de la sal, que ocurrió entre los años de 1994-1997 desde ese momento la proporción de personas expuestas al riesgo de enfermedades yodocarenciales descendió del 33 al 23 por ciento en África, del 23 al 7 por ciento en América, del 29 al 14 por ciento en todo el mundo.

En este informe Glasdauer nos manifiesta la preocupación y el peligro existente cuando en nuestra alimentación nos falta el yodo, que es un elemento esencial para nuestra salud y de esta problemática es que los países se propusieron yodificar la sal lo cual era una de las maneras más sencillas y económicas para que estuviera presente en las mesas y en los alimentos de todas las personas del planeta.

Entre las enfermedades yodo carenciales más conocidas tenemos:

Escorbuto: Es una enfermedad producida por la falta de vitamina C. para prevenirlo debemos comer frutas frescas y hortalizas. Sus síntomas son: irritabilidad, dolor al moverse, pérdida de apetito, dificultad para ganar peso, huesos finos y quebradizos.

Raquitismo: Es una enfermedad carencial producida por la falta de vitamina D en la dieta o por niveles bajos de calcio y fósforo en la sangre. Sus síntomas son: deformidades esqueléticas, piernas arqueadas, proyección del esternón hacia delante, cráneo asimétrico, deformidades dentales, Para prevenirlo debemos comer alimentos ricos en vitamina D, como pescado y leche..

Bocio: Producido por la deficiencia de Yodo, sus síntomas son: Bulto en la región anterior del cuello, nerviosismo, palpitaciones, cansancio. Para prevenirlo debemos tomar un suplemento en la alimentación con yodo en forma de yoduro o yodato.

Anemia: se produce por la concentración baja de hemoglobina (recuento bajo de eritrocitos), produce palpitación de corazón, fatiga, vértigos, pérdida de concentración, piel pálida, depresión, dolor de cabeza. Para evitarla hay que tomar alimentos ricos en hierro.

Problemas del embarazo: La deficiencia de yodo es particularmente importante en las mujeres embarazadas o las que están lactando a sus niños. Una deficiencia severa de yodo en la madre se ha asociado con abortos espontáneos, nacimiento de niños muertos, parto prematuro y anomalías congénitas en los bebés. Los hijos de madres con insuficiencia severa de yodo durante el embarazo pueden sufrir de retardo mental y problemas de crecimiento, de la audición y del habla.

4.3.2 Carencia de vitamina A:

La vitamina A preformada o retinol, es una vitamina soluble en grasa que se encuentra únicamente en productos animales. Los carotenos o carotenoides pueden actuar como una provitamina. Existen muchos carotenoides en las plantas, pero el más importante para la nutrición humana es el betacaroteno, que se puede convertir en vitamina A por acción enzimática en la pared intestinal. La leche materna es una fuente importante de vitamina A para los niños.

Para (Armiño, 2011) la carencia de vitamina A tiene además un papel en varios cuadros clínicos no relacionados con los ojos, y puede contribuir a aumentar la tasa de mortalidad infantil, sobre todo en niños con sarampión.

Se ha demostrado en animales de laboratorio que dietas carentes de vitamina A, pueden influir en la presencia de infecciones agudas. Aparte de los ojos, la carencia de vitamina A también afecta adversamente las superficies epiteliales, y se asocia con un aumento en la incidencia de ciertos tipos de cáncer, incluso el cáncer de colon. Las manifestaciones oftálmicas graves de la carencia de vitamina A producen destrucción de la córnea y ceguera, y se observan principalmente en niños de corta edad.

Según (Esteban Ramos, 2009) la carencia de vitamina A es la causa más común de ceguera infantil en muchas áreas endémicas. La xeroftalmía aparece casi siempre en niños que viven en la pobreza. Es sumamente raro encontrar casos en familias más acomodadas, inclusive en áreas donde hay prevalencia de xeroftalmía. Es una enfermedad que se relaciona con el bajo nivel socioeconómico, niveles bajos de alfabetización femenina, carencia de tierra, desigualdades, falta de atención primaria de salud curativa y preventiva, alta tasa de enfermedades infecciosas y parasitarias (frecuentemente en relación con saneamiento y suministro de agua insuficiente) e inseguridad alimentaria de la familia.

Es siempre muy triste y frustrante ver a un niño con xeroftalmía avanzada y una córnea perforada, cuando unos días antes se hubiese podido salvar su visión. Unos pocos días y unos cuantos centavos podrían haber evitado toda una vida de ceguera. Los padres son generalmente pobres y sin educación. Aman a sus hijos, pero pueden estar resignados con la enfermedad debido a que

tienen poco acceso a buenos servicios de salud, o son fatalistas o tienen reservas respecto a la medicina occidental. Por consiguiente, un pequeño problema oftálmico quizá no obligue a los padres a buscar con rapidez atención de salud, aun cuando esté fácilmente disponible.

4.3.3 Carencia de fibra alimentaria:

A pesar de no ser un nutriente, la fibra alimentaria es un componente importante de nuestra dieta. La principal razón de su importancia es que pasa por nuestro organismo sin ser absorbida.

Según (Lanh, 2013) la fibra alimentaria está formada por partes comestibles de plantas que nuestro intestino delgado es incapaz de digerir o absorber y que llegan intactas al intestino grueso. Entre ellas, se encuentran los polisacáridos distintos del almidón (por ejemplo, la celulosa, la hemicelulosa, las gomas y las pectinas), los oligosacáridos (por ejemplo, la inulina), la lignina y las sustancias vegetales asociadas (por ejemplo, las ceras y la suberina).

El término fibra alimentaria comprende además un tipo de almidón conocido como almidón resistente (presente en legumbres, semillas y granos parcialmente molidos y algunos cereales de desayuno) porque resiste a la digestión en el intestino delgado y llega intacto al intestino grueso.

Tipos de fibra alimentaria:

A menudo, la fibra alimentaria se clasifica según su solubilidad, en fibra soluble o insoluble., ambos tipos de fibra se encuentran en distintas proporciones en los alimentos que contienen fibra. La avena, la cebada, las frutas, las verduras y las legumbres son buenas fuentes de fibra soluble. Los cereales integrales y el pan integral son fuentes ricas en fibra insoluble.

La fibra alimentaria y la salud

Comenta (Jimenez, 2008) que la fibra alimentaria ingerida avanza por el intestino grueso, donde es fermentada parcial o totalmente por las bacterias intestinales. Durante el proceso de fermentación, se forman diversos subproductos, ácidos grasos de cadena corta y gases. Los efectos beneficiosos para la salud de la fibra alimentaria se derivan de la acción combinada del proceso de fermentación y de los subproductos resultantes.

Para beneficiarse de todos los efectos de la fibra es importante variar las fuentes de fibra en la dieta. Las dietas con frutas, verduras, lentejas o alubias y cereales integrales no sólo proporcionan fibra, sino que aportan además otros nutrientes y componentes fundamentales para una salud óptima.

XI. PREGUNTAS DIRECTRICES

¿Cuáles son las causas de la falta del acceso a los alimentos?

¿Qué consecuencias trae la falta de acceso a los alimentos?

XII. CONCLUSIONES:

En todos los países del mundo se deben implementar estrategias de desarrollo que hagan constancia en la producción de alimentos.

Evitar la falta de acceso a los alimentos es una medida que puede ayudar a contribuir en el mejoramiento del estado nutricional de los países.

La disponibilidad de alimentos en un país es un requisito esencial para el bienestar nutricional de la población.

La manera de como las personas podemos beneficiarnos del aprovechamiento biológico es capacitando a la población para utilizar adecuadamente los bienes y servicios necesarios para mantener un estado de salud apropiado. .

La cultura alimentaria es una necesidad que refleja, estilos de vida más sanos que incluyen actitudes y practicas alimentarias adecuadas más saludables.

Es muy significativa la educación escolar para mejorar y promover el conocimiento sobre la importancia de evitar la falta de acceso a los alimentos.

Es de sumo valor evitar la carencia de vitamina A en nuestro organismo para prevenir en un futuro afectaciones en los ojos que nos pueden llevar a la ceguera.

Las enfermedades yodo carenciales son provocadas por dietas cansadas que provocan la falta de nutrientes que constituyen una manera muy particular de adquirir algunos tipos de enfermedades como el bocio, anemia, raquitismo, esto debido a la falta de vitaminas esenciales encontradas en el yodo.

La falta de acceso a los alimentos en el país está relacionada al desempleo, bajos salarios y la falta de acceso a la tierra para cosechar.

La cultura alimentaria está basada en un patrón relativamente barato sustentado en alimentos poco nutricionales.

XII. BIBLIOGRAFÍA:

Aguilar, C. (2013). *Capital humano*. Mexico: Copabe.

Alimentacion, o. d. (2008). textos fundamentales. *disponibilidad de alimentos*, (pág. 56). Estados Unidos.

Armiño, C. P. (2011). Definicion de Hambre. En C. P. Armiño, *Accion Humanitaria* (pág. 27). España: Hegeoa.

Barreto, M. (jueves de mayo de 2011). La alimentacion en america . *LA PRENSA*, pág. 6.

Bordon, O. E. (2008). Desastres naturales y la sociedad. *Revista Medica Electronica*, 30-34.

Costa, F. (2010). Asamblea FAO - ONU. *Asamblea FAO - ONU*. Caracas - Venezuela.

cruz, E. d. (2014). *perpectiva educativa de la educacion escolar*. Brasil: Fundacion Bengoa.

Cuevas, K. M. (2011). Desarrollo integral para los pueblos de america latina y el caribe. En K. M. Cuevas, *Desarrollo integral* (págs. 78,79). dominicana : people.

Esteban Ramos, G. S. (2009). *Nutricion Poblacional*. Mexico: Berrun.

FAO. (2009). Seguridad Alimentaria . *Alimentos Para el Mundo*, (pág. 11). ITALIA.

Figueroa, D. (2012). Nutricion . *Recife*, 67,68.

Girela, M. A. (2006). *Nuevos Alimentos* . España: Aranzandi.

Glasdauer, M. (2006). *Guia de nutricion de la familia*. ITALIA: Ann.

Gonzales, N. E. (2013). Cultura Alimentaria. *Alimentacion y Nutricion*, 17.

Gonzalez, M. H. (12 de mayo de 2014). La Prensa. *Hablemos de Alimentacion*, pág. 11

Jimenez, J. A. (2008). Analisis de la pobreza y la seguridad alimentaria y nutricional en nicaragua. *Objetivos del dearrollo del milenio*, 8-11.

Lanh, P. (2013). *Asociacion Dietetica*. Estados unidos: D.H Role.

Machado, M. (24 de junio de 2014). *Desarrollo de capital humano*. Obtenido de Desarrollo de capital: [htt:wwwcapitalhumanoycapacitacion.com](http://www.capitalhumanoycapacitacion.com)

Marin, E. (2010). Alimentos Insuficientes . *Envio* , 8/10.

Polledo, F. (viernes de Diciembre de 2007). Gestion de seguridad alimentaria. *mundi*, pág. 10.

Solis, V. A. (2006). Situacion Alimentaria en Nicargua. *Envio*, 23/24.

Solis, V. A. (2013). Nicaragua Alimentos Insuficientes. *Envio* , 24/25.

Torrez, F. (jueves de mayo de 2011). segurida alimentaria. *plaza*, pág. 6.

Vanegas, C. (MARTES de JULIO de 2012). Alimentos mas caros . *LA PRENSA* , pág. 5.

Vargas, O. M. (2009). Desarrollo Humano. En O. M. Vargas, *Desarrollo Humano* (págs. 34,35). Guatemala: pavas.

XIII. ANEXOS

Planeamiento Didáctico:

Un planeamiento didáctico es el que realiza cada docente relacionado con la programación en los talleres de educación y capacitación (TEPCE) .Es un proceso que permite seleccionar y organizar las variadas situaciones y experiencias de aprendizaje y evaluación que realizarán los estudiantes de forma individual o en grupo con la mediación o conducción del docente para obtener resultados óptimos en el desarrollo de las competencias e indicadores de los logros propuestos.

El planeamiento didáctico es necesario porque evita la rutina, posibilita la reflexión previa sobre las distintas alternativas para realizar las tareas docentes además evita las improvisaciones y dudas que provoca el trabajo desordenado y poco eficaz, cabe mencionar que la flexibilidad del nuevo currículo y la incorporación de los diferentes recursos de apoyo al planeamiento didáctico como: libros de texto, cuadernos de trabajo y tecnologías. Ha propiciado la creatividad de los docentes en el desarrollo de las prácticas docentes.

Los ejes transversales y la formación de valores deben estar presentes en el planeamiento didáctico ya que contribuyen al logro de una educación integral de los y las estudiantes y permiten vincular los contenidos programados con la realidad cercana al estudiante.

Unidad Didáctica.

Escuela:

Octubre 2015

Turno: Vespertino Sección: "A" Grado: Noveno

Numero	Indicadores de logros	Contenidos básicos	Actividades de aprendizajes sugeridas	Procedimientos de evaluación
1	Analiza y explica los componentes y la importancia de la seguridad alimentaria y nutricional.	Disponibilidad	<p>Analice, y explique del pilar de la disponibilidad de los alimentos lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> -A qué se refiere cuando se habla de la disponibilidad de los alimentos. -De que factores depende la disponibilidad de los alimentos. -En la disponibilidad de los alimentos se debe tomar en cuenta la distribución. 	
Numero	Indicadores de logros	Contenidos básicos	Actividades de aprendizajes sugeridas	Procedimientos de evaluación
2	Conocer cuáles son las causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos.	Acceso de los alimentos	<p>Analice y explique a través de una mesa redonda del pilar de acceso a los alimentos lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> -En el ambiente local los factores que pueden afectar el acceso a los alimentos en su medio son: -Qué acción tienen los siguientes temas en relación al acceso a los alimentos: -El ingreso económico de las familias. -El empleo. -El precio de los alimentos. -La educación. 	

3		Utilización biológica de los alimentos.	<p>Realice un debate basado en cuestionario elaborado anteriormente en donde participen todos los estudiantes de la clase y así llegar a realizar el trabajo sobre el pilar utilización biológica de los alimentos, presentar conclusiones al docente para valoración y evaluación.</p> <ul style="list-style-type: none">-Expresa sus conocimientos relacionados a la utilización biológica de los alimentos.-Porque el estado de salud es fundamental para hacer un adecuado aprovechamiento de los nutrientes.-La presencia de enfermedades causa a menudo pérdida del apetito a las personas.-Explique como el uso de las letrinas contribuyen al mejoramiento del sistema biológico.-Explica causas y consecuencias de enfermedades por deficiencia alimentaria como la anemia, las caries dentales y la falta de yodo en nuestro organismo.	
---	--	---	---	--

Plan de clase:

Datos generales:

Nombre del centro:

Nombre del docente:

Asignatura: Ciencias Naturales

Grado: Noveno “A” Fecha: 26 /10/2015 Tiempo: 90 Min.

Familia de valores: Creatividad, iniciativa, solidaridad, científicidad y sabiduría.

Eje problemático: falta de conciencia sobre cuidado y protección de los recursos naturales (agua).

Eje transversal: Educación para salud y la seguridad alimentaria y nutricional.

Principios: Alimentación, recreación, higiene y educación integral.

Nº Nombre de la unidad: VI Seguridad Alimentaria y Nutricional.

Subtema: Causas y consecuencias de la falta de acceso a los alimentos

1-Objetivos: Expresar la importancia que tiene la seguridad alimentaria y nutricional

2-Actividades iniciales:

-Asistencia

- Revisión de tareas

- Recordamos el tema anterior

- Preguntas diagnósticas

- Formación de grupos

Mediante participación voluntaria le solicito a los alumnos que expresen sus conocimientos sobre:



¿Qué entienden por acceso de los alimentos?

¿Cuál es la importancia del acceso a los alimentos?

¿Qué beneficios obtenemos al tener una alimentación adecuada?

3- Actividades a desarrollar:

Luego de las preguntas realizadas a las estudiantes y ideas proporcionadas por los estudiantes, organizo a los estudiantes en equipos.

Entre las actividades a desarrollar les dicto un cuestionario de preguntas las cuales las contestarán y entregarán en trabajó aparte al final de la clase.

Cuestionario de preguntas:

1-¿Qué es acceso a los alimentos?

2-¿Qué factores inciden en el acceso de los alimentos?

3- ¿Qué problemas causa la falta de acceso a los alimentos en un país?

4-¿Cuál es la importancia de evitar la falta de acceso a los alimentos?

5-¿Mencione los factores que usted conoce relacionados con la falta de acceso a los alimentos?

6-¿Mencione enfermedades provocadas por la falta de acceso a los alimentos?

7-¿Por qué cree usted que la pobreza es una de las principales causas de la falta de acceso a los alimentos?

4-Actividades de culminación:

Expresar en plenario por medio de 6 estudiantes las respuestas de la guía de trabajo.

Presentar el trabajo al docente individualmente (Guía)

5-Actividades de evaluación:

Evaluar los aportes de los estudiantes y la entrega de la guía en tiempo y forma por cada estudiante.

Tarea:

Investigar y reforzar más sus conocimientos sobre la seguridad alimentaria y nutricional en nuestro país Nicaragua.

Observación:



Es común que niños de las escuelas de Nicaragua reciban una ración de comida, esto debido a que el gobierno actual se ha interesado por la seguridad alimentaria y nutricional de los niños y adolescentes del país.



Escenarios de pobreza en una comunidad de Nicaragua.



La capital Managua presenta índices de pobreza.



Fenómenos naturales como la sequía afectan al medio ambiente, lo cual trae consigo la falta de acceso a los alimentos en diferentes partes del planeta tierra.



En países desarrollados la disponibilidad de alimentos es notoria y es común encontrar gran variedad de alimentos ricos en vitaminas y proteínas esenciales para la salud de todos nosotros los seres humanos.



Símbolo mundial de la FAO, principal organismo preocupado por la seguridad alimentaria y nutricional de los países del mundo.

CRONOGRAMA

Actividades realizadas en el seminario de graduación.	Mes	SEMANA
Análisis de la normativa	Agosto	22-29
Selección del tema general	Agos/ sept	29-05
Delimitación del tema	septiembre	05-12
Elaboración de bosquejo	septiembre	12-19
Revisión de bosquejo, elaboración de los objetivos y justificación	septiembre	19-26
Introducción, Marco teórico, estudio de normas APA	Sep./ octbr	26-03
Revisión de marco teórico, tutorías.	Octubre	03-10
Tutorías	Octubre	10-17
Revisión por tutorías	Octubre	17-24
Revisión de marco teórico y elaboración de conclusiones	Octubre	24-31
Revisión de introducción general y conclusiones	Oct./ Nov	31-07
Revisión conclusiones, bibliografía y anexos.	Noviembre	07-14
Revisión de conclusiones y trabajo en general	Noviembre	14-21
Revisión de trabajo en general para entregar en borrador.	Noviembre	21-28
Entrega de trabajo en borrador.	Nov/Dicm	28-05
Entrega final del trabajo	Diciembre	05/12