



UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN DEL URUGUAY

FACULTAD DE CIENCIAS AGRARIAS

CENTRO REGIONAL ROSARIO

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

“ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE LOS REQUERIMIENTOS
NUTRICIONALES DE NIÑOS PREESCOLARES (2-5 AÑOS) Y EL
PLAN MÁS VIDA EN SAN NICOLÁS DE LOS ARROYOS EN EL MES
DE SEPTIEMBRE DE 2014”

*Tesina presentada para completar los requisitos del plan de estudios de la
Licenciatura en Nutrición.*

ALUMNA: DUCCA ALDANA MELISA

DIRECTORA: LIC. GÓMEZ MARÍA BELÉN

ROSARIO 2014

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por haberme permitido cumplir este sueño y ser mi guía en todo momento.

A la Licenciada María Belén Gómez por haber aceptado ser mi tutora, y por guiarme en la realización del trabajo de investigación con total compromiso, dedicación y generosidad.

A la Universidad de Concepción del Uruguay y a todos los profesores, quienes me ayudaron a reafirmar mi vocación.

A mi familia, quien fue de apoyo fundamental durante toda la carrera, por su afecto incondicional.

A mi novio, por estar a mi lado apoyándome en todo.

A todos ellos, muchas gracias.

DEDICATORIAS

A mis padres, Nilse y Edgardo.

A mis hermanos, Leandro, Daiana y Lucila.

A mi abuela, Nélida.

A mi novio, Eduardo.

“Las opiniones expresadas por los autores de esta tesina no representan necesariamente los criterios de la carrera de Licenciatura en Nutrición de la facultad de Ciencias Agrarias de la Universidad de Concepción del Uruguay.”

ÍNDICE

RESUMEN.....	11
INTRODUCCIÓN.....	13
JUSTIFICACIÓN	16
ANTECEDENTES Y ESTUDIOS REALIZADOS	19
PROBLEMA.....	24
OBJETIVOS	24
MARCO TEÓRICO.....	25
1. <i>REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES DE NIÑOS PREESCOLARES.....</i>	<i>25</i>
1.1. <i>¿Qué debe incluir el plan de alimentación?.....</i>	<i>27</i>
1.2. <i>Porciones diarias estimadas de alimentos</i>	<i>29</i>
2. <i>CARACTERÍSTICAS DE LA ALIMENTACIÓN EN NIÑOS PREESCOLARES</i>	<i>29</i>
2.1. <i>Conducta alimentaria y hábitos alimentarios</i>	<i>30</i>
2.2. <i>Factores que influyen en el consumo de alimentos.....</i>	<i>34</i>
3. <i>EDUCACIÓN ALIMENTARIA NUTRICIONAL (E.A.N).....</i>	<i>35</i>
3.1. <i>Guías Alimentarias para la Población Argentina.....</i>	<i>37</i>
3.2. <i>Estilo de vida saludable y actividad física.....</i>	<i>39</i>
4. <i>EDAD PREESCOLAR</i>	<i>40</i>

4.1. Crecimiento.....	41
4.2. Composición corporal	43
4.3. Desarrollo físico- motor	44
4.4. Desarrollo intelectual.....	46
4.5. Desarrollo del lenguaje	47
4.6. El contexto social	48
4.7. La neofobia	49
4.8. El biberón y el chupete.....	50
5. PLAN MÁS VIDA	50
5.1. Plan Vida.....	51
5.2. Inicio del Plan Más Vida.....	53
5.3. El Plan Más Vida actual	55
5.4. Trabajadoras barriales.....	56
6. APLICACIÓN DEL PLAN MÁS VIDA EN SAN NICOLÁS DE LOS ARROYOS	57
6.1. Beneficiarios.....	57
6.2. Prestaciones.....	58
6.3. Trabajadoras barriales.....	59
7. ENFOQUE DE DERECHOS HUMANOS	60
7.1. El desarrollo humano.....	62
7.2. Clasificación de los Derechos Humanos.....	63
7.3. Principios de los Derechos Humanos	64
8. DERECHOS DEL NIÑO	67

9. DERECHO A LA ALIMENTACIÓN	72
10. OBLIGACIONES DEL ESTADO	75
11. OBJETIVOS DEL DESARROLLO DEL NUEVO MILENIO	78
REFERENTE EMPÍRICO.....	80
DISEÑO METODOLÓGICO	85
<i>OPERALIZACIÓN DE VARIABLES</i>	89
<i>PROCEDIMIENTO</i>	90
RESULTADOS	94
DISCUSIÓN	107
CONCLUSIONES	111
ANEXO	114
BIBLIOGRAFÍA	123
DOCUMENTOS ELECTRÓNICOS	126
PÁGINAS WEB CONSULTADAS	128

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla I Porciones diarias estimadas de todos los grupos de alimentos para niños preescolares.....	29
Tabla II Incremento de peso por año.....	42
Tabla III Incremento de talla por año.....	42
Tabla IV Habilidades del niño según etapas.....	45
Tabla V Alimentos más económicos para la alimentación adecuada de niños preescolares.....	95
Tabla VI Promedio de peso bruto de alimentos requerida mensualmente por niños preescolares.....	96
Tabla 7 Supermercados seleccionados para el relevamiento de precios.....	97
Tabla VIII Costos de alimentos en supermercado "3M SUPERMERCADOS®".....	98
Tabla IX Costos de alimentos en supermercado "Lagostena®".....	99
Tabla X Costos de alimentos en supermercado "Carrefour®".....	100
Tabla XI Promedio de costos de cada alimento y por grupo de alimentos.....	101
Tabla XII Promedio del costo de los alimentos que requiere un niño preescolar por mes.....	102
Tabla XIII Lista de barrios beneficiarios del Plan Más Vida.....	114
Tabla 14 Planilla para recolección de datos.....	116
Tabla XV Factor de corrección de los alimentos.....	117
Tabla XVI Porcentaje de aumento por cocción de cereales y legumbres.....	118
Tabla XVII Medidas, equivalencias y porciones de lácteos, carnes y huevos.....	119

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

Tabla XVIII Medidas, equivalencias y porciones de fiambres, legumbres, cereales y derivados.....	120
Tabla XIX Medidas, equivalencias y porciones de panificados, azúcares, grasas y líquidos.....	121
Tabla XX Medidas, equivalencias y porciones de hortalizas y frutas.	122

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Gráfica de las Guías Alimentarias para la Población Argentina.	39
Ilustración 2 Mapa de la República Argentina.	81
Ilustración 3 Plano del centro de la ciudad de San Nicolás de los Arroyos.	82
Ilustración 4 Barrios del centro de la ciudad de San Nicolás.	83
Ilustración 5 Barrios de la zona norte de la ciudad de San Nicolás.	83
Ilustración 6 Barrios de la zona sur de la ciudad de San Nicolás.	84
Ilustración 7 Barrios de la zona oeste de la Ciudad de San Nicolás.	84
Ilustración 8 Porcentaje que cubre el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos del costo mensual de la alimentación de un niño preescolar en Septiembre de 2014.	104
Ilustración 9 Porcentaje que cubre el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos de cada grupo de alimentos que requiere un niño preescolar en septiembre de 2014.	104
Ilustración 10 Distribución del dinero del Plan Más Vida cubriendo el 100% de los requerimientos de leche de un niño preescolar.	106
Ilustración 11 Frutas y hortalizas de estación.	115

RESUMEN

En el presente trabajo se propuso determinar qué porcentaje de los requerimientos nutricionales de niños preescolares cubre el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos, en el mes de Septiembre de 2014. Se llevó a cabo con una investigación descriptiva, de diseño transversal y observacional.

El Plan Más Vida otorga \$ 203,50 mensuales para niños en edad preescolar a través de una tarjeta magnética que sólo puede utilizarse por los beneficiarios para la compra de alimentos.

De todos los alimentos que forman parte de la alimentación adecuada de niños preescolares, se seleccionaron los más económicos de cada grupo. Luego, se investigó el costo de esa cantidad de alimentos a través de un relevamiento en tres supermercados de la ciudad. Los datos se obtuvieron por observación y tomando nota en planillas previamente impresas con casilleros para completar. En los supermercados se seleccionaron las marcas de cada uno de los alimentos que tiene el menor costo y según criterios de inclusión y exclusión descriptos. Se realizó un promedio del costo de los alimentos de los tres supermercados.

Con la sumatoria del promedio de costos de todos los alimentos se obtuvo que el costo total de la alimentación adecuada de un niño preescolar es de \$ 638,69

mensuales. Este dato pudo finalmente relacionarse con el dinero aportado por el Plan Más Vida.

Se obtuvo como resultado que el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos cubre el 31,86 % de los requerimientos nutricionales de los niños en edad preescolar en el mes de Septiembre de 2014.

Teniendo en cuenta la modalidad anterior del plan (entrega directa de leche), el Plan Más Vida cubre el 100% de los requerimientos de leche de un niño preescolar y el 20,98 % del resto de los alimentos en San Nicolás en el mes de Septiembre de 2014.

Los proyectos de ayuda social que aplica el Estado deben evaluarse con periodicidad, deben analizarse los resultados obtenidos con su aplicación y actualizarse constantemente. Esto no fue llevado a cabo en el Plan Más Vida. Éste contribuye a cubrir los requerimientos nutricionales de los niños preescolares, pero no en forma total, ya que, la cantidad de dinero brindado cubre un porcentaje muy bajo de la alimentación adecuada de niños preescolares.

Palabras clave: Edad preescolar – Plan Más Vida – Requerimientos Nutricionales – Alimentación adecuada – Costo de alimentos – San Nicolás de los Arroyos – Septiembre de 2014.

INTRODUCCIÓN

El cumplimiento de los requerimientos nutricionales de los niños es importante para evitar el desarrollo de enfermedades, especialmente las enfermedades crónicas no transmisibles y la desnutrición. En el caso de la población en riesgo socioeconómico, con necesidades básicas insatisfechas (NBI), es el Estado quien debe brindar los recursos necesarios para poder lograrlo. Asegurando así el cumplimiento del derecho a la alimentación. La modalidad de intervención estatal actual, en el marco del enfoque de derechos humanos¹ y en búsqueda del logro de los Objetivos de Desarrollo del nuevo Milenio (ODM)², es la transferencia monetaria. Así los planes sociales cumplen una importante función, contribuyendo a la correcta alimentación de los niños. Esto cobra relevancia en el análisis poblacional a largo plazo, ya que, el crecimiento y el desarrollo adecuados en los niños se traducirán en un futuro con generaciones más sanas.

En la edad preescolar, comprendida entre los dos y los cinco años (Lorenzo, y otros, 2007), los niños tienen necesidades alimentarias muy específicas y una gran vulnerabilidad nutricional. Hay importantes cambios físicos y se desarrollan muchas habilidades. Es fundamental la correcta alimentación para un crecimiento óptimo.

El objetivo epidemiológico a largo plazo es la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, desde los primeros años de la vida. Por tal motivo, desde edades

¹ Conjunto de principios y herramientas que permite aplicar los derechos humanos a las prácticas gubernamentales.

² Objetivos y metas cuantificables a alcanzarse en el año 2015, a partir de los cuales se puede evaluar el progreso general. Fueron establecidos en la Cumbre del Milenio del año 2000.

tempranas es necesario promover hábitos de alimentación correctos y estilos de vida saludables que favorezcan la prevención de enfermedades como la desnutrición, la anemia, la diabetes mellitus, la obesidad, la hipertensión, enfermedades coronarias y neoplasias.

En San Nicolás de los Arroyos, ciudad ubicada en el extremo norte de la Provincia de Buenos Aires, tiene vigencia un plan social llamado Plan Más Vida. Éste tiene su oficina en el Centro Integrador Comunitario (CIC). Los destinatarios del plan son las mujeres embarazadas y los niños desde el nacimiento hasta los seis años de edad, de las familias vulnerables de 35 barrios de la localidad.

El Plan Más Vida consta de la acreditación mensual de una suma de dinero que el titular puede utilizar para la compra de alimentos a través de una tarjeta magnética.

La compra a través de la tarjeta, les permite tener libre elección a la hora de seleccionar los productos del mercado. Además, favorece el desarrollo familiar, promoviendo la elaboración de los alimentos en el hogar y el consumo de las comidas en familia. Estos beneficios del plan, requieren también mayor compromiso para poder ofrecer a los beneficiarios la información y recursos adecuados para poder tomar buenas decisiones a la hora de la selección, compra, almacenamiento, cocción y servicio de los alimentos. Logrando eso, se puede fortalecer el acceso a una mejor nutrición.

El Plan Más Vida es un programa a cargo del Ministerio de Desarrollo Humano y Trabajo de la Provincia de Buenos Aires. La provincia establece los criterios

generales de funcionamiento a través de la Dirección de Políticas Alimentarias, y a nivel municipal, la ejecución depende de las Unidades Ejecutoras Municipales.

La Declaración Internacional de los Derechos Humanos se firmó en 1948 y Argentina es un Estado parte. Una vez que un Estado firma las declaraciones acerca de los derechos humanos y otras declaraciones siguientes tendientes a la garantía de los derechos de niños y adolescentes, pasan a tener fuerza de ley, formando parte de la Constitución Nacional y del marco jurídico de aplicación actual (AADYND, 2010). Esto significa la obligación por parte del Estado de maximizar el compromiso y el derecho por parte de los ciudadanos de poder exigir su cumplimiento.

El derecho a la alimentación es uno de los derechos humanos y en su definición tiene muchos aspectos a considerar. El Estado debe tomar medidas y crear programas que tiendan a asegurar una distribución equitativa y acceso de todas las personas a los alimentos. En este contexto se desarrollan los planes sociales con objetivo de hacer cumplir el derecho de toda persona a la alimentación.

Si la aplicación del Plan Más Vida está orientada a satisfacer los requerimientos nutricionales de los niños hasta su ingreso a la escuela, debe brindar los recursos necesarios para poder lograrlo. Los adultos responsables de los niños, a través de la compra de alimentos con el dinero acreditado mensualmente en las tarjetas magnéticas, tienen que cubrir gran parte de los requerimientos nutricionales de los mismos.

JUSTIFICACIÓN

El aprendizaje y las experiencias vividas en los primeros cinco años de vida son condicionantes para el desarrollo de la conducta alimentaria futura. Muchos problemas alimentarios se originan en esta etapa y se pueden prevenir.

A los dos años de vida, en una alimentación adecuada, el niño ya está integrado a la alimentación familiar, compartiendo la mesa y los alimentos que allí se incluyen. En ese momento se comienzan a formar los cimientos para la alimentación futura del niño, se crean hábitos, se marcan preferencias y las prácticas alimentarias de los padres tienen una importancia fundamental en este proceso. El niño deja de comer sólo por estímulos de hambre y comienzan a intervenir señales ambientales y sociales en el deseo de comer.

Los niños de esta edad no forman parte de los programas para la compra de fórmulas infantiles y hasta los seis años (edad en que comienzan el primer año de la educación primaria) no está asegurada su concurrencia a comedores escolares.

El consumo de los alimentos adecuados significa más que proporcionar nutrientes para el crecimiento y mantenimiento del cuerpo, el desarrollo de hábitos alimentarios y de conocimiento nutricional es paralelo al desarrollo cognitivo que tiene lugar en una serie de etapas, cada una de las cuales sientan las bases para la siguiente (Mahan, LK y Escott-Stump S., 2001).

El Plan Más Vida fue creado para mejorar el acceso a los alimentos de las personas con mayor riesgo nutricional: mujeres embarazadas y niños hasta los seis años de vida pertenecientes a familias de bajos recursos económicos.

Por los motivos anteriormente expuestos, la edad comprendida entre los dos y los cinco años es un período de gran vulnerabilidad nutricional, razón por la cual, la edad preescolar fue la elegida para la realización de este trabajo.

La evolución conceptual y metodológica en las modalidades de intervención, en políticas nutricionales de Argentina, se refleja en la incorporación progresiva de transferencias monetarias a las familias. En esta etapa, es necesario generar y difundir evaluaciones que permitan conocer el impacto de estas modalidades y realizar los ajustes necesarios. De todas formas, la información nutricional disponible para el país muestra que el problema nutricional es mayormente cualitativo. Se requiere un consumo proporcionalmente mayor de micronutrientes y proteínas, que no pueden ser incorporados efectivamente a las modalidades de asistencia directa.

El Estado nacional debe apoyar en su función pública al respeto, promoción y cumplimiento de los Derechos Humanos. En este contexto, tiene la obligación de proteger y promover el derecho a la alimentación a través de la creación de políticas de seguridad alimentaria.

La seguridad alimentaria según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) es *“Cuando todas las personas tienen en todo momento el acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y*

nutritivos que satisfacen sus necesidades y preferencias alimentarias para llevar a cabo una vida activa y sana”³.

Con la realización de esta investigación se desea conocer qué porcentaje de los requerimientos nutricionales de niños preescolares cubre el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en Septiembre de 2014, a través de la compra de los alimentos adecuados, en función de los costos disponibles y teniendo en cuenta las características culturales de la población. Además, se pretende fomentar el estudio de éste y de otros programas de ayuda social.

³ Cumbre Mundial sobre la Alimentación, 1996.

ANTECEDENTES Y ESTUDIOS REALIZADOS

Los antecedentes encontrados que están más relacionados con el presente trabajo son los que se nombran a continuación:

El Instituto de Desarrollo e Investigaciones Pediátricas “Prof. Dr. Fernando E. Viteri”, desde el año 2007, está realizando una investigación interdisciplinaria (conclusiones finales todavía en curso) en el Municipio de Berisso. Se planteó como objetivo determinar la efectividad de los planes sociales aplicados en el Municipio de Berisso para suplir carencias nutricionales, prevenir el riesgo de sobrepeso y obesidad. Se realizó un relevamiento de las características socio-económicas y nutricionales de la población entre los años 2010 y 2012. En el intervalo de este relevamiento, se llevó adelante una campaña de educación alimentaria a través de diversos medios de comunicación y establecimientos educativos cuyos efectos positivos revelaron un cambio significativo en el conocimiento sobre trastornos alimenticios. Conclusiones preliminares: *“En Berisso actualmente funcionan los programas: Plan Nacional de Seguridad Alimentaria, La Asignación Universal por Hijo, Plan Más Vida. Actualmente 7.470 personas reciben la tarjeta del Plan de Seguridad Alimentaria, denominado “tarjeta celeste” o “tarjeta azul” por la población de Berisso. Los componentes de información nutricional y saludable, previstos a nivel nacional, no se llevan adelante en este municipio. El Plan Más Vida en Berisso cuenta en la actualidad con 5.000 beneficiarios, la modalidad de distribución es la prevista por el programa. Pasando al componente etnográfico se vuelve interesante indagar en la*

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

forma en que funciona la compra de alimentos, examinando a través de las entrevistas cómo se establece la relación con los pequeños comerciantes. Lo que se puede observar es una acusación importante a los comerciantes debido a que los mismos suelen exigir a los consumidores que utilicen todo el crédito de la tarjeta de una sola vez. Este no es un detalle menor debido a que esta forma de consumo induce a la compra de alimentos secos duraderos que no siempre resultan los más saludables. Concentrándonos en la intervención llevada adelante, la campaña de educación alimentaria, la misma contó con un favorable apoyo de las autoridades berissenses dando como resultado un importante incremento en el aprendizaje sobre alimentos saludables y enfermedades de trastornos alimenticios. Esta mejoría en los conocimientos no se ve reflejada en los alimentos que se consumen ni en los resultados nutricionales de la población, donde según resultados preliminares de estudio la anemia se incrementó y el patrón que sigue rigiendo el consumo es el precio de los alimentos (con el 36,6 %) y si le sumamos la opción “rendimiento” (con el 20,6%) tenemos a más de la mitad de la población privilegia un factor económico”. (Instituto de Desarrollo e Investigaciones Pediátricas “Prof. Dr. Fernando E. Viteri”, 2007)

Schuttenberg, M, realizó un trabajo como tesis para completar los estudios de Magíster en Ciencia Política en la Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales de la Universidad Nacional de La Plata, titulado: **“Las políticas sociales en los barrios. Relaciones y actores del Plan Más Vida en el Gran La Plata”**, que fue publicado en el año 2008 por la Editorial de la Universidad Nacional de La Plata. Se planteó como objetivo: el estudio de los entramados sociales y políticos que se generan en torno del funcionamiento del Plan Más Vida. Se adoptó un diseño de investigación

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

de tipo cualitativo en barrios de tres municipios: La Plata, Berisso y Ensenada. El trabajo de campo se llevó a cabo durante los años 2004 y 2005. Se realizaron relevamientos en los barrios donde se entrevistó a técnicos municipales, coordinadores, manzaneras, comadres y beneficiarios. Conclusiones: *“Las diferentes formas de implementación del Plan Más Vida en los tres municipios analizados se relacionan con los distintos grados de autonomía y matices en las relaciones que se generan entre los actores barriales y locales”* *“En La Plata aparece la implementación del Plan bajo una estructura fuertemente centralizada y verticalista. Su «cúspide» está representada por la Subsecretaría de Desarrollo Social que se conecta con los coordinadores barriales y éstos a su vez con los agentes barriales (manzaneras y comadres). La implementación del Plan Más Vida está restringida a la asistencia alimentaria y los componentes del Plan relacionados con el desarrollo de la organización comunitaria basada en la conformación de grupos multifamiliares todavía no fueron puestos en marcha visualizándose resistencias a su implementación. En Ensenada, la característica fundamental es la escasa centralización. Manzaneras y comadres aparecen desconectadas en muchos casos del nivel municipal asumiendo mayores responsabilidades en el funcionamiento del Plan. Esta situación refuerza sus roles y cobran mayor autonomía con respecto al equipo municipal. En Berisso la estructura del Plan Más Vida es, como en el caso de La Plata, centralizada. Sin embargo, se observa mayor independencia de los coordinadores barriales respecto de la dirección técnica municipal. Las coordinadoras de los barrios analizados son las que dan las directivas más importantes e imprimen particularidades en las modalidades de gestión. En el municipio de La Plata se observa que la división de los roles es marcada y eso*

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

permite para el equipo una mejor organización y mayor control de las actividades realizadas por cada uno de los actores barriales. En Berisso ocurre algo similar pero la red compuesta por las coordinadoras y las manzanas impiden el afianzamiento de una organización estable fijado por la estructura municipal, la que resulta más flexible a la luz de la influencia de la red. En Ensenada, el protagonismo de las trabajadoras vecinales es mayor en tanto carecen de una estructura de gestión específica que las dirija y monitoree. En los tres municipios analizados es fundamental el rol que juegan las trabajadoras vecinales. Desde la óptica de las manzanas, la cotidianeidad de su contacto con los beneficiarios y el compartir, en la mayoría de los casos, los mismos problemas, va consolidando una relación sumamente estrecha.” (Schuttenberg, 2008)

Bruzzone, MP; Pérez, DN; Piñeyro, MV; Ruiz Díaz, LD y Vecino, P realizaron en el año 2008 un trabajo en el marco de la materia Política Social de la Licenciatura en Trabajo Social de la Universidad Nacional del centro de la Provincia de Buenos Aires, titulado: **“El Plan Más Vida: Breve reseña histórica y las implicancias de su reciente tarjetización”**, que fue publicado en la Revista de Trabajo Social “Plaza Pública”, de la Facultad de Ciencias Humanas de la UNCPBA, Tandil, en Junio de 2010. Se planteó como objetivo: analizar dentro de las políticas sociales de alimentación específicamente el Plan Más Vida. En el desarrollo del trabajo se realiza una breve reseña histórica del surgimiento de las políticas sociales alimentarias en Argentina, y específicamente del Plan Más Vida; por último se indaga, a través de la realización de entrevistas, sobre las implicancias de la tarjetización del Plan, incluyendo la perspectiva de la Dirección de Desarrollo Social de la ciudad de Tandil y la perspectiva de los usuarios. Conclusiones: *“Pudimos*

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

observar que las políticas en torno a la alimentación se presentan de manera fragmentada y masificada y que no garantizan la Seguridad Alimentaria entendida como el derecho a la alimentación. También remarcamos que a pesar de las modificaciones de modalidad y denominación, la implementación del Plan Más Vida, no genera un cambio substancial en relación al desarrollo desde sus inicios. Manteniendo la misma concepción de sujeto, el proyecto hegemónico de sociedad, noción de derecho, mecanismos de control social, el modelo residual de política social, es decir, que no se modifican los patrones de selectividad estructural negativa del Estado. En cuanto a la reciente tarjetización podemos concluir que, si bien se presenta como superadora desde el discurso oficial y que genera instancias de consenso, por otro lado crea procesos de exclusión, ya que, focaliza más sus criterios de selección. También promueve la elección, pero el monto que asigna necesariamente la limita y reduce el poder desmercantilizador de la política al mínimo, a la vez que reproduce y fortalece las desigualdades sociales vigentes.”

(Bruzzone, MP; Pérez, DN; Piñeyro, MV; Ruíz Días, LD; Vecino, P., 2008)

PROBLEMA

¿Qué porcentaje de los requerimientos nutricionales de niños entre dos y cinco años de edad cubre el plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014?

OBJETIVOS

Objetivo general: Determinar qué porcentaje de los requerimientos nutricionales de niños de dos a cinco años (edad preescolar) cubre el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.

Objetivos específicos:

- ❖ Averiguar aquellos alimentos que componen la alimentación diaria adecuada de niños de edad preescolar y que tienen mayor accesibilidad económica.
- ❖ Calcular la cantidad de cada uno de esos alimentos que se requiere a lo largo de un mes.
- ❖ Averiguar los menores precios al consumidor final de los alimentos seleccionados que componen la alimentación adecuada en niños de edad preescolar en tres supermercados de San Nicolás de los Arroyos.
- ❖ Calcular el costo de la cantidad de cada alimento que se requiere a lo largo de un mes para la alimentación adecuada de un niño de edad preescolar.
- ❖ Sumar el costo total de la alimentación de un niño de edad preescolar.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

- ❖ Calcular qué porcentaje de la alimentación mensual adecuada de un niño de edad preescolar cubre el Plan Más Vida.

MARCO TEÓRICO

1. REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES DE NIÑOS PREESCOLARES

Es esencial que se cubran los requerimientos nutricionales en la edad preescolar para lograr así un crecimiento óptimo. Los hábitos alimentarios saludables que se adquieren en la infancia, ayudan a tener buenas condiciones de salud a lo largo de la vida. (Longo, 2006)

Con el objetivo de lograr generaciones futuras más sanas, el Estado debe asegurar el cumplimiento del derecho a la alimentación principalmente en las poblaciones en riesgo socioeconómico. El Estado debe tomar medidas y crear programas que tiendan a asegurar una distribución equitativa y el acceso de todas las personas a los alimentos.

La mayoría de los estudios transversales han encontrado estrecha relación entre baja talla para la edad, como expresión de desnutrición crónica, y menor desarrollo psicomotor, expresado en la disminución de la motricidad fina y en la baja capacidad de integración neurosensorial. En consecuencia, son niños que tendrán una escolarización dificultosa, con trastornos en el aprendizaje de la lectoescritura y de las operaciones exactas.

Es reconocida la relación existente entre el estado de nutrición y el estado de salud. Esta dependencia se agudiza durante los periodos de vida preescolar, escolar y adolescente, dado que en estas etapas se registra la mayor demanda de nutrientes que favorecen un adecuado estado de salud físico, mental y social.

El hombre adulto requiere de una cantidad de energía y de nutrientes que le permitan reponer las pérdidas cotidianas, por orina, por piel, por actividad física o para reponer la energía necesaria para su metabolismo basal. Pero los niños y adolescentes necesitan además de una cantidad extra de energía y de otros nutrientes para cubrir las demandas de crecimiento; por lo tanto, las consecuencias sobre el crecimiento de las carencias nutricionales en este período de la vida son mayores.

El estado nutricional resulta de la interacción del alimento con el individuo y de éste con el medio ambiente. El examen físico es la forma más común de evaluar el estado nutricional. Sin embargo, cuando aparecen signos claros de carencia nutricional es tarde, porque la presencia de signos físicos implica un daño tisular, que está presente cuando el grado de deficiencia ha sido severo y se ha mantenido en forma prolongada en el tiempo. (Girolami, 2003)

En la edad pediátrica el estado de ánimo, expresado por la sonrisa y la actividad física, es uno de los elementos más importantes en la evaluación del estado nutricional. La reducción en la actividad física ha sido descripta en la deficiencia de energía, en la de hierro y en la de cinc. Debe tomársela como una consecuencia de la desnutrición que suele causar apatía y mal desarrollo motor, lo que priva a los niños de la capacidad de exploración del medio ambiente que es fundamental para

el desarrollo intelectual. A todo esto se agrega que los niños de menor talla parecen de menor edad, y por lo tanto no reciben una estimulación adecuada a su edad cronológica. (Girolami, 2003)

Los nutrientes críticos, aquellos cuyos niveles tienden a ser bajos o deficientes en la dieta de los niños son: calcio, hierro, zinc, vitamina B₆ y vitamina A. (Mahan, LK y Escott-Stump S., 2001)

1. 1. ¿QUÉ DEBE INCLUIR EL PLAN DE ALIMENTACIÓN?

1. **Cereales:** (Arroz, avena, cebada, maíz, trigo), **sus derivados** (harinas y productos elaborados con ellas: fideos, pan, galletas, etc.) **y legumbres secas** (arvejas, garbanzos, lentejas, porotos): son fuente principal de hidratos de carbono y fibra.

No se recomienda la utilización de soja en niños menores de cinco años.

2. **Verduras y frutas:** Son fuente principal de Vitaminas C y A, de fibra y de minerales como el potasio y el magnesio.

3. **Leche, yogur y queso:** Aportan proteínas de alto valor biológico y son fuente principal de calcio.

4. **Carnes y huevos:** Aportan proteínas de alto valor biológico y son fuente principal de hierro. Incluye a todas las carnes comestibles: animales o aves de crianza o caza, pescados y frutos de mar.

5. **Aceites y grasas:** Son fuente principal de energía y vitamina E. Los aceites y semillas tienen ácidos grasos esenciales.

6. **Azúcares y dulces:** Proveen energía, pero no ofrecen nutrientes esenciales.

1.2. PORCIONES DIARIAS ESTIMADAS DE ALIMENTOS:

GRUPO	ALIMENTOS	PREESCOLARES (2 a 5 años de edad)
1	CEREALES COCIDOS LEGUMBRES COCIDAS PAN	1/2 plato 1cucharada sopera (3 veces/semana) 1 chico o 1/2 flautita
2	VEGETALES CRUDOS VEGETALES COCIDOS FRUTAS	1/2 taza o 1 unidad chica 1 taza o 2 unidades chicas 2 unidades chicas
3	LECHE O YOGUR QUESO	2 tazas 1 porción tipo cajita de fósforos
4	CARNES: alguna de las siguientes opciones: HUEVO	1 churrasco chico, 1 hamburguesa casera, 1 presa de pollo, 1 filet chico, 1 costillita de cerdo chica 2 unidades/semana
5	ACEITE MANTECA O MARGARINA FRUTAS SECAS PICADAS O SEMILLAS	3 cucharaditas tipo té 1 cucharadita tipo té 2 cucharaditas tipo té
6	AZÚCAR MERMALADA	4 cucharaditas tipo té 4 cucharaditas tipo té

Tabla I Porciones diarias estimadas de todos los grupos de alimentos para niños preescolares.

Fuente: "Nutrición del niño Sano", de Lorenzo, 2007.

2. CARACTERÍSTICAS DE LA ALIMENTACIÓN EN NIÑOS PREESCOLARES

Durante el período comprendido entre el primer año de vida y la adolescencia los niños sufren una transición notable en la alimentación. Inician la vida como

"Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014."

receptores pasivos de alimentos, pasan a través de una fase exploratoria de la comida, que debe ser regulada por los padres, y finalmente asumen el control total de su consumo dietético. Durante esta transición, el niño debe aprender la importancia de una buena alimentación y es fundamental el rol de la familia en este aprendizaje. (Lorenzo, y otros, 2007)

Por este motivo, las nuevas modalidades de ayuda social están focalizadas en favorecer el desarrollo familiar, promoviendo la elaboración de los alimentos en el hogar y el consumo de las comidas en familia.

La elección de los alimentos para el niño depende de los padres, y está determinada no sólo por la disponibilidad estacional o económica sino también por las costumbres, los hábitos, es decir, las pautas culturales que se transmiten de generación en generación. (Girolami, 2003)

En este punto adquiere especial importancia la educación alimentaria nutricional (E.A.N.) destinada a lograr que la compra de alimentos sea más equilibrada, en función de las necesidades de los niños. Además, la educación sobre los modos de almacenamiento, preparación, consumo y conservación de los alimentos preparados.

2.1. CONDUCTA ALIMENTARIA Y HÁBITOS ALIMENTARIOS:

La conducta alimentaria se define como el comportamiento normal relacionado con: los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se sugieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos. (Lorenzo, y otros, 2007)

En los seres humanos, los modos de alimentarse, preferencias y rechazos hacia determinados alimentos, están fuertemente condicionados por el aprendizaje y las experiencias vividas en los primeros cinco años de vida. (Osorio, 2002)

En el desarrollo de la conducta alimentaria participan de modo fundamental dos componentes: La regulación fisiológica del apetito-saciedad y el contexto social.

Se define como apetito al conjunto de señales internas y externas que guían a un individuo en la selección e ingestión de alimentos.

La saciedad es la sensación fisiológica de plenitud que determina el término de la ingesta alimentaria. (Osorio, 2002)

La saciedad está influenciada por el aprendizaje y puede ser condicionada. Como resultado de comer alimentos conocidos en reiteradas oportunidades se aprende el valor de saciedad de ese alimento y se hacen ajustes anticipatorios a la ingesta de otros. (CESNI, 1998)

Las señales orgánicas que regulan el momento de iniciar una nueva ingestión de alimentos son principalmente:

- ❖ Digestivas de vaciamiento gástrico e intestinal (mecánicas u hormonales).
- ❖ Sensoriales: visuales, olfatorias, gustativas, táctiles.
- ❖ Metabólicas: el lactato, la glucemia.

En los preescolares, el apetito se encuentra disminuido por la desaceleración del crecimiento. Es necesario transmitir este concepto a los padres que suelen angustiarse por la disminución del consumo y el desinterés hacia los alimentos por

parte de sus hijos. Además, es importante saber que los niños preescolares responden mejor a porciones pequeñas de alimentos ofrecidas varias veces al día.

Existe evidencia de que los niños en edad preescolar:

- ❖ Ajustan su ingesta según la densidad energética de la comida.
- ❖ Establecen asociaciones entre el sabor de un alimento y las sensaciones que experimentan después de haberlo comido y, sobre esta base, ajustan la ingesta posterior de otros alimentos.
- ❖ Regulan el consumo energético en el período de 24 horas. (CESNI, 1998)

Por todo lo expuesto es necesario que los padres comprendan que deben respetar el hambre y saciedad del niño.

Muchos problemas alimentarios tienen su origen en etapas tempranas de la vida y se pueden prevenir. Se deben, en general, a una relación deficiente entre el niño y la persona que se encarga de su alimentación.

Existe una preferencia innata por el sabor dulce, que se asocia a alimentos comestibles y placenteros, y un rechazo por los sabores ácido y amargo, que se asocian a no comestibles. La experiencia cotidiana del niño con la comida va modificando las respuestas tempranas, no aprendidas, de aceptación de lo dulce y rechazo de lo amargo y ácido. (CESNI, 1998)

Los alimentos ingeridos en el primer año de vida son de preferencia dulces, con una presencia ocasional de sabor ácido. El niño va aprendiendo progresivamente a ingerir alimentos con mezcla de sabores, integrados con señales olfatorias o de otro

tipo. En el transcurso del segundo año de vida entra en contacto con el sabor salado. (Lorenzo, y otros, 2007)

Los hábitos alimentarios saludables que se adquieren en la infancia ayudan a tener buenas condiciones de salud a lo largo de la vida. Factores personales como la preferencia por distintos gustos, las pautas culturales y la disponibilidad de alimentos, entre otros, condicionan la adquisición de los hábitos alimentarios, siendo el rol de los padres y cuidadores clave en este proceso.

El niño de uno a cinco años centra su interés en socializar más que en alimentarse. En ocasiones se encuentra tan absorto con el juego que se olvida de comer, lo que aunado al apetito escaso propio de esta edad, origina problemas. Para evitarlos, es necesario preparar al pequeño para la hora de la comida, permitiendo que se tome un tiempo de transición para sosegar y descansar. Esto hará que se presente a la mesa con mayor predisposición. (Lorenzo, y otros, 2007)

La transmisión de hábitos alimentarios saludables se realiza compartiendo la mesa en familia.

Las fluctuaciones en la alimentación de los preescolares son autolimitadas y no presentan problema, siempre y cuando el niño esté sano y crezca de manera adecuada.

Es necesario respetar los deseos del niño de jugar mientras come. Es parte de su crecimiento, de la búsqueda de su personalidad y lo hará a cualquier costo si de alguna manera se lo impiden.

2.2. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS

Hay diversas influencias, algunas evidentes y otras sutiles, que determinan el consumo y hábitos alimentarios de los niños. Es sabido que los hábitos, gustos y aversiones se establecen en los primeros años y se prolongan hasta la adultez, época en la que hay resistencia y dificultad para el cambio. Las principales influencias sobre el consumo alimentario en los años del desarrollo son las siguientes:

Ambiente familiar: Para los preescolares, la familia es la principal influencia en el desarrollo de los hábitos alimentarios. Los padres y los hermanos de mayor edad son modelos importantes para los pequeños en su aprendizaje e imitación de los individuos de su medio inmediato. Está demostrado que en niños de edad preescolar, las actitudes de los padres frente a los alimentos son factores importantes que predicen los gustos y las aversiones por el alimento, así como la complejidad de la dieta. Los niños pequeños no tienen la capacidad innata para escoger una dieta equilibrada y nutritiva, por consiguiente, tanto los padres como los otros adultos son los responsables de ofrecer la variedad adecuada de alimentos para la etapa de desarrollo.

Tendencias sociales: La familia nuclear tradicional, compuesta por dos padres con un solo ingreso, se ha modificado en los últimos decenios. Casi tres cuartas partes de las mujeres con niños en edad preescolar trabajan fuera del hogar. En virtud de las limitaciones de tiempo, es posible que se modifiquen la compra de alimentos y

las rutinas de preparación de la comida para incluir alimentos proporcionalmente más cómodos o rápidos.

Medios de comunicación: Los niños en edad preescolar ven televisión en un promedio de 27 horas por semana. La mitad de los anuncios comerciales en los programas para niños implican publicidad de alimentos, de manera que cada 5 minutos, aproximadamente, aparece un anuncio comercial sobre algún alimento. La mayor parte de la publicidad orientada a este segmento infantil es sobre alimentos bajos en fibras y con alto contenido de azúcar, grasa o sodio. (Mahan, LK y Escott-Stump S., 2001)

3. EDUCACIÓN ALIMENTARIA NUTRICIONAL (E.A.N)

La educación alimentaria nutricional juega un rol transversal en cualquiera de las modalidades de intervención que tomen las políticas de seguridad alimentaria.

En el caso de las modalidades actuales de transferencia de fondos, específicamente en el caso del Plan Más Vida, las intervenciones educativas resultan importantes para que la compra de alimentos sea más equilibrada en función de las necesidades de los niños. Además, también cobra relevancia la educación sobre los modos de almacenamiento, preparación, consumo y conservación de los alimentos preparados.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) define la educación alimentaria nutricional como *“aquella que promueve mejoras en los conocimientos, las actitudes y las prácticas de las personas, para lograr una vida más sana y productiva”*. (Aulicino, 2012)

La educación nutricional busca modificar prácticas. Es decir, no es la mera transmisión de un mensaje, sino una intervención concreta sobre las conductas.

Por otra parte, al referirse a las prácticas que influyen en el estado nutricional se incorporan aspectos, incluso culturales, que van más allá de la dieta y sus componentes. En este punto cobra relevancia el promover la participación activa de la población como fuente de consulta, pero además como agente de decisión en cuanto a las modalidades de intervención de los programas. La noción de estado nutricional involucra una serie de aspectos culturales que no pueden medirse solamente en calorías o nutrientes.

En la Argentina, las políticas de seguridad alimentaria son implementadas principalmente por los gobiernos provinciales que, con fondos propios y otros que le transfiere el Estado nacional, diseñan e implementan sus intervenciones. Por eso, las que efectivamente se implementan en el territorio argentino son heterogéneas y fragmentadas. (Aulicino, 2012)

Es importante mencionar que, como la mayoría de los problemas sociales, la problemática alimentaria es multidimensional, es decir, responde a muchas y variadas causas. Encontrarse frente a una situación de inseguridad alimentaria puede deberse tanto a la carencia de alimentos (sea por un tener un poder adquisitivo insuficiente o por una distribución inequitativa) como a un uso inadecuado de los mismos al interior de los hogares.

En nuestro país, la Primera Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS), desarrollada en 2005, constituye la fuente de datos más actualizada y representativa

en la materia y refleja que, si bien el bajo peso (peso menor del esperable para la talla) y la desnutrición crónica (talla menor que la esperable para la edad) son las principales deficiencias nutricionales a nivel nacional, la obesidad constituye una problemática en ascenso y la anemia continúa siendo una preocupación central (en especial en niños menores de 2 años). No debe asociarse la pobreza a desnutrición y opulencia a obesidad, ya que la obesidad se relaciona principalmente con la malnutrición y, por eso, está presente también en los sectores socioeconómicos más bajos, que presentan una monotonía en la alimentación y una composición inadecuada de la dieta. (Aulicino, 2012)

El problema principal en la Argentina, en materia de seguridad alimentaria, es tanto un problema de acceso a los alimentos como el aprovechamiento de los mismos por parte de los hogares. En este contexto, las intervenciones de educación nutricional cumplen un rol central, ya que pueden contribuir a un mejor aprovechamiento de los alimentos, por parte de los hogares, tanto en su selección como en su preparación. A su vez, es posible potenciar todas las intervenciones que se realizan al propender a una nutrición más adecuada y rica, dentro de las limitaciones existentes. Las acciones de educación nutricional pueden abarcar sesiones de desarrollo de capacidades desde la producción hasta el consumo, e incluir temáticas de manipulación de alimentos, normas de higiene, selección de alimentos de acuerdo a la edad y problemática alimentaria y prácticas de preparación de alimentos.

3.1. GUÍAS ALIMENTARIAS PARA LA POBLACIÓN ARGENTINA

Fueron diseñadas por nutricionistas argentinos y publicadas en el año 2000, con la consigna de difundir mensajes sencillos y prácticos sobre los requerimientos

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

nutricionales y la composición de los alimentos. Su fin es orientar a los lectores en la selección y consumo de los mismos. Cuentan tanto con el reconocimiento de las jurisdicciones provinciales, así como del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y de la Organización Panamericana de Salud/ Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS).

Concentran sus contenidos en diez recomendaciones: (AADYND, 2006)

1. Comer con moderación e incluir alimentos variados en cada comida.
2. Consumir todos los días leche, yogures o quesos. Es necesario para todas las edades.
3. Comer diariamente frutas y verduras de todo tipo y color.
4. Comer una amplia variedad de carnes rojas y blancas, retirando la grasa visible.
5. Preparar las comidas con aceite preferentemente crudo y evitar la grasa para cocinar.
6. Disminuir los consumos de azúcar y sal.
7. Consumir variedad de panes, cereales, pastas, harinas, féculas y legumbres.
8. Disminuir el consumo de bebidas alcohólicas y evitarlo en niños, adolescentes, embarazadas y madres lactantes.
9. Tomar abundante cantidad de agua potable durante todo el día.
10. Aprovechar el momento de las comidas para el encuentro y diálogo con otros.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”



Ilustración 1 Gráfica de las Guías Alimentarias para la Población Argentina.

Fuente: AADYND, 2006.

3.2. ESTILO DE VIDA SALUDABLE Y ACTIVIDAD FÍSICA

Es muy importante fomentar los buenos hábitos alimentarios para promover un estilo de vida saludable y prevenir las enfermedades crónicas no transmisibles, entre ellas la obesidad.

La OMS/FAO cita las siguientes estrategias para prevenir la obesidad en niños y adolescentes (FAO/OMS, 2003):

- ❖ Promover un estilo de vida activo.
- ❖ Limitar las horas de televisión.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

- ❖ Fomentar el consumo de frutas y verduras.
- ❖ Restringir la ingesta de alimentos ricos en energía y pobres en micronutrientes.
- ❖ Restringir la ingesta de refrescos azucarados.

Los niños y adolescentes deben realizar 60 minutos de actividad física moderada a intensa todos los días. Esta actividad puede ser promovida a través de actividades como caminar, subir escaleras, andar en bicicleta y alentando la participación en juegos o deportes que involucren desplazamiento corporal y cierto grado de esfuerzo físico.

4. EDAD PREESCOLAR

La edad preescolar comprende desde los dos hasta los cinco años de vida.

La valoración del estado nutricional de un niño o de un adolescente permite evaluar la interrelación del patrón genético y el medio ambiente sobre un organismo en constante crecimiento y desarrollo. A partir de los dos años, los datos relevantes en la valoración nutricional son al igual que en los adultos:

- ❖ La adecuación de la ingesta calórica al requerimiento energético por actividad.
- ❖ Una fórmula calórica adecuada.
- ❖ La detección de carencias nutricionales a través de la ingesta declarada.

El objetivo epidemiológico a largo plazo es la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, desde los primeros años de la vida. (Girolami, 2003) Por tal motivo, desde edades tempranas es necesario promover hábitos de alimentación correctos y estilos de vida saludables que favorezcan la prevención de enfermedades como la

desnutrición, la anemia, la diabetes mellitus, la obesidad, la hipertensión, enfermedades del corazón y neoplasias.

El crecimiento en la infancia y la adolescencia es el resultado del incremento en el tamaño y el número de las células, como consecuencia de modificaciones tanto absolutas como relativas en las cantidades de grasa, proteínas, agua y minerales en los diferentes tejidos. Los cambios se reflejan en el aumento del peso y de la talla.

El crecimiento y el desarrollo constituyen dos aspectos complementarios que reflejan la magnitud y calidad de los cambios madurativos en un organismo.

Un adecuado aporte de nutrientes, así como una correcta metabolización de los mismos constituyen los pilares para lograr un patrón de crecimiento óptimo. Sin embargo, distintos factores, de origen social, psicológico y cultural, afectan el potencial de crecimiento fisiológico, de manera que cada niño presenta un patrón individual de crecimiento y desarrollo.

4.1. CRECIMIENTO

El crecimiento puede definirse como el proceso por el cual se logra un incremento en el tamaño corporal, que es consecuencia de la multiplicación celular.

El período que comprende desde la edad preescolar hasta el comienzo de la pubertad es conocido como un período “latente” de crecimiento en comparación con los drásticos cambios que ocurren durante el primer año de vida y durante la adolescencia. Sin embargo, a pesar que esta etapa de crecimiento ocurre a una velocidad menor que durante los primeros dos años de vida, las etapas preescolar y

escolar comprenden un período de crecimiento significativo en relación con las áreas social, cognitiva y emocional (Mahan, LK y Escott-Stump S., 2001).

Como esta etapa se caracteriza por una desaceleración del crecimiento, los incrementos de peso y talla disminuyen en forma gradual. (Lorenzo, y otros, 2007)

La ganancia de peso es la medición más empleada, es más sensible a las variaciones menores, como infecciones virales, que acarrear trastornos febriles y disminución del apetito. En cambio, las variaciones de la estatura son menos sensibles a los factores mencionados, y puede decirse que si un niño tiene disminuido su crecimiento en estatura, debe estar afectado por alguna enfermedad o problema de carácter grave.

La estatura es la resultante de todo el crecimiento, que va desde el nacimiento hasta el momento de la medición; en cambio, la velocidad de crecimiento representa el período de tiempo que vivió el niño entre dos mediciones.

EDAD	INCREMENTO DE PESO
1-3 años	2,0- 2,5kg por año
4-6 años	2,5- 3,5 kg por año

Tabla II Incremento de peso por año.

Fuente: Adaptado de "Nutrición del niño sano", Lorenzo, 2007.

EDAD	INCREMENTO DE TALLA
2º año	12 cm.
3º año	8- 9 cm.
A partir del 4º año	5- 7 cm.

Tabla III Incremento de talla por año.

Fuente: Adaptado de "Nutrición del niño sano", Lorenzo, 2007.

A los dos años el promedio de altura es, más o menos de 85 centímetros (cm) y el peso promedio es de 12 kilogramos (kg). A los cuatro años el promedio de altura es de 100 cm y el peso promedio es de 15 kg.

Las proporciones corporales de los menores cambian significativamente a partir del segundo año, lo cual produce cada vez menos la impresión de tener una cabeza desproporcionadamente grande en comparación con el tamaño de su cuerpo. Al final de la etapa preescolar, la cabeza habrá alcanzado el 90% de su tamaño adulto, y a los seis años el niño habrá alcanzado del 65 al 70% de su estatura adulta.

4.2. COMPOSICIÓN CORPORAL

Desde el primer año de vida hasta los cinco años el agua corporal total de la masa magra disminuye 79 a 77%. Durante este periodo la disminución del líquido extracelular y el aumento en el líquido intracelular es mayor en los niños que en las niñas. Esto indica que la masa celular es mayor en el sexo masculino que en el femenino, confirmándose a través de los valores más altos de potasio corporal total, contenido de proteína y densidad de la masa magra. El mineral óseo de la masa magra incrementa de 3 a 3,6% en los niños, pero no en las niñas. (Lorenzo, y otros, 2007)

Un intenso recambio óseo ocurre durante los primeros cuatro años de vida.

Desde los dos hasta los cinco años de edad ocurre una acumulación proporcionalmente mayor de tejido adiposo subcutáneo en las extremidades que en el tronco. (Lorenzo, y otros, 2007)

La composición corporal en los preescolares y escolares permanece relativamente constante. La grasa corporal disminuye gradualmente durante la etapa preescolar y posteriormente se incrementa como parte de la preparación del intenso crecimiento que tendrá lugar durante el segundo brote de crecimiento; en el caso de las mujeres esta acumulación es necesaria para la aparición de la menarca. (Meléndez, 2008)

Las diferencias sexuales son: los niños tienen más masa corporal magra por centímetro de estatura; las niñas muestran un mayor porcentaje de peso a expensas de la grasa. (Mahan, LK y Escott-Stump S., 2001)

4.3. DESARROLLO FÍSICO- MOTOR

El desarrollo es el proceso asociado al crecimiento, mediante el cual los tejidos y órganos adquieren mayor complejidad en sus funciones.

A los dos años un niño camina con más firmeza y mayor rapidez, y sus movimientos son más seguros; aprende a brincar sobre el piso y a subir y bajar escaleras.

Caminar y correr es característico del niño de dos años. El desarrollo motor consistirá en el perfeccionamiento de destrezas de movilidad y de coordinación motora fina.

Los niños de cuatro años ya manejan las tijeras, ensartan y dibujan representando objetos.

Desde el punto de vista físico, el desarrollo de estas habilidades ocurre gracias a la disminución de la grasa corporal, el incremento de la masa muscular y el aumento de la masa ósea. (Lorenzo, y otros, 2007)

Estos cambios, aunados a un mayor incremento en la talla que en el peso, son responsables de la modificación de la silueta.

En lo que se refiere al desarrollo dental, al inicio de este periodo el niño tiene todos los incisivos (ocho piezas dentales) y a los tres años ha completado las veinte piezas de dentición primaria.

En este período de la vida el desarrollo oral y neuromuscular mejoran la habilidad para comer y el niño desarrolla su conducta alimentaria. El refinamiento de los movimientos de la mano y dedos, la coordinación de movimientos de brazo-muñeca-mano y la aparición de la mayoría de los dientes primarios, llevan al niño a querer comer solo y rechazar cualquier ofrecimiento de ayuda. (Lorenzo, y otros, 2007)

	HABILIDAD	ACTIVIDAD
EL NIÑO DE 1 A 3 AÑOS	Mejora su capacidad para morder, masticar y tragar.	Ofrecerle una variedad de alimentos con diferentes texturas. Evitar los alimentos muy fibrosos o demasiados secos.
	Inicia y mejora el uso de la cuchara.	Apoyarlo en su uso aunque al inicio una parte del contenido no llegue a la boca.
	Mejora su destreza para usar la taza.	Darle líquidos en taza y después en vaso. Evitar el biberón.
	Explora a su alrededor: se lleva objetos a la boca.	Ayudarlo a distinguir entre lo que es un alimento y lo que no lo es. Enseñarle lo que puede representar un peligro.
EL NIÑO DE 3 A 6 AÑOS	Mejora su coordinación motriz fina.	Permitirle que se alimente solo, prestarle ayuda para servir los líquidos y cortarle la carne. Ofrecerle un cuchillo pequeño con poco filo.
	Mejora su coordinación motriz gruesa.	Invitarlo a poner o quitar la mesa o a lavar la vajilla.
	Imita a los mayores, en especial a sus padres.	Ofrecerle ejemplos positivos. Por ejemplo, en la forma de sentarse en la mesa.
	Avanza su desarrollo del lenguaje.	Alentarlo a expresar sus sensaciones acerca de los alimentos y la alimentación.
	Reconoce los colores, las formas y las texturas.	Invitarlo a identificar los alimentos a través de sus olores, colores, formas y texturas.

Tabla IV Habilidades del niño según etapas.

FUENTE: Adaptado de "Nutrición del niño sano", Lorenzo, 2007.

4.4. DESARROLLO INTELECTUAL

A la etapa que va de los dos a los cuatro años se la denomina “fase conceptual”. En ella, la vida del niño es de permanente investigación, explora su ambiente y las posibilidades de actividad en él.

En esta fase, cuando un niño no puede comprender una realidad, la asimila a su fantasía. El juego ocupa la mayoría de sus horas y es el instrumento primario para su progreso intelectual. El dibujo es una conducta intermedia entre el juego y la imagen mental, significa una gran ayuda para conocer las imágenes mentales de los niños.

La imitación diferida es otra conducta propia de esta edad. Ésta se inicia cuando el niño ha adquirido una capacidad suficiente en el dominio de la imitación, haciendo que se produzca en ausencia del objeto.

Otra característica del pensamiento pre conceptual es la creencia de que los objetos poseen vida y sentimientos. También la creencia de que todas las cosas han sido creadas por el hombre y hace que el niño crea que sus padres son capaces de protegerlo de cualquier cosa mala.

En la etapa de los cuatro a los seis años, la capacidad de representar una cosa por medio de otra va aumentando, sobre todo a medida que se desarrolla el lenguaje. Como esto lo hace lentamente, el pensamiento del niño sigue ligado a sus acciones; para él es mucho más difícil reproducir verbalmente una acción que llevarla a cabo a nivel conductual.

El niño recorta en su mente un suceso de la realidad y lo hace de una manera egocéntrica, ya que es incapaz de ponerse en el punto de vista del otro. El conocimiento que tiene el niño del mundo se limita a lo que percibe él y esta visión limitada de las cosas lo lleva al supuesto de que todos piensan como él y lo comprenden, sin que el deba esforzarse por expresar sus sentimientos. Con el desarrollo del pensamiento intuitivo los intereses se multiplican y se diferencian. Hay intereses por las palabras, por el dibujo, las imágenes, la música y ciertos ejercicios físicos.

4.5. DESARROLLO DEL LENGUAJE

El niño de dos años ya ha superado la etapa del lenguaje pre verbal y su lenguaje verbal es muy parecido al del adulto.

La aparición del lenguaje se manifiesta con ciertas conductas específicas, como son el empleo de la “holofrase”, que consiste en utilizar una misma palabra para nominar objetos similares. Luego aparece un rudimento del lenguaje interior, que es la imitación diferida, en donde el niño repite palabras de objetos en ausencia de estos.

Más tarde se presenta el “monologo”, en donde el niño produce verbalmente para él ciertas escenas, modificándolas a su antojo y sirviéndose de la palabra para auxiliar la acción inmediata. A los tres años, la comprensión de los conceptos sigue siendo mayor que la capacidad que tiene de expresión.

A los tres años y medio el niño ya diferencia en sus frases el objeto, el verbo, y el predicado; como el niño ya se distingue de los otros, aparecen los pronombres “yo”, “tú”, “él”, “éste”, y los adverbios “aquí”, y “allí”.

A los cuatro años el monólogo adquiere mayor fluidez, de tal manera que el niño juega, habla una y otra vez. Esto indica que el lenguaje interior ya está formado.

A los cinco años ya manejan unas 2.500 palabras y se desarrolla la etapa en la cual el niño pregunta queriendo conocer a la vez la causa y la finalidad de las cosas.

A los seis años ya hay un buen manejo de las reglas gramaticales y el lenguaje está perfectamente establecido. Ahora y no antes es el momento para comenzar a utilizar el lenguaje escrito.

Muchos padres suelen preocuparse porque a esta edad su niño habla poco. Esto no significa, necesariamente, un retardo en el lenguaje, siempre y cuando el niño comprenda el significado de las palabras e instrucciones que se le den.

4.6. EL CONTEXTO SOCIAL

A medida que el niño comienza a socializarse y a incorporar los modelos de alimentación de su cultura deja de comer exclusivamente en respuesta a estímulos de hambre y comienzan a intervenir señales ambientales y sociales en el deseo de comer.

Las experiencias tempranas del niño con la comida y en especial las prácticas alimentarias de los padres tienen fundamental importancia en el desarrollo de sus hábitos de alimentación.

Los gestos de aceptación o rechazo de los alimentos por parte de los padres y otras personas deben ser evitados, ya que influyen en la conducta alimentaria del niño que tiende a copiar a los adultos.

El contexto social influye en la aceptación de alimentos por parte del niño:

- ❖ Cuando recibe un alimento en un contexto social positivo la preferencia por ese alimento aumenta.
- ❖ La restricción del niño de acceder a un determinado alimento aumenta la preferencia por el mismo.
- ❖ Presionar al niño para que coma alimentos considerados por los padres nutritivos y premiarlos por comer esos alimentos reduce la aceptación de dichos alimentos.
- ❖ Usar determinados alimentos como recompensa aumenta la predilección de éstos por los niños.

Es muy importante resaltar que no se debe utilizar la comida como recompensa, castigo o soborno.

4.7. LA NEOFOBIA

Es la denominación que recibe el rechazo inicial de todos los animales superiores por los alimentos nuevos o desconocidos ya que la nueva sustancia podría ser tóxica.

La neofobia tiene dos períodos críticos:

- ❖ 1º año de vida: cuando se incorporan alimentos semisólidos.
- ❖ 3º año de vida: etapa de rebeldía y desarrollo del yo.

Leann Birch demostró que, con el contacto reiterado, los niños terminan aceptando muchos alimentos nuevos inicialmente rechazados; sin embargo, la aceptación no se produce de inmediato sino que puede exigir entre ocho y diez contactos con el alimento que debe ser probado y no sólo mirado u olido. (Lorenzo, y otros, 2007)

4.8. EL BIBERÓN Y EL CHUPETE

El biberón deja de ser importante de la alimentación del niño después del primer año de vida y debe suspenderse definitivamente en ese momento, ya que es causa importante de caries dental, deformidades de las estructuras bucales y otitis. (Lorenzo, y otros, 2007)

El síndrome del biberón es un tipo de caries temprana asociada a la alimentación prolongada con biberón, que se utiliza durante la siesta o la noche. El daño se incrementa cuando el biberón contiene ingredientes ricos en carbohidratos como sacarosa y su tiempo de exposición es prolongado (meses o años).

El uso del chupete es un factor significativo de riesgo para la otitis media aguda recurrente. Para prevenirla, se sugiere que el chupete debe ser sólo usado durante los diez primeros meses de vida y restringir su uso mientras el niño está dormido.

5. PLAN MÁS VIDA

El Plan Más Vida se implementó en la Provincia de Buenos Aires en el año 2003 y, al igual que el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria creado en el mismo año y la Asignación Universal por Hijo que comenzó a regir en 2009, es una medida para lograr los ODM.

Anteriormente funcionaba el Plan Vida, que luego de modificaciones estructurales, pasó a llamarse Plan Más Vida.

5.1. PLAN VIDA

El Plan Vida, conformó desde fines de 1994 hasta el año 2003, el eje de la política social del Consejo Provincial de la Familia y Desarrollo Humano.

La prestación del programa consistía en un eje nutricional, a través del reparto de bolsones de alimentos, complementado con acciones destinadas a la optimización del uso de los alimentos distribuidos; y con un principio de control médico de lactancia y nuevos embarazos.

Estas tareas eran realizadas por trabajadoras vecinales (manzaneras), con una jurisdicción territorial de cuatro manzanas cada una de ellas, en las cuales debían distribuir la asistencia alimentaria que brindaba el programa. El programa contemplaba también, en su planificación, la designación de una coordinadora cada veinte manzanas.

Se estableció sobre la lógica de una estrategia de focalización territorial implementándose en radios censales de la Provincia de Buenos Aires en los que se registró un porcentaje de hogares con necesidades básicas insatisfechas (NBI) superior al 40%. Fueron seleccionados así 51 distritos.

Dentro de cada localidad, se identificaron los barrios más pobres a través de censos. En el interior de cada uno de esos barrios se detectaron (también a través de censos) los hogares con mujeres embarazadas y/o niños de cero a cinco años, quienes pasaron a integrar el universo receptor del Plan.

Objetivos del Plan Vida:

- ❖ Disminuir las enfermedades y las muertes de los niños y las madres bonaerenses;
- ❖ Estimular la participación de la mujer, reforzando los lazos solidarios para el cuidado de su salud y la de su familia;
- ❖ Brindar apoyo nutricional a embarazadas y niños de cero a cinco años;
- ❖ Asegurar el control sanitario de la embarazada;
- ❖ Promover la lactancia materna;
- ❖ Controlar el crecimiento y desarrollo del niño de cero a cinco años;
- ❖ Promover una adecuada atención del parto;
- ❖ Promover y reforzar la participación y organización comunitaria.

Esta política centraliza en la mujer y madre de las familias, la responsabilidad de superar y revertir la situación de pobreza.

Desde su implementación, se registra el incremento progresivo de los beneficiarios del plan, triplicándose la cantidad de población incluida en el mismo, alcanzando para fines de 1999 aproximadamente un millón de personas en toda la provincia.

A partir de 1997 se comenzó a instrumentar un subprograma del Plan Vida: **El Plan Comadre**. Este programa complementario estaba dirigido a brindar información y colaborar con el control sanitario de las embarazadas beneficiarias del plan vida y su objetivo principal era disminuir el riesgo de morbimortalidad materno infantil.

El Plan Vida transitó un proceso de distintas reformulaciones. En primer lugar, se disolvió el Consejo Provincial de la Familia y de Desarrollo Humano y el organismo

responsable del programa pasó a ser el Ministerio de Desarrollo Humano y Trabajo. El “Plan Más Vida”, que es el nombre que adquirió el programa tras su última reformulación, fue lanzado en el año 2003 luego de una experiencia fallida que intentó reemplazar la entrega directa de los alimentos por vales para su compra.

5.2. INICIO DEL PLAN MÁS VIDA

El nuevo Plan Más Vida fue lanzado en Febrero de 2003 e implicó el regreso a las prestaciones tradicionales del Plan Vida al darle continuidad al trabajo voluntario de manzaneras y comadres. Sin embargo, introdujo algunas modificaciones con respecto al Plan Vida tradicional, como la reformulación de las prestaciones nutricionales (mejorando la forma de entrega y la calidad de los productos) y la transformación del eje “promoción comunitaria” en uno de mayor amplitud, denominado “educabilidad”.

La ejecución de este plan es descentralizada: el gobierno provincial establece los criterios generales de funcionamiento a través de la Dirección de Políticas Alimentarias pero la ejecución depende de las Unidades Ejecutoras Municipales.

A comienzos del año 2008 se propone una nueva modalidad de implementación del plan. Ésta consta en el traspaso de la entrega del bolsón de alimentos, a la acreditación mensual de dinero en una tarjeta magnética denominada “Visa Alimentos”. Ésta es emitida por el Banco de la Provincia de Buenos Aires a nombre del titular adulto beneficiario del plan. Es intransferible: sólo el titular puede realizar las compras de los alimentos presentando el Documento Nacional de Identidad (DNI).

El Plan Más Vida sigue siendo implementado por el Ministerio de Desarrollo Humano de la Provincia de Buenos Aires y está dirigido a embarazadas y niños hasta los seis años, momento en que ingresan al primer año de la Educación General Básica.

El objetivo general del Plan Más Vida es mejorar las condiciones de nutrición, crecimiento y desarrollo de la población materno-infantil, fortaleciendo las capacidades de las familias y consolidando redes sociales, a través de trabajadoras barriales que actúan como nexo entre el municipio y los beneficiarios.

La implementación del Plan Más Vida se compone de tres ejes:

- ❖ **Alimentario**
- ❖ **Salud**
- ❖ **Organización Comunitaria**

La prestación, hasta Mayo de 2014, se efectivizaba a través de dos vías:

- ❖ **Una Tarjeta de Débito emitida por el Banco de la Provincia de Buenos Aires (BAPRO)**, llamada “Tarjeta Alimentos”, que continúa hasta la actualidad y permite acceder a un monto fijo que el Ministerio de Desarrollo Social acredita mensualmente a cada beneficiario según cantidad de hijos. (Ministerio de Desarrollo social, 2014) Está destinada a la compra de alimentos. Los montos acreditados eran los siguientes:
 - \$80 para madres con un hijo y embarazadas;
 - \$100 para manzaneras, comadres, y madres con dos o más hijos de cero a cinco años

❖ **Entrega de leche, con frecuencia semanal**, a las familias. Se realizaba a través de las trabajadoras vecinales y/o a través de los municipios. (Ministerio de Desarrollo social, 2014) Se entregaba a mujeres embarazadas y al resto de los beneficiarios según número de hijos menores de 18 años. La cantidad entregada por semana era la siguiente:

- 400g. de leche entera en polvo por persona.

Además, se hace entrega de un **ajuar de bebé** a las mujeres embarazadas, luego de la primer ecografía realizada.

La focalización biológica implica enfatizar la atención del grupo en condición más claramente vulnerable: embarazadas y niños en edad preescolar.

La focalización social supone privilegiar la incorporación de familias en condición de pobreza.

5.3. EL PLAN MÁS VIDA ACTUAL

A partir del mes de Mayo de 2014, el Plan Más Vida sufrió una serie de modificaciones. Para el ingreso al plan sigue siendo necesario vivir en uno de los barrios seleccionados. Pero actualmente, se hace una encuesta social de evaluación del grupo familiar antes de recibir los beneficios.

Las prestaciones del plan para mujeres embarazadas, madres que amamantan (hasta los 6 meses) y niños desde 1 año hasta el ingreso a la escuela son las siguientes:

- Se acredita \$100 por cada hijo.

- Se dejó de brindar las raciones de leche y, en cambio, se acreditan \$103.50 por cada hijo. El cálculo se hizo contemplando 15 litros de leche por mes a \$6.90 por litro.

Para lactantes de 6 a 12 meses:

- Se acredita \$100 por cada hijo.
- Se acreditan \$207 por cada hijo. El cálculo se hizo contemplando 30 litros de leche por mes a \$6.90 por litro.

Para trabajadoras vecinales:

- Se acredita \$150 independientemente de la cantidad de hijos.
- Se acreditan \$103.50 por cada hijo. El cálculo se hizo contemplando 15 litros de leche por mes a \$6.90 por litro.

5.4. TRABAJADORAS BARRIALES

Es fundamental dentro de la implementación del Plan Más Vida la función de Manzaneras y Comadres. Ellas son trabajadoras de cada barrio formadas y capacitadas para desempeñar su rol en la promoción de derechos, la seguridad alimentaria, el cuidado de la salud y la inclusión educativa.

Las acciones nutricionales suponen convertir la usual entrega de alimentos en intervenciones nutricionales específicas, efectivas, oportunas, y con alto grado de focalización biológica y social, con el propósito de prevenir el Bajo Peso al Nacer (BPN) y la morbilidad infantil.

El aprendizaje en la acción para cuidados familiares apunta al intercambio de saberes para el desarrollo de prácticas adecuadas en torno a ejes temáticos, tales como: crianza y desarrollo infantil, cuidados durante el embarazo, parto y puerperio, salud, alimentación, redes comunidad y desarrollo local. El conocimiento personal proveniente tanto de la tradición familiar, como del contexto cultural, es enriquecido con el aporte de nuevos contenidos. Así, la posibilidad de contrastar experiencias potencia la capacidad de reflexión y autonomía sobre las estrategias familiares de vida.

Las manzaneras y comadres deben poseer un perfil solidario, que les permita desarrollar su tarea y perpetuar el papel femenino tradicional de protección y contención instalado en la sociedad.

6. APLICACIÓN DEL PLAN MÁS VIDA EN SAN NICOLÁS DE LOS ARROYOS

En San Nicolás de los Arroyos, el Plan Más Vida tiene su oficina en el Centro Integrador Comunitario (CIC).

Para conocer sobre la aplicación del Plan Más Vida en la localidad, se procedió a pedir información a asistentes sociales que trabajan en dicho plan.

6.1. BENEFICIARIOS

Antes de la implementación del Plan Vida se realizó un censo, donde se identificaron los barrios con menos recursos. De este censo, se contabilizaron 35 barrios de San Nicolás y éstos son los que continúan siendo beneficiarios del Plan Más Vida. (Ver Anexo)

El número total de familias que son en la actualidad beneficiarias del plan oscila entre 3.900 y 4.100. Las manzanas se encargan de detectar a las personas de los barrios que pueden incluirse al plan y no hay un cupo máximo de beneficiarios.

El paso de la asistencia directa (a través de la entrega de un bolsón de alimentos) a la transferencia de fondos, por medio de la tarjeta, significó un cambio en los criterios de acceso al plan. Éste dejó de ser universal. Ahora no sólo basta con vivir en uno de los barrios donde se implementa el plan, sino que para ser beneficiario se debe tener un ingreso familiar inferior a \$1.550. A partir de ese momento, accedió al plan una gran parte -y no la totalidad- del padrón de beneficiarios anterior.

Para determinar quienes deben ser beneficiarios del plan, se cruzan los datos en la ciudad de La Plata, desde donde envían al CIC de San Nicolás una lista donde se detalla la situación de cada beneficiario. Se les da de baja cuando:

- ❖ Tienen un ingreso superior al límite (por supuesto, esto se controla únicamente en los trabajadores formales).
- ❖ Los niños ingresan al nivel de educación inicial o cumplen seis años.
- ❖ Falta algún tipo de documentación.
- ❖ No usan la tarjeta por tres meses.

Así, se puede observar cómo, detrás del traspaso a la tarjeta, se encubre una nueva forma de focalización que agudiza el criterio de inclusión al plan.

6.2. PRESTACIONES

El dinero se acredita el tercer día hábil de cada mes. En general, no hay inconvenientes con la acreditación del dinero.

Con respecto a la entrega de leche, hubo meses en el año 2003 en que se suspendió debido a la finalización del convenio del ministerio con el transporte. Luego se retomó la entrega pero pasó de ser leche fluida a ser leche en polvo.

Las manzaneras eran las encargadas de la distribución. Por razones de costo en transporte y organización, se dejó de entregar leche y se comenzó a acreditar un monto fijo para su compra a través de las tarjetas magnéticas.

En San Nicolás, el cambio de la entrega de alimentos a la implementación de la tarjeta, modificó el consumo. Antes las familias no usaban todos los alimentos que se les daba, por ejemplo, la fécula de maíz y las lentejas. A veces, ni siquiera iban a retirar esos alimentos el día de su entrega, a la casa de la manzanera correspondiente. Se observaron cambios en el modo de alimentarse, se aprovechan mejor los alimentos, porque las familias compran lo que consumen y no desperdician.

No existe una lista de alimentos que pueden comprar. Actualmente, desde el CIC no se controla qué alimentos compran, mientras que antes se les pedía los tickets de compra. Además, los beneficiarios del plan no tienen indicaciones específicas de qué productos comprar, ni dónde comprarlos.

En general, van a los supermercados más cercanos a sus viviendas. Todos aquellos que tienen Posnet conocen y aceptan la tarjeta.

6.3. TRABAJADORAS BARRIALES

Las manzaneras y comadres siempre participaron, son elegidas por los beneficiarios, en reunión con la asistente social de la comunidad. Deben ser

personas con un perfil especial: dedicadas al servicio, con tiempo disponible, con paciencia, con ganas de trabajar para la gente. Muchas veces tienen problemas por disconformidad de los beneficiarios, por falta de cumplimiento por parte de ellos –lo más mencionado es el incumplimiento de horarios-.

Se hacen controles nutricionales a los niños cuyas familias son beneficiarias del plan, a través del trabajo de una Licenciada en Nutrición que interviene en caso de observarse problemas nutricionales.

Con respecto a la educación nutricional, actualmente no hay actividades. Se realizaban charlas cuando regía la modalidad de asistencia directa. La educación nutricional, en ese caso de provisión de bolsones de alimentos, se desarrollaba para evitar la monotonía en la preparación de los mismos y lograr así un mejor rendimiento y una mayor aceptación. El Programa utilizaba modalidades de taller para diferentes edades y así se incentivaba la participación de la comunidad entera.

Las Manzaneras y Comadres son un pilar fundamental en la Red Solidaria y en la protección de los derechos de la infancia a través de facilitar el acceso de las personas a las prestaciones que brinda la Municipalidad.

7. ENFOQUE DE DERECHOS HUMANOS

El enfoque de derechos surge a finales de la década de los 90'. Se hace bajo el consenso de que los derechos humanos son imprescindibles para el logro del desarrollo, y que a su vez, éste es un medio para hacer realidad el pleno ejercicio de los derechos humanos.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

El paso del enfoque de beneficencia al enfoque basado en los derechos humanos significó una nueva manera de formular las prácticas gubernamentales tanto en el ámbito nacional, como en el provincial y municipal. El Estado ya no debe sólo satisfacer las necesidades de las personas, sino que debe hacer cumplir sus derechos.

Esto cambió la forma de concebir a las personas, las responsabilidades del Estado y los recursos con lo que se sustentan estas acciones, pasando de lo privado a lo público e internacional. (AADYND, 2010)

Esta visión dejó atrás la creencia de que el Estado debe actuar en forma paternalista, brindando los recursos necesarios a las personas que no pueden obtenerlos por sus propios medios, como lo hacían anteriormente las sociedades de beneficencia.

El enfoque de derechos fortalece la gobernabilidad democrática, porque apoya al Estado en la identificación y en el cumplimiento de sus responsabilidades frente a los ciudadanos. Además, aporta contenido a la ética universal transformando los principios de las declaraciones y convenciones internacionales, en derechos específicos y acciones concretas.

La Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos plantea que el enfoque de derechos representa el marco conceptual para el proceso de desarrollo humano. Este enfoque está basado en las normas internacionales de los derechos humanos y, en su aplicación, está orientado a la promoción y la protección de los mismos. La finalidad de su puesta en marcha es

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

minimizar las desigualdades que actualmente son el centro de los problemas del desarrollo y corregir la discriminación y el injusto reparto del poder que obstaculizan el progreso. Esta perspectiva exige el pleno ejercicio de los derechos, por lo cual, se debe permitir la participación activa de los grupos vulnerables en la promoción, garantía y ejercicio de sus derechos y de los procesos de desarrollo que les permitan realizarlos.

El Enfoque de Derechos constituye un conjunto de principios y herramientas que permiten aplicar los derechos humanos. Es una propuesta metodológica que incorpora los derechos para conseguir que éstos no sean sólo una formulación teórica, sino que se apliquen en todas las fases del proceso de desarrollo. La principal finalidad es alcanzar la dignidad humana para todos, pero especialmente para aquellas personas que viven en situaciones de mayor vulnerabilidad. Esta visión apunta a empoderar a todas las personas para que tomen sus propias decisiones y a fomentar la distribución equitativa del poder y de los recursos.

7.1. EL DESARROLLO HUMANO

El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) define al desarrollo humano como *“un proceso de expansión de las libertades reales de que disfrutan los individuos y que se traduce en la libertad general que deberían tener los individuos para vivir como les gustaría”* (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2013).

A través del desarrollo humano la sociedad busca mejorar las condiciones de vida de los ciudadanos, incrementando los bienes con los que pueden cubrir sus necesidades, ampliando sus oportunidades y capacidades, y principalmente,

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

creando un entorno propicio para el respeto de los derechos humanos. Este proceso incluye varios aspectos de la interacción humana como la participación, la equidad de género, la seguridad, la sostenibilidad, las garantías de los derechos humanos y otros. Para el PNUD las personas son la verdadera riqueza de las naciones y, por ende, el desarrollo consiste en la ampliación de las opciones que ellas tienen para vivir de acuerdo con sus valores y aspiraciones.

Las bases del enfoque de derechos se aplican con el objetivo de integrar en las prácticas del desarrollo, los principios éticos y legales inherentes a los derechos humanos.

7.2. CLASIFICACIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS

- ❖ **Derechos civiles.** El derecho a la vida, a la dignidad, a la alimentación, a la seguridad, a la libertad, a la protección humanitaria, a la privacidad e intimidad, al honor, la honra y la buena reputación, a la imagen y la voz, a la inviolabilidad del domicilio, de correspondencia, comunicación y conversación, al libre desarrollo de la personalidad y de la identidad, al reconocimiento de la personalidad jurídica, al nombre, a la nacionalidad, de refugio, a la integridad, a la protección humanitaria, a la jurisdicción, a las garantías procesales, a la propiedad privada, a la posesión, a la acción u omisión y a la igualdad y no discriminación.
- ❖ **Derechos políticos.** El derecho a la petición, a participar en la dirección de asuntos públicos, en la función pública y en la elaboración de las leyes, a exigir responsabilidad sobre actos de la administración pública, votar y ser votado.

- ❖ **Derechos económicos.** Como el derecho a un salario justo, a las vacaciones retribuidas, a ejercer el comercio e industria, a heredar y a participar en los beneficios de la producción.
- ❖ **Derechos sociales.** Derecho al trabajo y a la limitación de la jornada, a elegir profesión u oficio, a la sindicalización, derecho de promoción y escalafón, derecho a la huelga, a la negociación colectiva, a la participación en la gestión empresarial, a una vivienda, al acceso a los servicios públicos, a la salud y protección, al descanso y disfrute del tiempo libre, al acceso a los servicios públicos, al espacio público y a la seguridad social.
- ❖ **Derechos culturales.** Derecho a la educación, a la conservación y desarrollo de la propia cultura, a participar libremente en la vida artística y cultural, a la conservación y desarrollo de la propia cultura, a la protección de las producciones científicas, literarias y artísticas, a la investigación y al deporte.
- ❖ **Derechos de grupos especiales.** Derechos del niño, de la familia, de la mujer, de los adultos mayores, de las personas discapacitadas, de las que viven con VIH-SIDA, de los indígenas, de las minorías étnicas, raciales, lingüísticas y culturales, de las personas privadas de libertad, de los extranjeros y de los consumidores.
- ❖ **Derechos de la humanidad.** Derecho a la paz, al desarrollo, a un medio ambiente sano y a disfrutar del patrimonio común de la humanidad.

7.3. PRINCIPIOS DE LOS DERECHOS HUMANOS

El objetivo de los principios es dar contenido concreto a los diferentes derechos, funcionar como marcos de resolución de conflictos asumiendo una función

orientadora o interpretadora muy importante. A continuación se detallan algunos de estos principios:

Universalidad: Todas las personas tienen todos los derechos y libertades proclamados en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, sin distinción de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.

Inalienabilidad: Los derechos humanos no deben suprimirse, salvo en determinadas situaciones y según las debidas garantías procesales. Por ejemplo, se puede restringir el derecho a la libertad si un tribunal de justicia dictamina que una persona es culpable de haber cometido un delito.

Indivisibilidad: Los derechos humanos son inherentes a la dignidad de cada ser humano. Todos tienen igual estatus, ninguno puede categorizarse jerárquicamente como prioritario. A pesar de esta afirmación teórica, en la práctica no todos los derechos tienen el mismo estatus, ya que las formas de justiciabilidad de unos y otros derechos establecen una jerarquización clara en perjuicio de los derechos económicos, sociales y culturales que quedan relegados ante los derechos civiles y políticos con unos mecanismos de justiciabilidad menos vinculantes. Recién en los últimos años y bajo determinados sistemas regionales de protección de los derechos humanos, se han comenzado a desarrollar mecanismos que permitan las denuncias de las violaciones de estos derechos.

Interdependencia e interrelación: La realización de cada uno de los derechos depende necesariamente de la aplicación de los otros. Es por eso, que siempre se

debe hacer un planteamiento integral en relación con el ejercicio de los derechos. Se debe asumir que la protección y el respeto de la dignidad humana, fin último de los derechos humanos, requiere el ejercicio simultáneo de todos los derechos. La negación de un derecho tiene consecuencias restrictivas también para otros derechos.

Participación y empoderamiento: Todo ser humano tiene derecho a participar, contribuir y disfrutar de una manera activa, libre y significativa de un desarrollo civil, económico, social, cultural y político en el que se afiancen los derechos humanos. Solamente a partir de la participación se podrán realizar los procesos de empoderamiento del desarrollo y las poblaciones beneficiarias podrán generar sus propios modelos de desarrollo. Al establecer estrategias participativas, es importante tener en cuenta que, para fomentar una participación autónoma y real de las personas es necesario que éstas tengan total acceso a la información y un pleno conocimiento de sus derechos humanos, así como de los mecanismos que tienen a su disposición. La participación debe ser considerada como uno de los fines concretos a los que debe aspirar el Enfoque Basado en los Derechos Humanos.

Rendición de cuentas y transparencia: El Enfoque de Derechos Humanos establece obligaciones y deberes respecto a éstos y define a los titulares de esas obligaciones. Los Estados y otros titulares de deberes son responsables de garantizar la observancia de los derechos humanos. Al respecto, tienen que cumplir con las normas legales y los estándares consagrados en los instrumentos de derechos humanos. En caso de incumplimiento, las partes perjudicadas tienen el derecho a emprender procedimientos ante un tribunal competente u otro organismo

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

decisorio para obtener una reparación apropiada, de acuerdo con las reglas y procedimientos establecidos por las leyes.

Principios de progresividad y no regresividad: Implica la recomendación de ratificación y sometimiento a los contenidos, disposiciones e interpretaciones de los textos internacionales de derechos humanos vigentes. El principio de progresividad sería una oportunidad para definir el alcance del deber de proteger, garantizar y promocionar los derechos, en su dimensión positiva y pro-activa. El principio de regresividad posibilitaría definir el alcance del deber de respeto, indicando un mínimo de obligaciones para los Estados, por debajo de las cuales el Enfoque de Derechos está en peligro y con ello todas las políticas de derechos humanos.

8. DERECHOS DEL NIÑO

La **Declaración de los Derechos del Niño** es un tratado internacional aprobado el 20 de Noviembre de 1959 de manera unánime por los 78 Estados miembros de la Organización de las Naciones Unidas. Se basa en la **Declaración de Ginebra sobre los Derechos del Niño**, de 1924.

La Declaración de los Derechos del Niño reconoce al niño y la niña como "*ser humano capaz de desarrollarse física, mental, social, moral y espiritualmente con libertad y dignidad*".⁴

Sus artículos hacen referencia a los siguientes derechos:

1. A tener un nombre, una nacionalidad y una familia.
2. A recibir educación.

⁴ Organización de las Naciones Unidas, 1959.

3. A recibir alimentación, atención médica adecuada y a tener una vivienda digna.
4. A opinar y a ser escuchados.
5. A crecer en libertad y a pedir y recibir información de todo tipo.
6. A no sufrir discriminaciones.
7. A que nadie haga con nuestro cuerpo cosas que no queremos.
8. A no ser explotados económicamente.
9. A tener libertad de pensamiento y de religión.
10. A jugar, descansar y practicar deportes.
11. A participar en la vida cultural y artística.

En 1989 se aprobó la **Convención sobre los Derechos del Niño**, donde cambia el enfoque, considerando a las niñas y niños como sujetos de protección y no sólo como objetos de la misma. En 1990 el Congreso de la Nación Argentina ratificó la Convención sobre los Derechos del Niño a través de la **Ley N° 23.849**; y en 1994 le otorga jerarquía Constitucional (art. 75 inc. 22).

La Convención formula una serie de obligaciones asociadas con la salud, la educación y el esparcimiento del niño. En particular, se establece como límite el derecho a no sufrir discriminación, maltrato o explotación económica. Así se inauguró un nuevo paradigma de la infancia y la adolescencia, donde se reconoce a los niños como sujetos de derecho a cuidados especiales.

En la declaración de los Derechos del Niño se considera que todo niño, por su falta de madurez física y mental, necesita protección y cuidado especial antes y después de su nacimiento. El Estado debe brindar a todo niño seguridad social para que

pueda desarrollarse física, mental, moral, espiritual y socialmente en forma saludable y normal (a través del disfrute de alimentación y servicios médicos adecuados), según sus necesidades particulares; y también en condiciones de libertad y dignidad. En el caso de pertenecer a una familia numerosa, el Estado debe brindarle el apoyo necesario para que pueda desarrollarse adecuadamente y en el caso de niños desprovistos de familia, el Estado debe encargarse de su atención y cuidado.

La puesta en marcha de los lineamientos que establece la Convención exigió transformaciones profundas en la legislación Argentina, reformas en las prácticas institucionales y modificaciones de la relación entre el Estado, la familia y la comunidad con los niños, niñas y adolescentes.

La familia se valora como el ambiente natural de bienestar de los niños y como espacio predilecto para potenciar su pleno desarrollo. Por lo tanto, el Estado tiene el deber de asistir a las familias para que puedan asumir esa responsabilidad.

En la **Ley Nº 26.061 sobre la Protección Integral de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes**, aprobada en el año 2005, el Estado reconoce a éstos como sujetos plenos de derechos y considera a la recuperación de la familia como promotora de la integración social. Esta ley dispone la aplicación obligatoria de la Convención sobre los derechos del niño, y delinea las características básicas que deberán adquirir las políticas públicas ligadas a infancia y adolescencia. Entre estas políticas se destacan:

- ❖ La descentralización de los organismos de aplicación.

- ❖ La gestión coordinada con la sociedad civil.
- ❖ La promoción de redes intersectoriales locales.

Asimismo, se establece un sistema de protección integral de los derechos de las niñas, niños y adolescentes, compuesto por múltiples instituciones (la Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia, el Consejo Federal de Niñez, Adolescencia y Familia, y el Defensor de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes).

Dentro de este esquema, las provincias son las encargadas de planificar y ejecutar políticas. En consecuencia, la modalidad, velocidad y diseño previsto para su aplicación es jurisdicción de cada provincia, y el estado de adaptación de la Ley N° 26.061 a la normativa provincial es, por tanto, heterogéneo.

Estos importantes cambios han generado desafíos, en la medida en que los gobiernos locales se convierten en actores estratégicos en el financiamiento y en la gestión de la política social.

En la provincia de Buenos Aires, la conformación del nuevo paradigma tuvo sus comienzos con anterioridad. En 2003, la **Ley Provincial N° 13.163** estableció la conformación del **Fondo de Fortalecimiento de los Programas Sociales**, cuya aplicación tuvo como finalidad preparar las condiciones institucionales y programáticas para el momento en que se sancionara la nueva normativa nacional. Allí se dispuso que al menos el 40% de este Fondo –cuyos recursos provienen de impuestos provinciales y de la coparticipación, y son distribuidos por el Ministerio de

Desarrollo Social a partir de un índice de vulnerabilidad social de los municipios—debía consagrarse a políticas de niñez.

Posteriormente, la **Ley Nº 13.403** de Presupuesto para el ejercicio 2006 modificó el mencionado Fondo, que pasó a denominarse **Fondo de Fortalecimiento de Programas Sociales y Saneamiento Ambiental**, y desde entonces, la distribución de los recursos entre los municipios pasó a ser la siguiente: el 80% de los fondos se asignan a asistencia social y el 20% restante, a tratamiento y disposición final de residuos.

En 2005 se promulga la **Ley Nº 13.298 de Promoción y Protección de los Derechos de los Niños de la Provincia de Buenos Aires**, con el objetivo de adecuar el marco normativo provincial a la Ley Nacional Nº 26.061. Luego de una serie de suspensiones, la ley entra en vigencia a partir de 2007. A continuación se nombran algunos artículos de la ley:

- ❖ En el *artículo cuarto* le concede al niño el estatus de sujeto activo de derecho, opuesto a la visión previa que lo consideraba como un mero objeto pasivo de tutela y asistencia.
- ❖ El *artículo tres* dispone que la política respecto a todos los niños y niñas tenga como objetivo principal su contención en el núcleo familiar, a través de la implementación de planes y programas de prevención, asistencia e inserción social.
- ❖ El *artículo nueve* refuerza el artículo tercero, al establecer que la ausencia o carencia de recursos materiales de quien esté a cargo del niño no constituye causa para su exclusión del grupo familiar o su institucionalización. En

consecuencia, se ordena la desjudicialización de los problemas sociales, lo que implica el traspaso del diseño de la política de niñez del Poder Judicial al Poder Ejecutivo provincial. Este enfoque tiene como contrapartida la necesidad de invertir en programas de protección social orientados específicamente al niño, con el objeto de mitigar el impacto negativo de las crisis económicas sobre las familias pobres.

- ❖ El *artículo catorce* establece la conformación del sistema de promoción y protección integral de derechos. Con esta iniciativa se genera un marco adecuado para afrontar las problemáticas que afectan a los niños, niñas y adolescentes. Esto es así en la medida en que el nuevo sistema garantiza cierta institucionalidad a nivel territorial que, además de contemplar la participación de las dependencias municipales, incluye a las redes familiares, sociales y barriales, y a las organizaciones de la sociedad civil.

9. DERECHO A LA ALIMENTACIÓN

En diferentes declaraciones firmadas internacionalmente, se nombra el derecho a la alimentación y se enfatiza sobre los diferentes puntos que lo conforman. Algunos ejemplos:

Artículo 25 de la Declaración Universal de Derechos Humanos: *“Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado, que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios, tiene así mismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudedad u otros casos de*

pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad".⁵

Artículo 11 del Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales: *"Derecho a estar protegido contra el hambre"*.

Parte III, Art. 11: *"El derecho de toda persona a un nivel de vida adecuado para sí y su familia, incluso alimentación, vestido y vivienda adecuados..."*⁶

Los diferentes artículos comprometen a todo Estado, que sea parte de los acuerdos, a proteger a las personas del hambre cuando éstas se ven inmersas en situaciones adversas que impiden su alimentación adecuada. Esto significa que, el Estado debe tomar medidas y crear programas que tiendan a asegurar una distribución equitativa y acceso de todas las personas a los alimentos. Pero los acuerdos internacionales no indican medidas a tomar ni protocolos de acción, sino que esto queda a libre desarrollo de cada Estado, en función de sus políticas particulares.

El relator de Naciones Unidas, J. Ziegler, definió como Derecho a la Alimentación al *"derecho a tener acceso, de manera regular, permanente y libre, directamente o mediante la compra con dinero, a una alimentación cuantitativa y cualitativamente adecuada y suficiente, que corresponda a las tradiciones culturales de la población a la que pertenece el consumidor y que garantice una vida psíquica y física, individual y colectiva, libre de angustias, satisfactoria y digna"*. (Oficina del alto comisionado para los derechos humanos, 2013)

⁵ Asamblea general de las Naciones Unidas, 1948.

⁶ Asamblea general de las Naciones Unidas, 1966.

Para que se cumpla el derecho a la alimentación se debe asegurar el acceso de todas las personas a los alimentos. Ese acceso puede tomar muchas formas, mediante la producción directa de alimentos o la realización de actividades generadoras de ingresos que permitan la compra de alimentos.

Muchas veces los programas desarrollados tienden a paliar el hambre mediante la provisión, por parte del Estado, de alimentos a las personas que lo necesitan; pero no tienen en cuenta muchos otros aspectos que forman parte del derecho a la alimentación. Temas como la adecuación cultural, la libertad de elección, el respeto de los hábitos, costumbres y gustos de las personas, la dignidad de las personas al sentirse partícipes en la obtención de sus propios alimentos y los de su familia, el uso de los recursos naturales, el derecho a obtener la información necesaria que les permita elecciones correctas, entre otros, quedan de lado. La inclusión de todos estos aspectos amplía la definición, agregando otros conceptos:

El derecho a tener una alimentación adecuada: No es simplemente el consumo de alimentos, sino que significa el consumo de alimentos que satisfagan las necesidades individuales, tanto biológicas y fisiológicas, como culturales.

El derecho a la seguridad alimentaria: Incluye a la disponibilidad y la accesibilidad a los alimentos y esto, a su vez, implica la necesidad de que la alimentación se desarrolle en forma sustentable, que se componga de alimentos seguros, libres de tóxicos y sustancias indeseables. La seguridad alimentaria según el Comité de Seguridad Alimentaria Mundial (CSA) es *“Cuando todas las personas tienen en todo momento el acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y*

*nutritivos que satisfacen sus necesidades y preferencias alimentarias para llevar a cabo una vida activa y sana”.*⁷

La seguridad alimentaria se basa en cuatro pilares: **Disponibilidad, acceso, utilización y estabilidad**. Las políticas encargadas de alcanzar este objetivo son denominadas **políticas de seguridad alimentaria**.

El derecho a la protección contra el hambre: Implica la necesidad de que el Estado se anticipe a las situaciones adversas que puedan poner en riesgo la alimentación adecuada de las personas, tomando medidas preventivas y no medidas paliativas una vez instalada la situación que impide el consumo de alimentos.

La soberanía alimentaria: La FAO la define como *“el derecho de un país a definir sus propias políticas y estrategias sustentables de producción, distribución y consumo de alimentos, que garanticen el derecho a la alimentación sana y nutritiva para toda la población, respetando sus propias culturas y la diversidad de los sistemas productivos, de comercialización y de gestión de los espacios rurales”*. (Parlamento Latinoamericano, 2013)

10. OBLIGACIONES DEL ESTADO

El Estado, como garante de promover y proteger los derechos humanos, está obligado a garantizarlos hasta el máximo de sus posibilidades. Además, debe tener una posición activa, debe ver a las personas como sujetos de derechos y debe

⁷ Comité de Seguridad Alimentaria Mundial (CSA), 2014. El CSA se estableció en 1974 como órgano intergubernamental destinado a proporcionar un foro al sistema de las Naciones Unidas para el examen y seguimiento de las políticas relacionadas con la seguridad alimentaria mundial, incluida la producción de alimentos y el acceso físico y económico a los mismos.

rendir cuentas sobre las acciones para lograrlo y los resultados obtenidos, pudiendo contar con la cooperación internacional si fuese necesario.

Argentina es un Estado Parte de los acuerdos internacionales sobre los Derechos Humanos, por lo tanto, debe apoyar en su función pública al respeto, promoción y cumplimiento de los mismos.

El Estado tiene la obligación de proteger y promover el derecho a la alimentación a través de diferentes acciones. Esta obligación puede dividirse en tres ítems:

Obligación de respetar: El Estado debe respetar el acceso de toda persona a los alimentos o a los medios para poder obtenerlos, no debe realizar acciones que lo impidan como la destitución de tierras, su contaminación, su destrucción o desalojos forzados.

Una vez que se desarrolla una política que brinde el acceso a los alimentos, no puede suspenderse, a menos que se justifique claramente o se reemplace por otra política más abarcadora. Además, las políticas y programas estatales deben ser examinados en forma periódica para garantizar que sea respetada la igualdad del derecho de todas las personas a la alimentación.

Obligación de proteger: El Estado debe velar por que otras instituciones no impidan el acceso a los alimentos directa o indirectamente. Además, el Estado debe garantizar que los alimentos del mercado sean seguros para el consumo, lo que significa que deben establecer y aplicar normas de calidad y seguridad de los alimentos, y garantizar un mercado justo y con igualdad de condiciones para todos sus actores. Esto también incluye la regulación de las publicidades y promociones

de alimentos que no sean sanos y de aquellas que son engañosas, con el fin de evitar que se brinde información incorrecta y promover una alimentación saludable.

Obligación de cumplir: Incluye la obligación de facilitar y la obligación de suministrar:

- ❖ **Obligación de facilitar:** El Estado debe reforzar el acceso de las personas a los medios para poder obtener sus alimentos, ya sea mediante la explotación de recursos naturales o mediante la compra a través del dinero obtenido con el empleo. Además, el Estado debe asegurar que la producción del país cubra el consumo interno de alimentos, y así el resto puede disponerse para la exportación. También, desde el Estado se deben desarrollar y aplicar políticas y programas alimentarios que tengan en cuenta la nutrición.
- ❖ **Obligación de suministrar:** El Estado debe suministrar mediante la asistencia alimentaria o la seguridad social los recursos necesarios para que se cumpla el derecho a la alimentación en los casos en que las personas no puedan, por razones ajenas a ellas, acceder a una alimentación adecuada con los medios que tienen disponibles. Esto se da, por ejemplo, en los casos de personas en riesgo social, víctimas de catástrofes naturales, desocupados, etc.

Modificar las políticas económicas en función de las políticas de seguridad alimentaria es más complejo que asignar partidas para asistencialismo. Implica una re-lectura con criterio alimentario y nutricional de las variables del ajuste económico, establecer objetivos alimentarios de corto, mediano o largo plazo y tomar decisiones operativas acerca de la universalidad o especificidad de las acciones a emprender.

Además, asumir que todas las personas tienen el derecho a una alimentación cultural y nutricionalmente adecuada, y que el Estado debe tomar un rol de garante de tal derecho.

11. OBJETIVOS DEL DESARROLLO DEL NUEVO

MILENIO

En la Cumbre del Milenio, celebrada en Septiembre del año 2000 en Nueva York, se congregó al mayor número de dirigentes estatales de la historia y se convino un proceso para la revisión fundamental del papel de las Naciones Unidas y de los desafíos que enfrenta en el nuevo siglo. Así, los Jefes de Estado y de Gobierno de los 189 Estados miembro de las Naciones Unidas aprobaron la **Declaración del Milenio**, que identifica preocupaciones, valores y principios relacionados con el desarrollo.

Esto fue la base para la creación de los **Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM)**, donde se estableció un conjunto conciso de objetivos y metas cuantificables a alcanzarse en el año 2015 con los correspondientes indicadores numéricos internacionalmente convenidos, a partir de los cuales se puede evaluar el progreso general. Los objetivos establecidos involucran a las áreas de salud, educación, trabajo y, particularmente, a cuestiones asociadas con la pobreza extrema y la justicia social (Naciones Unidas, Presidencia de la Nación Argentina, 2000). Los ODM en Argentina son:

- ❖ Erradicar la pobreza extrema y el hambre.
- ❖ Alcanzar la educación básica universal.

- ❖ Promover el trabajo decente.
- ❖ Promover la igualdad y equidad de género.
- ❖ Reducir la mortalidad infantil.
- ❖ Mejorar la salud materna.
- ❖ Combatir el HIV/SIDA, la Tuberculosis, el Paludismo, el Chagas y otras enfermedades.
- ❖ Asegurar un medio ambiente sostenible.
- ❖ Promover una asociación mundial para el desarrollo.

En el objetivo *erradicar la pobreza extrema y el hambre*, la meta es reducir la pobreza a menos del 20% y los indicadores a utilizar son los siguientes:

- ❖ Coeficiente de brecha de pobreza⁸.
- ❖ Coeficiente de Gini⁹.
- ❖ Porcentaje de población con ingresos por debajo de la línea de indigencia¹⁰.
- ❖ Brecha de ingresos¹¹.
- ❖ Porcentaje de población con ingresos por debajo de la línea de pobreza¹².

⁸ Es la distancia que separa a la población de la línea de pobreza, expresada como porcentaje de tal línea. Para la población no pobre, esta distancia es de 0. Este indicador muestra el total de recursos per cápita que se necesitarían para ubicar a la población pobre por arriba de la línea de pobreza.

⁹ El índice de Gini mide hasta qué punto la distribución del ingreso (o, en algunos casos, el gasto de consumo) entre individuos u hogares dentro de una economía se aleja de una distribución perfectamente equitativa. Así, un índice de Gini de 0 representa una equidad perfecta, mientras que un índice de 100 representa una inequidad perfecta.

¹⁰ Son considerados indigentes los hogares que no tienen el ingreso suficiente para cubrir la Canasta Básica de Alimentos (CBA).

¹¹ Muestra la profundización o no de la situación de pobreza teniendo como referencia el ingreso promedio entre los hogares pobres. Resulta, por lo tanto, una medida de la distancia promedio entre el ingreso de los pobres y el límite monetario que determina esta condición.

REFERENTE EMPÍRICO

Argentina es el segundo país de mayor superficie en Sudamérica, y el octavo en el mundo. Ocupa una superficie continental de 2.791.810 kilómetros cuadrados (km².) entre la cordillera de Los Andes en el Oeste y el océano Atlántico en el este y el sur. Con aproximadamente 3.700 kilómetros (km.) de norte a sur y 1.400 km. de este a oeste, limita con Paraguay y Bolivia en el norte, Brasil y Uruguay en el Noreste y Chile en el oeste y sur.

Podría ser dividida en cuatro partes: la planicie fértil de La Pampa, ubicada en el centro del país, fuente de la agricultura argentina; la Patagonia, ubicada en el sur hasta Tierra del Fuego, rica en gas y petróleo; la región subtropical de Chaco, al norte y la zona montañosa de Los Andes, siguiendo la frontera con Chile.

Los datos del Censo 2010, dan un total de población de 40.091.359 habitantes en todo el país. El total de hombres alcanza a 19.575.219 y el número de mujeres registrado es de 20.516.140.

El país es formalmente llamado República Argentina. Por diversos motivos legales, se utiliza el nombre Nación Argentina.

Su territorio está dividido en 23 provincias y una ciudad autónoma, Buenos Aires, capital de la Nación y sede del gobierno federal. Argentina reclama el control de las Islas Malvinas y de una parte de la Antártica, considerando ambas tierras como parte de la provincia de Tierra del Fuego.

¹² Son considerados pobres los hogares que tienen un ingreso familiar inferior a la Canasta Básica Total, que está compuesta por la CBA y un componente no alimentario calculado a partir de la inversa del coeficiente de Engel.

La Provincia de Buenos Aires, con 307.571 km². de extensión, es la provincia más extensa del país, ocupando el 11,06% de su superficie total. Se sitúa en la región centro-este, limita al norte con las provincias de Entre Ríos y Santa Fe, al oeste con las provincias de Córdoba, La Pampa y Río Negro, al sur y al este con el océano Atlántico y al nordeste con el Río de la Plata. Enclavada en el nordeste se encuentra la Ciudad de Buenos Aires, que desde 1880 no forma parte de la provincia. Su capital es la ciudad de La Plata. El total de habitantes de la Provincia de Buenos Aires es de 15.625.084 según Censo 2010.

San Nicolás de los Arroyos es la cabecera del Partido homónimo. Está situada en el extremo noreste de la provincia de Buenos Aires, sobre el río Paraná y dentro del corredor industrial Rosario – La Plata.



Ilustración 2 Mapa de la República Argentina.

Fuente: <http://www.datacraft.com.ar/>

Cuenta con diez delegaciones municipales: Campos Salles, Conesa, Erézcano, General Rojo, La Emilia, Villa Campi, Villa Canto, Villa Esperanza, Villa Hermosa y Villa Riccio.

La ciudad tiene 145.821 habitantes, entre ellos 71.426 varones y 74.395 mujeres. El total de viviendas es de 49.785 (Censo 2010).

Centro de San Nicolás de los Arroyos:



Ilustración 3 Plano del centro de la ciudad de San Nicolás de los Arroyos.

Fuente: <http://www.datacraft.com.ar/>

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

La Municipalidad de San Nicolás de los Arroyos se ubica en calle Rivadavia 51, el Centro de Medicina Preventiva (CEMPRE) –ex Asistencia Pública- en Pellegrini 111 y el Centro Integrador Comunitario (CIC) en Barrio Ginés García. En el CIC se ubica la oficina del Plan Más Vida.

Barrios de la ciudad: son en total 97 y pueden dividirse en cuatro sectores: el centro con 20 barrios, la zona norte con 30 barrios, la zona sur con 24 barrios y la zona oeste con 23 barrios.

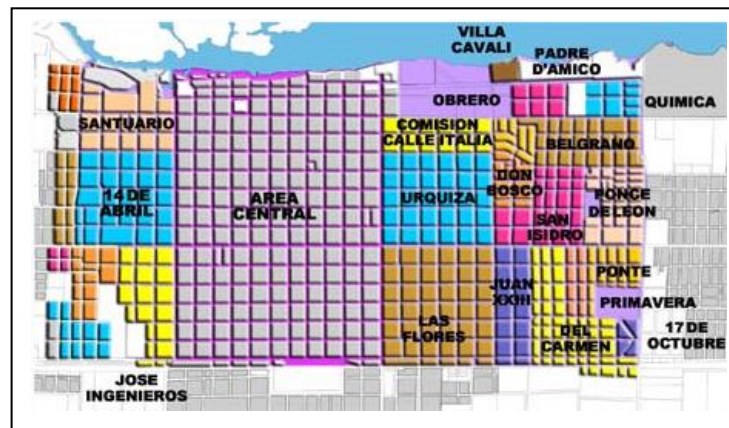


Ilustración 4 Barrios del centro de la ciudad de San Nicolás.

Fuente: Instituto Municipal de Investigación y Planeamiento Urbano de San Nicolás de los Arroyos.

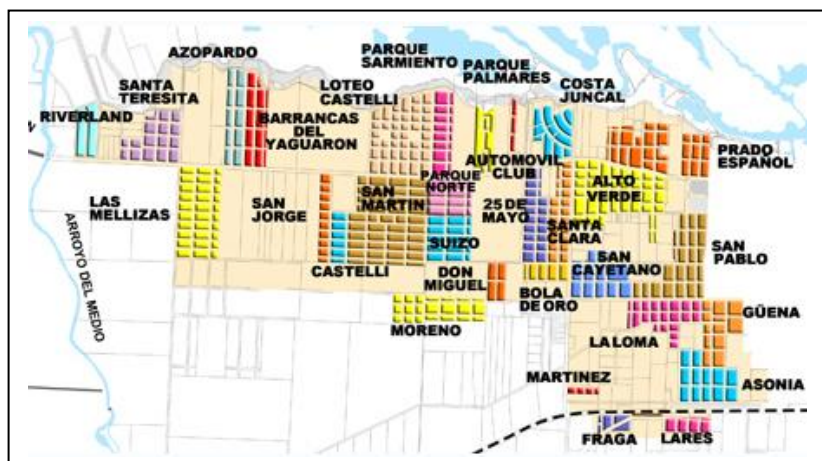


Ilustración 5 Barrios de la zona norte de la ciudad de San Nicolás.

Fuente: Instituto Municipal de Investigación y Planeamiento Urbano de San Nicolás de los Arroyos.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

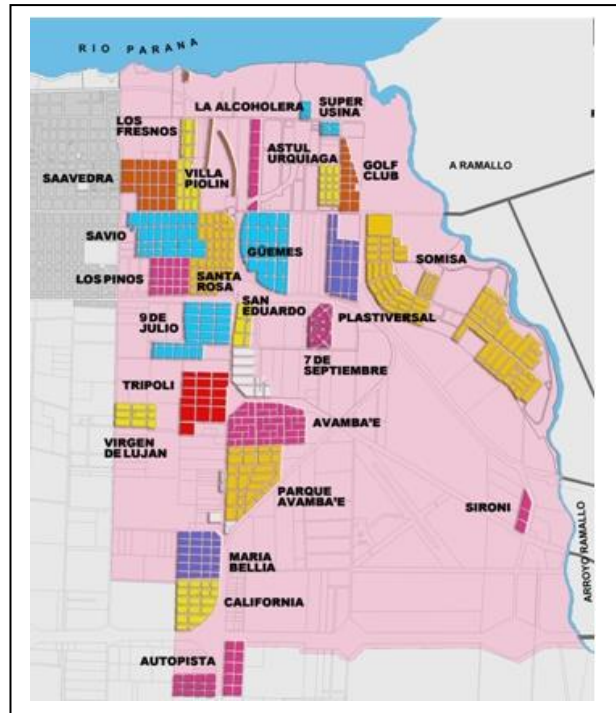


Ilustración 6 Barrios de la zona sur de la ciudad de San Nicolás.

Fuente: Instituto Municipal de Investigación y Planeamiento Urbano de San Nicolás de los Arroyos.

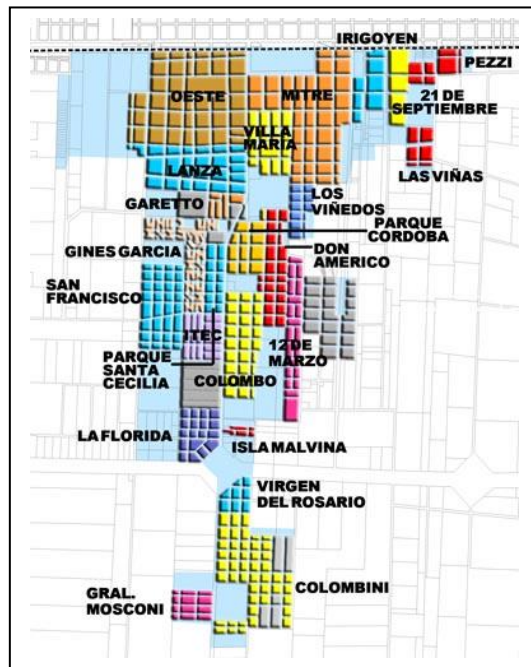


Ilustración 7 Barrios de la zona oeste de la Ciudad de San Nicolás.

Fuente: Instituto Municipal de Investigación y Planeamiento Urbano de San Nicolás de los Arroyos.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

DISEÑO METODOLÓGICO

Tipo de investigación: Descriptiva, ya que se tratará de conocer el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos y el costo de la alimentación de niños de edad preescolar en la ciudad en Septiembre de 2014.

Tipo de diseño: De campo observacional, solo se va a observar y recolectar información sobre la situación a través de la observación del objeto de estudio (costo de los alimentos) para luego analizarla.

Tipo de estudio: Corte transversal, dado que se investigará en un momento determinado, Septiembre de 2014, para describir qué se puede adquirir con el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos para cubrir la alimentación de un niño de edad preescolar.

Variables:

- ❖ **Tipo de alimento:** Variable cualitativa.
- ❖ **Costo mensual de cada alimento:** Variable cuantitativa.
- ❖ **Porcentaje de requerimientos nutricionales cubiertos por el plan:**
Variable cuantitativa.

Población de estudio: Alimentos que forman parte de la alimentación adecuada de niños de edad preescolar y que están disponibles en los tres supermercados seleccionados de la ciudad de San Nicolás de los Arroyos.

Criterios de inclusión:

- ❖ Todos aquellos alimentos que integren la alimentación saludable de niños de edad preescolar.
- ❖ Alimentos de menor precio al consumidor final entre sus alimentos equivalentes en cuanto a las características nutricionales.

Criterios de exclusión:

- ❖ Aquellos alimentos que no están incluidos dentro de la alimentación adecuada de niños de edad preescolar.
- ❖ Alimentos que no se encuentren disponibles en el local comercial al momento del relevamiento (no se tomarán los precios de aquellos alimentos que no se encuentren disponibles en las góndolas).
- ❖ Alimentos que no tengan en su packaging el nombre genérico según el Código Alimentario Argentino (CAA), su marca comercial y/o su peso neto. Excepto aquellos alimentos a los que el CAA no exige que se vendan con rotulado: *“Productos fraccionados en los puntos de venta al por menor que se comercialicen como premedidos.” “Frutas, vegetales y carnes que se presenten en su estado natural, refrigerados o congelados.” (CAA, 2014).*
- ❖ Alimentos que se encuentren en “oferta” o “rebaja” al momento del relevamiento.

Técnica de recolección de información:

Observación: Consiste en el uso sistemático de nuestros sentidos en la búsqueda de los datos que necesitamos para resolver un problema de investigación. (Méndez, 1999)¹³

Instrumento de recolección de información:

Para recolectar la información se utilizarán 3 planillas impresas (una por cada supermercado visitado) con columnas para completar con los datos de cada uno de los alimentos que integran la muestra. Se tomarán los mismos datos para cada alimento. (Ver modelo en ANEXO).

Se recolectarán los siguientes datos:

- ❖ Denominación del alimento según el CAA.
- ❖ Marca comercial.
- ❖ Contenido neto en kilogramos (kg.) o mililitros (ml.), según corresponda.
- ❖ Precio al consumidor final en pesos (\$).
- ❖ Precio al consumidor final en pesos (\$) por kg. o ml.

Para la recolección de los datos necesarios se solicitará la autorización correspondiente a cada supermercado.

¹³ Méndez cita a Carlos A. Sabino, *El proceso de investigación*, p. 144

Se obtienen datos de las siguientes fuentes:

- Tabla: “Porciones diarias estimadas de todos los grupos de alimentos para niños preescolares”, de Nutrición del Niño Sano, Lorenzo, y otros, 2007.
- “Frutas y hortalizas de estación (otoño/invierno)”, de la “Campaña de Promoción del Consumo de Frutas y Hortalizas Frescas” del Ministerio de Salud de la Nación.
- Tablas de medidas, equivalencias y porciones por grupos de alimentos, de Alimentación Saludable, Guía Práctica para su Realización, de López, LB y Suárez, MM, 2002. (Ver anexo).
- Medidas caseras indicadas para el rotulado nutricional de alimentos, del Código Alimentario Argentino (CAA).
- Tabla: “Factor de corrección de los alimentos”, Alimentación Saludable, Guía Práctica para su Realización, de López, LB y Suárez, MM, 2002. (Ver anexo).
- Tabla: “Porcentaje de aumento por cocción de cereales y legumbres”, de López, LB y Suárez, MM, 2002. (Ver anexo).

OPERALIZACIÓN DE VARIABLES

Tipo de alimento: Variable cualitativa.

Definición: Alimentos que integran la alimentación adecuada de un niño de edad preescolar, que son económicamente más accesibles y culturalmente más apropiados que otros de similares características nutricionales.

Indicadores:

- ❖ Denominación (según el CAA).
- ❖ Contenido neto.
- ❖ Precio al consumidor final.

Costo mensual de cada alimento: Variable cuantitativa.

Definición: Es el costo a lo largo de un mes que tiene cada alimento individual en las cantidades requeridas por niños de edad preescolar, en San Nicolás de los Arroyos.

Porcentaje de requerimientos nutricionales cubiertos por el plan: Variable cuantitativa.

Definición: Es el porcentaje de la totalidad de alimentos que requiere un niño de edad preescolar, que cubre el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos.

PROCEDIMIENTO

A partir de la tabla “Porciones diarias estimadas de todos los grupos de alimentos para niños preescolares”, se seleccionaron los alimentos más económicos de cada grupo. La selección se hizo entre alimentos de igual valor nutritivo y que puedan reemplazarse mutuamente en función de:

- Criterios bioquímicos: se seleccionaron los más saludables.
- Criterios económicos: se seleccionaron los de menor costo.
- Criterios socioculturales: se seleccionaron los de consumo más habitual en la región, que son aquellos que más se adaptan a las técnicas culinarias de la sociedad donde se hace la investigación.

Las hortalizas y las frutas de estación fueron seleccionadas del listado presentado en la “Campaña de Promoción del Consumo de Frutas y Hortalizas Frescas”, del Ministerio de Salud de la Nación. (Ver Anexo).

En la bibliografía utilizada se encuentran las cantidades de cada uno de los alimentos expresadas en medidas caseras (MC), algunas en base al alimento cocido y otras en base a unidades de alimentos. Estas cantidades se pasaron a sus correspondientes medidas en gramos (g.) o mililitros (ml.), según corresponde, en base a los alimentos crudos. Para ello, primero se obtuvo el peso neto¹⁴ (PN) de cada alimento y luego el peso bruto¹⁵ (PB), utilizando el factor de corrección¹⁶ correspondiente. En el caso de los alimentos cuyas cantidades se encontraban en función del alimento cocido, se utilizó el factor de aumento por cocción.

¹⁴ El peso de los alimentos una vez quitadas las partes no comestibles, que se denominan desecho.

¹⁵ El peso de los alimentos tal cual se compran.

¹⁶ Es un índice que se obtiene del cociente entre el PB y el PN. Permite calcular el PB a partir del PN y viceversa.

La obtención de la cantidad de cada alimento en PB es necesaria para poder luego describir la compra.

La cantidad de cada uno de los alimentos por día se multiplicó por 30 días para obtener así la cantidad necesaria por mes y se realizó el promedio por grupo de alimentos.

Para la recolección de los costos de los alimentos se seleccionaron los tres supermercados que tienen mayor número de sucursales en la ciudad de San Nicolás de los Arroyos. Esto permite asegurar que el muestreo refleje los costos accesibles a los habitantes de la mayor parte de la superficie territorial de la ciudad. Se procedió de esta forma, ya que se tiene en cuenta que los beneficiarios del Plan Más Vida son personas de diferentes barrios de la ciudad y no de zonas específicas de la misma.

Se pidió autorización en la casa central de cada supermercado para llevar a cabo el relevamiento de datos en el mes de septiembre de 2014.

Los datos se obtuvieron por observación y tomando nota en planillas previamente impresas con casilleros para completar. Se completó cada alimento con la marca comercial, pero debido a que no todos los supermercados tienen las mismas marcas, el trabajo se realizó con los alimentos según la denominación del CAA sin tener en cuenta marcas comerciales ni diferentes presentaciones que puedan tener.

En cada supermercado se seleccionaron las marcas de cada uno de los alimentos que tiene el menor costo, según los criterios de inclusión y exclusión mencionados anteriormente.

El costo por kg. de cada alimento, se completó al momento de la recolección en los casos en que se encontró disponible como información en las góndolas, en los casos en que esta información no estuvo disponible, se realizó el cálculo luego de la recolección.

Teniendo en cuenta que no todas las familias tienen asegurado el acceso al precio más bajo de los alimentos, por razones geográficas y económicas que le impidan recorrer y comparar, se procedió a realizar el promedio del costo por kg. de cada uno de los alimentos (denominación según el CAA, más allá de marcas comerciales y presentaciones que puedan tener) de los diferentes supermercados.

En el caso de las semillas, cuyo costo no estuvo disponible en dos de los supermercados, se utilizó el único valor encontrado.

Luego se realizó el promedio por cada grupo de alimentos.

Los promedios de costos por kg. por grupo de alimentos obtenidos se relacionaron con las cantidades que requiere un niño preescolar por mes para tener una alimentación adecuada. La sumatoria de los costos de todos los alimentos que requiere un niño preescolar es el costo total de la alimentación adecuada de un niño preescolar en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre del año 2014.

El costo total de la alimentación adecuada de un niño preescolar en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre del año 2014 se relacionó con el dinero brindado por el Plan Más Vida. De esta relación se obtuvo el porcentaje de la alimentación adecuada de un niño preescolar que cubre el Plan Más Vida en San Nicolás en el mes de Septiembre de 2014.

Teniendo en cuenta la modalidad anterior del Plan Más Vida, en la cual se entregaban las raciones de leche en forma directa, se hizo el cálculo del porcentaje que cubre el Plan Más vida de los alimentos, si los beneficiarios del plan compran la cantidad suficiente de leche para cubrir el 100% de los requerimientos de un niño preescolar.

RESULTADOS

El análisis de los datos y la presentación de los resultados fueron realizados con el procesamiento de datos en Microsoft Office Excel 2007, a través del uso de fórmulas en tablas, ecuaciones, gráficos circulares y de columnas.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS*	CRITERIO DE SELECCIÓN UTILIZADO	ALIMENTOS SELECCIONADOS
Grupo 1:			
Cereales cocidos	Arroz Cebada Maíz Trigo Harinas Derivados	Consumo más habitual	Arroz blanco Harina de maíz Fideos secos
Legumbres cocidas	Arvejas secas Garbanzos Lentejas Porotos	Consumo más habitual	Lentejas Porotos
Pan	Pan	Menor costo	Pan francés
Grupo 2:			
Vegetales crudos Vegetales cocidos	Hortalizas	Las de estación y entre ellas las de menor costo	Papa Acelga Remolacha Calabaza Repollo Zanahoria Lechuga Tomate
Frutas	Frutas	Las de estación y entre ellas las de menor costo	Banana Naranja Manzana
Grupo 3:			
Leche o yogur	Leche Yogur	Menor costo	Leche en polvo, entera
Queso	Queso	El que se adapta a mayor cantidad de preparaciones y es más económico	Queso cremoso
Grupo 4:			
Carnes	Vacuna Porcina Aves Pescados	El corte más económico ** El corte más económico ** Consumo más habitual Consumo más habitual	Vaca (ver) Cerdo (ver) Pollo, entero Merluza, filet
Huevos	Huevos	Consumo más habitual y el más económico	Huevos de gallina, blancos
Grupo 5:			
Aceite Manteca o margarina	Aceites Manteca Margarina	El más utilizado. Se excluye la margarina por contener grasas trans.	Aceite de girasol Manteca
Frutas secas o semillas	Frutas secas Semillas	El más económico	Semillas de girasol
Grupo 6:			
Azúcar Mermelada			Azúcar Mermelada

(*) Alimentos incluidos en cada grupo, según las “Guías Alimentarias para la Población Argentina”.

(**) Para seleccionar los cortes de carne más económicos se tuvo en cuenta el factor de corrección (FC) de cada uno por desperdicio de partes no comestibles.

Tabla V Alimentos más económicos para la alimentación adecuada de niños preescolares.

Fuente: Elaboración propia.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS	MC/DÍA	PESO NETO CRUDO/DÍA	FC	PB/DÍA	PB/MES	PROMEDIO PB/MES/SUBGRUPOS
Grupo 1:							
Cereales cocidos	Arroz	½ plato	60,00	1,00	60,00	1.800,00	1.600,00
	Harina de maíz	½ plato	50,00	1,00	50,00	1.500,00	
	Fideos secos	½ plato	50,00	1,00	50,00	1.500,00	
Legumbres cocidas	Lentejas	3 cucharadas soperas/semana	5,00	1,00	5,00	150,00	135,00
	Porotos	3 cucharadas soperas/semana	4,00	1,00	4,00	120,00	
Pan	Pan francés	1 chico o ½ flautita	40,00	1,00	40,00	1.200,00	1.200,00
Grupo 2:							
Vegetales crudos	Repollo	½ taza	20,00	1,37	27,40	822,00	1.872,75
	Zanahoria	1 unidad chica	70,00	1,13	79,10	2.373,00	
	Lechuga	½ taza	20,00	1,66	33,20	996,00	
	Tomate	1 unidad chica	100,00	1,10	110,00	3.300,00	
Vegetales cocidos	Papa	2 unidades chicas	160,00	1,33	212,80	6.384,00	9.496,50
	Acelga	1 taza	240,00	1,66	398,40	11.952,00	
	Remolacha	2 unidades chicas	120,00	2,00	240,00	7.200,00	
	Calabaza	1 taza	250,00	1,66	415,00	12.450,00	
Frutas	Banana	2 unidades chicas	180,00	1,49	268,20	8.046,00	7.850,00
	Mandarina	2 unidades chicas	160,00	1,43	228,80	6.864,00	
	Manzana	2 unidades chicas	240,00	1,20	288,00	8.640,00	
Grupo 3:							
Leche o yogur	Leche	2 tazas	400,00	1,00	400,00	12.000,00	12.000,00
Queso	Queso cremoso	1 porción tipo cajita de fósforos	30,00	1,00	30,00	900,00	900,00
Grupo 4:							
Carnes	Vacuna, entrecot	1 churrasco chico	90,00	1,13	101,70	3.051,00	3.368,25
	Cerdo, varios	1 churrasco chico	90,00	1,22	109,80	3.294,00	
	Pollo entero	1 presa	90,00	1,64	147,60	4.428,00	
	Merluza, filet	1 filet	90,00	1,00	90,00	2.700,00	
Huevos	Huevos blancos	2 unidades/semana	14,30	1,19	17,02	510,51	510,51
Grupo 5:							
Aceite	Aceite de girasol	3 cucharaditas tipo té	15,00	1,00	15,00	450,00	450,00
Manteca o margarina	Manteca	1 cucharadita tipo té	5,00	1,00	5,00	150,00	150,00
Frutas secas picadas o semillas	Semillas de girasol	2 cucharaditas tipo té/semana	2,10	1,00	2,10	63,00	63,00
Grupo 6:							
Azúcar	Azúcar	4 cucharaditas tipo té	20,00	1,00	20,00	600,00	600,00
Mermelada	Mermelada	4 cucharaditas tipo té	32,00	1,00	32,00	960,00	960,00

FC: FACTOR DE CORRECCIÓN

PB: PESO BRUTO

Tabla VI Promedio de peso bruto de alimentos requerida mensualmente por niños preescolares.

Fuente: Elaboración propia.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

<p><u>Supermercado 1(S1): 3M SUPERMERCADOS ®</u></p> <p>Nº de sucursales en la ciudad de San Nicolás: 4</p>	
<p><u>Direcciones:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Maipú 647 • Av. Falcón 736 • Hernandez esq. Azopardo • Alberdi 375 	<p><u>Lugar de relevamiento:</u> Hernandez esq. Azopardo</p> <p><u>Fecha de relevamiento:</u> 18/09/14</p>
<p><u>Supermercado 2(S2): LAGOSTENA®</u></p> <p>Nº de sucursales en la ciudad de San Nicolás: 3</p>	
<p><u>Direcciones:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pte. Perón 1028 • Benítez 251 • Pte. Perón 1353 	<p><u>Lugar de relevamiento:</u> Pte Perón 1028</p> <p><u>Fecha de relevamiento:</u> 18/09/14</p>
<p><u>Supermercado 3(S3): CARREFOUR®</u></p> <p>Nº de sucursales en la ciudad de San Nicolás: 2</p>	
<p><u>Direcciones:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bartolomé Mitre 264 • Av. Moreno 10 	<p><u>Lugar de relevamiento:</u> Bartolomé Mitre 264</p> <p><u>Fecha de relevamiento:</u> 18/09/14</p>

Tabla 7 Supermercados seleccionados para el relevamiento de precios.

Fuente: Elaboración propia.

Nombre del supermercado: SUPER MILENIO II					
Grupo de alimentos	Alimentos	Marca comercial	Contenido neto (gramos o mililitros)	Precio al consumidor final	Precio por kilogramo
Grupo 1:					
Cereales	Arroz	NUTRIMAX	1.000	\$ 9,79	\$ 9,79
	Harina de maíz	FRONTÓN	500	\$ 5,39	\$ 10,78
	Fideos secos	FAVORITA	500	\$ 7,79	\$ 15,58
Legumbres	Lentejas	LA CRIOLLA	500	\$ 11,45	\$ 22,90
	Porotos	LA CRIOLLA	500	\$ 16,29	\$ 32,58
Pan	Pan francés	MILENIO	1.000	\$ 12,85	\$ 12,85
Grupo 2:					
Vegetales	Repollo	-	1.300	\$ 14,00	\$ 10,77
	Zanahoria	-	1.000	\$ 13,29	\$ 13,29
	Lechuga	-	1.000	\$ 9,69	\$ 9,69
	Tomate	-	1.000	\$ 9,69	\$ 9,69
	Papa	-	1.000	\$ 7,75	\$ 7,75
	Acelga	-	1.000	\$ 9,09	\$ 9,09
	Remolacha	-	1.000	\$ 5,80	\$ 5,80
Frutas	Calabaza	-	1.000	\$ 9,49	\$ 9,49
	Banana	-	1.000	\$ 18,25	\$ 18,25
	Naranja	-	1.000	\$ 4,59	\$ 4,59
	Manzana	-	1.000	\$ 14,39	\$ 14,39
Grupo 3:					
Leche	Leche entera, en polvo	ILOLAY	8.000	\$ 56,75	\$ 7,09
Queso	Queso cremoso	ILOLAY	1.000	\$ 83,29	83,29
Grupo 4:					
Carnes	Vaca, entrecot	-	1.000	\$ 67,59	\$ 67,59
	Cerdo, marucha	-	1.000	\$ 71,75	\$ 71,75
	Pollo entero	-	1.000	\$ 19,89	\$ 19,89
	Merluza, filet	-	1.000	\$ 54,10	\$ 54,10
Huevos	Huevos blancos	LA NORMA	360	\$ 6,99	\$ 19,42
Grupo 5:					
Aceite	Aceite de girasol	ALSAMAR	1.000	\$ 12,49	\$ 12,49
Manteca	Manteca	LA PAULINA	200	\$ 16,69	\$ 83,45
Semillas	Semillas de girasol peladas	-	#	#	#
Grupo 6:					
Azúcar	Azúcar	MAXI	1.000	\$ 8,90	\$ 8,90
Mermelada	Mermelada	ORIETA	500	\$ 11,59	\$ 23,18

(-) Sin marca comercial. Productos a los que el Código Alimentario Argentino no exige que se vendan con rotulado.
 (#) Precio no disponible.

Tabla VIII Costos de alimentos en supermercado "3M SUPERMERCADOS®".

Fuente: Elaboración propia.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

Nombre del supermercado: LAGOSTENA					
Grupo de alimentos	Alimentos	Marca comercial	Contenido neto (gramos o mililitros)	Precio al consumidor final	Precio por kilogramo
Grupo 1:					
Cereales	Arroz	BÁRBARA	1.000	\$ 11,99	\$ 11,99
	Harina de maíz	BRUNING	1.000	\$ 8,99	\$ 8,99
	Fideos secos	INVICTA	500	\$ 6,99	\$ 13,98
Legumbres	Lentejas	OLINTO	400	\$ 8,99	\$ 22,48
	Porotos	ELIO	500	\$ 11,99	\$ 23,98
Pan	Pan francés	LAGOSTENA	1.000	\$ 15,99	\$ 15,99
Grupo 2:					
Vegetales	Repollo	-	1.000	\$ 9,99	\$ 9,99
	Zanahoria	-	1.000	\$ 6,49	\$ 6,49
	Lechuga	-	1.000	\$ 19,99	\$ 19,99
	Tomate	-	1.000	\$ 14,49	\$ 14,49
	Papa	-	1.000	\$ 7,49	\$ 7,49
	Acelga	-	1.000	\$ 6,99	\$ 6,99
	Remolacha	-	1.000	\$ 9,99	\$ 9,99
Frutas	Calabaza	-	1.000	\$ 7,99	\$ 7,99
	Banana	-	1.000	\$ 7,99	\$ 7,99
	Naranja	-	1.000	\$ 5,99	\$ 5,99
	Manzana	-	1.000	\$ 10,99	\$ 10,99
Grupo 3:					
Leche	Leche entera, en polvo	LA LECHERA	6.000	\$ 49,90	\$ 8,32
Queso	Queso cremoso	EL RIBEÑO	1.000	\$ 39,90	\$ 39,90
Grupo 4:					
Carnes	Vaca, entrecot	-	1.000	\$ 69,99	\$ 69,99
	Cerdo, carré deshuesado	-	1.000	\$ 74,90	\$ 74,90
	Pollo entero	-	1.000	\$ 25,99	\$ 25,99
	Merluza, filet	PUERTO GABOTO	1.000	\$ 74,90	\$ 74,90
Huevos	Huevos blancos	LA NORMA	360	\$ 9,49	\$ 26,36
Grupo 5:					
Aceite	Aceite de girasol	ZANONI	1.000	\$ 9,99	\$ 9,99
Manteca	Manteca	PRIMER PREMIO	200	\$ 13,99	\$ 69,95
Semillas	Semillas de girasol peladas	-	#	#	#
Grupo 6:					
Azúcar	Azúcar	MASS	1.000	\$ 8,99	\$ 8,99
Mermelada	Mermelada	DULCOR	500	\$ 8,99	\$ 17,98

(-) Sin marca comercial. Productos a los que el Código Alimentario Argentino no exige que se vendan con rotulado.

(#) Precio no disponible.

Tabla IX Costos de alimentos en supermercado "Lagostena@".

Fuente: Elaboración propia.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

Nombre del supermercado: CARREFOUR					
Grupo de alimentos	Alimentos	Marca comercial	Contenido neto (gramos o mililitros)	Precio al consumidor final	Precio por kilogramo
Grupo 1:					
Cereales	Arroz	CARREFOUR	1.000	\$ 11,00	\$ 11,00
	Harina de maíz	CARREFOUR	1.000	\$ 9,67	\$ 9,67
	Fideos secos	CANALE	500	\$ 7,20	\$ 14,40
Legumbres	Lentejas	CARREFOUR	500	\$ 17,29	\$ 34,58
	Porotos	CARREFOUR	500	\$ 27,00	\$ 54,00
Pan	Pan francés	CARREFOUR	1.000	\$ 24,00	\$ 24,00
Grupo 2:					
Vegetales	Repollo	-	1.000	\$ 14,00	\$ 14,00
	Zanahoria	-	1.000	\$ 7,15	\$ 7,15
	Lechuga	-	1.000	\$ 12,20	\$ 12,20
	Tomate	-	1.000	\$ 16,90	\$ 16,90
	Papa	-	1.000	\$ 13,99	\$ 13,99
	Acelga	-	1.000	\$ 8,99	\$ 8,99
	Remolacha	-	1.000	\$ 19,00	\$ 19,00
Frutas	Calabaza	-	1.000	\$ 7,70	\$ 7,70
	Banana	-	1.000	\$ 18,90	\$ 18,90
	Naranja	-	1.000	\$ 5,90	\$ 5,90
	Manzana	-	1.000	\$ 16,99	\$ 16,99
Grupo 3:					
Leche	Leche entera, en polvo	LA SERENÍSIMA	1.000	\$ 6,63	\$ 6,63
Queso	Queso cremoso	TREMBLAY	1.000	\$ 54,25	\$ 54,25
Grupo 4:					
Carnes	Vaca, tortuguita	-	1.000	\$ 71,00	\$ 71,00
	Cerdo, bondiola	-	1.000	\$ 78,00	\$ 78,00
	Pollo entero	-	1.000	\$ 20,65	\$ 20,65
	Merluza, filet	PAYÚNDA	1.000	\$ 58,90	\$ 58,90
Huevos	Huevos blancos	ANICOPER	360	\$ 9,65	\$ 26,81
Grupo 5:					
Aceite	Aceite de girasol	COSTA DEL SOL	1.000	\$ 8,75	\$ 8,75
Manteca	Manteca	LA SERENÍSIMA	200	\$ 13,00	\$ 65,00
Semillas	Semillas de girasol peladas	RS. STURLA	250	\$ 14,50	\$ 58,00
Grupo 6:					
Azúcar	Azúcar	LEDESMA	1.000	\$ 9,19	\$ 9,19
Mermelada	Mermelada	CARREFOUR	500	\$ 10,50	\$ 21,00

(-) Sin marca comercial. Productos a los que el Código Alimentario Argentino no exige que se vendan con rotulado.

Tabla X Costos de alimentos en supermercado "Carrefour®".

Fuente: Elaboración propia.

Grupo de alimentos	Alimentos	Costo/kg.S1	Costo/kg.S2	Costo/kg.S3	Promedio de costos	Promedio de costos/subgrupo
Grupo 1:						
Cereales	Arroz	\$ 9,79	\$ 11,99	\$ 11,00	\$ 10,93	\$ 11,80
	Harina de maíz	\$ 10,78	\$ 8,99	\$ 9,67	\$ 9,81	
	Fideos secos	\$ 15,58	\$ 13,98	\$ 14,40	\$ 14,65	
Legumbres	Lentejas	\$ 22,90	\$ 22,48	\$ 34,58	\$ 26,65	\$ 27,04
	Porotos	\$ 32,58	\$ 23,98	\$ 54,00	\$ 36,85	
Pan	Pan francés	\$ 12,85	\$ 15,99	\$ 24,00	\$ 17,61	\$ 17,61
Grupo 2:						
Vegetales crudos	Repollo	\$ 10,77	\$ 9,99	\$ 14,00	\$ 11,59	\$ 12,05
	Zanahoria	\$ 13,29	\$ 6,49	\$ 7,15	\$ 8,98	
	Lechuga	\$ 9,69	\$ 19,99	\$ 12,20	\$ 13,96	
	Tomate	\$ 9,69	\$ 14,49	\$ 16,90	\$ 13,69	
Vegetales cocidos	Papa	\$ 7,75	\$ 7,49	\$ 13,99	\$ 9,74	\$ 9,52
	Acelga	\$ 9,09	\$ 6,99	\$ 8,99	\$ 8,36	
	Remolacha	\$ 5,80	\$ 9,99	\$ 19,00	\$ 11,60	
	Calabaza	\$ 9,49	\$ 7,99	\$ 7,70	\$ 8,39	
Frutas	Banana	\$ 18,25	\$ 7,99	\$ 18,90	\$ 15,05	\$ 11,55
	Naranja	\$ 4,59	\$ 5,99	\$ 5,90	\$ 5,49	
	Manzana	\$ 14,39	\$ 10,99	\$ 16,99	\$ 14,12	
Grupo 3:						
Leche	Leche entera, en polvo	\$ 7,09	\$ 8,32	\$ 6,63	\$ 7,35	\$ 7,35
Queso	Queso cremoso	\$ 83,29	\$ 39,90	\$ 54,25	\$ 59,15	\$ 59,15
Grupo 4:						
Carnes	Vaca, entrecot	\$ 67,59	\$ 69,99	\$ 71,00	\$ 69,53	\$ 57,31
	Cerdo, marucha	\$ 71,75	\$ 74,90	\$ 78,00	\$ 74,88	
	Pollo entero	\$ 19,89	\$ 25,99	\$ 20,65	\$ 22,18	
	Merluza, filet	\$ 54,10	\$ 74,90	\$ 58,90	\$ 62,63	
Huevos	Huevos blancos	\$ 19,42	\$ 26,36	\$ 26,81	\$ 24,19	\$ 24,19
Grupo 5:						
Aceite	Aceite de girasol	\$ 12,49	\$ 9,99	\$ 8,75	\$ 10,41	\$ 10,41
Manteca	Manteca	\$ 83,45	\$ 69,95	\$ 65,00	\$ 72,80	\$ 72,80
Semillas	Semillas de girasol peladas	#	#	\$ 58,00	\$ 58,00	\$ 58,00
Grupo 6:						
Azúcar	Azúcar	\$ 8,90	\$ 8,99	\$ 9,19	\$ 9,03	\$ 9,03
Mermelada	Mermelada	\$ 23,18	\$ 17,98	\$ 21,00	\$ 20,72	\$ 20,72

KG: KILOGRAMO.
 S1: SUPERMERCADO 1.
 S2: SUPERMERCADO 2.
 S3: SUPERMERCADO 3.
 (#) Precio no disponible.

Tabla XI Promedio de costos de cada alimento y por grupo de alimentos.

Fuente: Elaboración propia.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

GRUPO DE ALIMENTOS	PROMEDIO DEL PB/MES/ SUBGRUPOS DE ALIMENTOS	PROMEDIO DE COSTO/KG./ SUBGRUPOS DE ALIMENTOS	PROMEDIO DEL COSTO MENSUAL/ SUBGRUPOS DE ALIMENTOS
Grupo 1:			
Cereales cocidos	1.600,00	\$ 11,80	\$ 18,88
Legumbres cocidas	135,00	\$ 27,04	\$ 3,65
Pan	1.200,00	\$ 17,61	\$ 21,13
Grupo 2:			
Vegetales crudos	1.872,75	\$ 12,05	\$ 22,57
Vegetales cocidos	9.496,50	\$ 9,52	\$ 90,41
Frutas	7.850,00	\$ 11,55	\$ 90,67
Grupo 3:			
Leche o yogur	12.000,00	\$ 7,35	\$ 88,20
Queso	900,00	\$ 59,15	\$ 53,24
Grupo 4:			
Carnes	3.368,25	\$ 57,31	\$ 193,03
Huevos	510,51	\$ 24,19	\$ 12,35
Grupo 5:			
Aceite	450,00	\$ 10,41	\$ 4,68
Manteca o margarina	150,00	\$ 72,80	\$ 10,92
Frutas secas o semillas	63,00	\$ 58,00	\$ 3,65
Grupo 6:			
Azúcar	600,00	\$ 9,03	\$ 5,42
Mermelada	960,00	\$ 20,72	\$ 19,89
SUMATORIA			\$ 638,69

PB: PESO BRUTO.
 KG: KILOGRAMOS.

Tabla XII Promedio del costo de los alimentos que requiere un niño preescolar por mes.

Fuente: Elaboración propia.

El costo total de la alimentación adecuada de un niño preescolar en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre del año 2014 es \$ 638,69.

El dinero mensual brindado por el Plan Más Vida es \$ 203,50.

Costo mensual: 638,69 ----- 100 %
Dinero mensual: 203,50 -----X= 31,86 %

$$203,5 \times 100 \div 638,69 = 31,86$$

El Plan Más Vida cubre el 31,86 % de los requerimientos nutricionales de un niño preescolar (de 2 a 5 años) en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.



Ilustración 8 Porcentaje que cubre el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos del costo mensual de la alimentación de un niño preescolar en Septiembre de 2014.

Fuente: Elaboración propia.

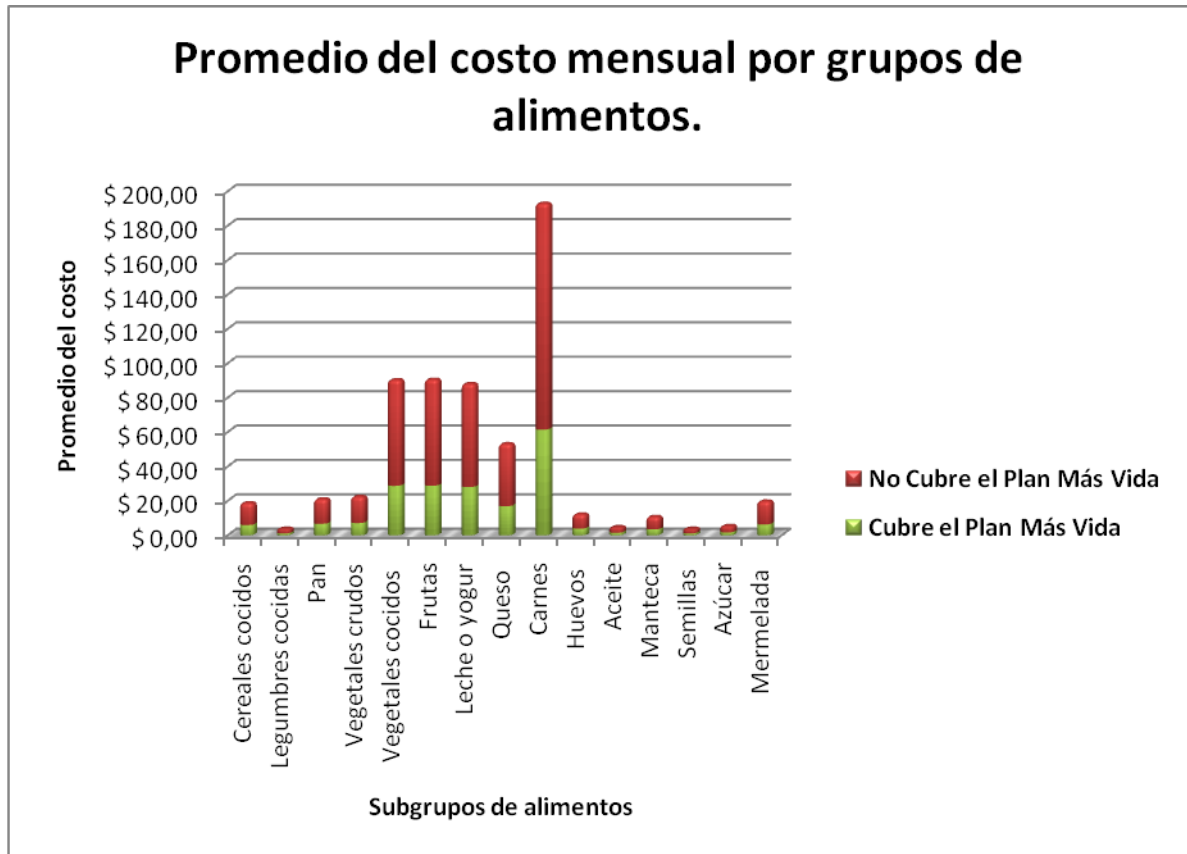


Ilustración 9 Porcentaje que cubre el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos de cada grupo de alimentos que requiere un niño preescolar en septiembre de 2014.

Fuente: Elaboración propia.

Si los beneficiarios del plan compran la cantidad suficiente de leche para cubrir el 100% de los requerimientos de un niño preescolar, se cubre un porcentaje menor del resto de los alimentos.

Costo promedio de 1 litro de leche = \$7,35.

Requerimiento mensual para un niño preescolar = 12 litros.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

$$7,35 \times 12 = 88,20$$

El Plan Más Vida brinda \$103,50 para la compra de leche.

Costo mensual de leche:	88,20	-----	100 %
Dinero mensual:	103,50	-----X=	117,35 %

$$103,50 \times 100 \div 88,20 = 117,35$$

El monto calculado en el Plan Más Vida cubre el 100% de los requerimientos de leche y permite utilizar el resto (\$15,30) para la compra de otros alimentos, quedando un total de \$115,30.

Siendo el costo total del resto de los alimentos, sin contemplar el costo de la leche, \$ 550,49; cubriendo el 100 % de los requerimientos de leche, se cubre sólo el 20,98 % de los requerimientos del resto de los alimentos.

Costo mensual del resto de alimentos:	550,49	-----	100 %
Dinero disponible para resto de alimentos:	115,50	-----X=	20,98 %

$$115,5 \times 100 \div 550,49 = 20,98$$

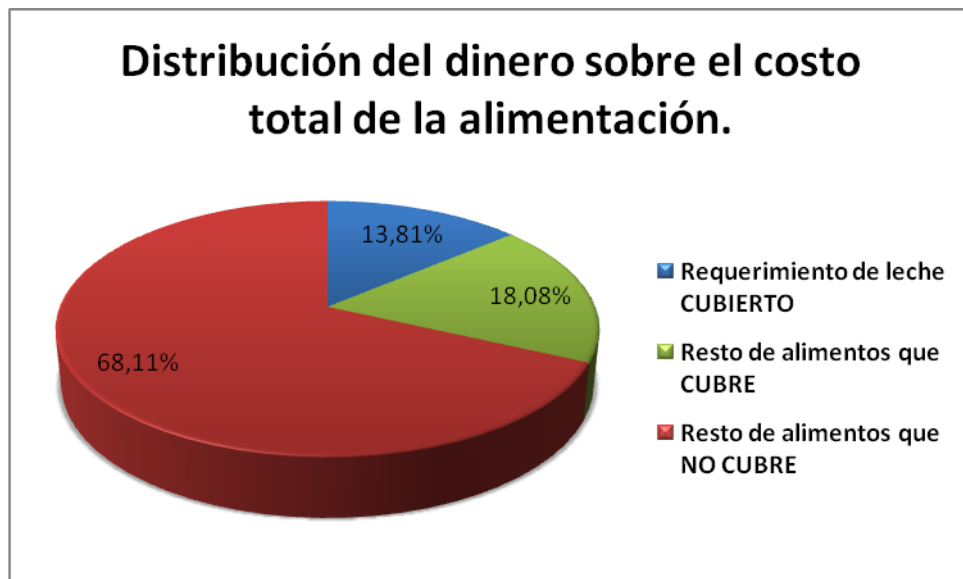


Ilustración 10 Distribución del dinero del Plan Más Vida cubriendo el 100% de los requerimientos de leche de un niño preescolar.

Fuente: Elaboración propia.

El Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos cubre el 100 % de los requerimientos de leche, a través de la compra mensual de 12 litros, y el 20,98 % del resto de la alimentación de un niño de 2 a 5 años en el mes de Septiembre de 2014.

DISCUSIÓN

El Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos contribuye a cubrir, con la compra de alimentos a través de la tarjeta magnética otorgada a los beneficiarios, los requerimientos nutricionales de los niños en edad preescolar. Pero como demuestra la Ilustración 8, no lo hace en forma total, ya que se acredita un monto que cubre solamente el 31,86 % de la alimentación de un niño preescolar en el mes de Septiembre de 2014.

Como se desarrolló anteriormente, los proyectos de ayuda social que aplica el Estado deben evaluarse con periodicidad, deben analizarse los resultados obtenidos con su aplicación y actualizarse constantemente. Esto no fue llevado a cabo en el Plan Más Vida, motivo por el cual, la cantidad de dinero brindado cubre un porcentaje muy bajo de la alimentación adecuada de niños preescolares.

La implementación de las transferencias monetarias favorece la libre elección de los alimentos, punto clave en el cumplimiento del derecho a la alimentación. Pero esto se ve opacado con la limitación del dinero que se brinda. El dinero destinado a los alimentos debe adecuarse a la situación económica del país. Para esto debería hacerse un relevamiento de los costos de alimentos a los que tiene acceso la población de San Nicolás de los Arroyos, como se realizó en el presente trabajo. De esta manera, adecuar el monto del plan para que sea suficiente para comprar todos los alimentos necesarios.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

Como concluyeron Bruzzone, MP; Pérez, DN; Piñeyro, MV; Ruiz Díaz, LD y Vecino, P en el año 2008 *“las políticas en torno a la alimentación se presentan de manera fragmentada y masificada y no garantizan la Seguridad Alimentaria entendida como el derecho a la alimentación.”* Según los autores, el uso de las tarjetas magnéticas, *“crea procesos de exclusión, ya que, focaliza más sus criterios de selección. También promueve la elección, pero el monto que asigna necesariamente la limita y reduce el poder desmercantilizador de la política al mínimo, a la vez que reproduce y fortalece las desigualdades sociales vigentes.”* (Bruzzone, MP; Pérez, DN; Piñeyro, MV; Ruíz Días, LD; Vecino, P., 2008)

En la información obtenida sobre el plan no se encuentran datos sobre las bases de la decisión de brindar \$ 100 mensuales, por lo tanto, tampoco se han hecho suficientes actualizaciones a lo largo de los 11 años de aplicación del plan. Sólo se empezó a brindar por número de hijos preescolares (en vez de \$ 80 por un hijo y \$ 100 por dos o más), aumentó de \$ 80 a \$ 100 mensuales y se realizó un cambio en la entrega de leche, que pasó de brindar las raciones en forma directa, a la entrega del dinero equivalente.

Así, se brindan \$ 103,50, que es el equivalente al costo según los “Precios Cuidados” de 15 litros de leche. Cada litro de leche según los “Precios Cuidados” vigentes durante todo el año 2014 tiene un costo de \$ 6,90. El inconveniente es que no todos los supermercados de la ciudad se encuentran sujetos a respetar esos precios. Como se observa en la Tabla XI, el promedio de los costos obtenidos fue de \$ 7,35 por litro de leche.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

Sin embargo, como el requerimiento para niños preescolares es de 12 litros de leche por mes, a pesar de la diferencia en los costos de la leche disponible en los supermercados, el dinero destinado alcanza para la compra mensual.

La Ilustración 10 demuestra que el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos cubre el 100 % de los requerimientos de leche de los niños en edad preescolar. Pero el dinero que queda disponible para el resto de los alimentos cubre solamente el 20,98 % del resto de la alimentación de un niño preescolar en el mes de Septiembre de 2014.

En el relevamiento de precios realizado se observó que de los 3 supermercados, sólo uno tenía “Precios Cuidados”. En la mayoría de los alimentos esto no marcó diferencias relevantes de precios, siendo en muchos casos, los productos sujetos a “Precios Cuidados” más costosos que otros.

Otro dato importante es que los barrios beneficiarios del plan, detallados en el Cuadro XIII, siguen siendo los que se determinaron en el censo realizado antes de la aplicación del Plan Vida, en 1994. Desde ese momento hasta la actualidad hubo muchos cambios demográficos en la ciudad que no fueron evaluados.

Además, para lograr los objetivos del plan, se deben realizar intervenciones educativas sobre la población, para que las compras sean las más adecuadas y así lograr una utilización óptima de los recursos disponibles, favoreciendo una alimentación equilibrada en función de las necesidades de los niños.

Como concluyó el trabajo llevado a cabo por el Instituto de Desarrollo e Investigaciones Pediátricas “Prof. Dr. Fernando E. Viteri”, en el municipio de Berisso

el año 2007, *“Los componentes de información nutricional y saludable, previstos a nivel nacional, no se llevan adelante.”*

CONCLUSIONES

Con la realización de esta investigación se logró conocer el porcentaje de los requerimientos nutricionales de niños preescolares que cubre el Plan Más Vida en San Nicolás en Septiembre de 2014, a través de la compra de los alimentos adecuados en función de los costos disponibles para la población y teniendo en cuenta sus características culturales.

La investigación muestra que el Plan Más Vida brinda un total de \$ 203,50 para niños preescolares, a través de una tarjeta magnética que solo puede utilizarse para la compra de alimentos.

Siendo el costo total de la alimentación adecuada de un niño preescolar en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre del año 2014 de \$ 638,69, el Plan Más Vida cubre el 31,86 %.

Teniendo en cuenta la modalidad anterior del plan (entrega directa de leche), el Plan Más Vida cubre el 100 % de los requerimientos de leche de un niño preescolar y el 20,98 % del resto de los alimentos en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.

El Plan Más Vida brinda \$ 103,50 para la compra de leche, calculado sobre 15 litros a \$ 6,90 el litro (según los "Precios Cuidados"). Siendo \$ 7,35 el costo promedio de un litro de leche y 12 litros los necesarios mensualmente para un niño preescolar, según datos de la investigación, el monto brindado cubre el 100 % de los

requerimientos de leche y deja un resto de \$ 15,30 para sumar en la compra de otros alimentos.

El Plan Más Vida brinda \$ 100 para la compra del resto de los alimentos, sin contemplar el costo de la leche. Siendo el costo total del resto de los alimentos \$ 550,49. Cubriendo el 100 % de los requerimientos de leche, el Plan Más Vida cubre el 20,98% de los requerimientos del resto de los alimentos.

En el transcurso del relevamiento de costos, se pudo observar que no todos los supermercados de la ciudad se encuentran sujetos a respetar los “Precios Cuidados”. Aún así, eso no significó una diferencia importante en los precios, ya que, en muchos casos los “Precios Cuidados” eran más elevados que los precios de otros alimentos.

Como se expresó anteriormente, el monto de dinero del plan debería tener un estudio de campo sobre el cual basarse y debería cubrir lo necesario para la alimentación de la población destinataria. En base a esto y para lograr los objetivos del plan, se debe educar a la población para que las compras sean las más adecuadas y así lograr una utilización óptima de los recursos.

Con el presente trabajo sale a la luz la necesidad de realizar modelos para la aplicación de intervenciones educativas en las poblaciones beneficiarias del Plan Más Vida. Éstas resultan importantes para que la compra de alimentos sea más equilibrada en función de las necesidades de los niños.

También cobra relevancia la educación sobre los modos de almacenamiento, preparación, consumo y conservación de los alimentos preparados. Pero al no

realizarse E.A.N. se desaprovechan estrategias posibles para lograr los objetivos del plan.

Con la realización de futuras investigaciones se pueden aportar herramientas para lograr mejorar la alimentación de los niños preescolares beneficiarios del Plan Más Vida, a través de una conveniente compra de alimentos de adecuada calidad nutricional y bajo costo, respetando las características culturales de la alimentación de la población. De esta manera lograr maximizar el aprovechamiento de los recursos disponibles.

ANEXO

<u>ZONA SUR:</u> 15 BARRIOS	<u>ZONA OESTE:</u> 11 BARRIOS	<u>ZONA NORTE:</u> 9 BARRIOS
17 de Octubre Piolín- Pto Nuevo Los Principianos Cavali 7 de Septiembre Virgen de Luján California Campos Salles Los Pinos Pezzi Las Viñas Los Viñedos 21 de Septiembre Villa Esperanza Pro Casa V	Mitre Oeste 12 de Marzo Asonia Colombini Fonavi Lares Martínez- Fraga San Francisco Villa Canto Villa Hermosa	Moreno San Martín 25 de Mayo Las Mellizas Santa Clara Bola de Oro Villa Tranquila San Jorge Suizo

Tabla XIII Lista de barrios beneficiarios del Plan Más Vida.

Fuente: Oficina Plan Más Vida, Centro Integrador Comunitario.

Otoño/Invierno

FRUTAS

- Banana, limón, mandarina, manzana, membrillo, naranja, palta, pomelo

VERDURAS Y HORTALIZAS

- Aceitunas, acelga, apio, berro, brócoli, cebolla de verdeo, coliflor, chaucha, escarola, hinojo, nabo, puerro, rábano, radicheta, remolacha, repollo, repollito de bruselas, zanahoria, zapallo, calabaza

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

Ilustración 11 Frutas y hortalizas de estación.

Fuente: Ministerio de Salud de la Nación, “Campana de Promoción del Consumo de Frutas y Hortalizas Frescas”.

Nombre del supermercado:					
Grupo de alimentos	Alimentos	Marca comercial	Contenido neto (gramos o mililitros)	Precio al consumidor final	Precio por kilogramo
Grupo 1:					
Cereales	Arroz				
	Harina de maíz				
	Fideos secos				
Legumbres	Lentejas				
	Porotos				
Pan	Pan francés				
Grupo 2:					
Vegetales	Repollo				
	Zanahoria				
	Lechuga				
	Tomate				
	Papa				
	Acelga				
	Remolacha				
	Calabaza				
Frutas	Banana				
	Naranja				
	Manzana				
Grupo 3:					
Leche	Leche entera, en polvo				
Queso	Queso cremoso				
Grupo 4:					
Carnes	Vaca, entrecot				
	Cerdo, marucha				
	Pollo entero				
	Merluza, filet				
Huevos	Huevos blancos				
Grupo 5:					
Aceite	Aceite de girasol				
Manteca	Manteca				
Semillas	Semillas de girasol peladas				

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

Grupo 6:					
Azúcar Mermelada	Azúcar Mermelada				

Tabla 14 Planilla para recolección de datos.

Fuente: Elaboración propia.

FACTOR DE CORRECCION DE LOS ALIMENTOS					
ALIMENTO	FC	ALIMENTO	FC	ALIMENTO	FC
AVES		Matambre de azotillo	1,10	Cebolla	1,17
Promedio	1,64	Nalga	1,13	Cebolla de verdeo	2,44
Gallina limpia	1,64	Palomita	1,13	Coles crespas	2,22
Pato limpio	1,64	Peceto	1,13	Coliflor	2,22
Pavo limpio	1,64	Pecho	2,22	Chaucha	1,11
Pollo limpio	1,64	Rabo-Garrón	2,44	Choclo	3,33
EMBUTIDOS		Vacío	1,43	Escarola	1,33
Promedio	1,05	VISCERAS:		Espárrago	3,33
Chorizo	1,05	Promedio	1,07	Espinaca	1,66
Morcilla	1,05	Corazón	1,12	Grelo	2,22
FIAMBRES:		Chinchulines	1,12	Habas frescas	2,50
Promedio	1,05	Hígado de res	1,07	Hinojo	2,85
OVINO:		Lengua de cordero	1,07	Lechuga	1,66
Promedio	1,92	Lengua de res	1,12	Nabiza	1,19
Costilla	2,35	Molleja	1,07	Nabo con hoja	1,51
Paleta	1,53	Mondongo de res	1,17	Nabo sin hoja	1,13
Patitas	2,11	Riñón de res	1,07	Papa	1,33
Pechito	2,00	Sesos de res	1,07	Pepino	1,43
Pierna	1,45	Sesos de cordero	1,07	Puerro	1,92
Vacío	1,94	FRUTAS FRESCAS:		Rábano	2,04
PESCADOS:		Promedio	1,40	Rabanito	2,04
Promedio	1,84	Ananá	1,61	Radicha	1,66
Corvina	2,22	Banana	1,49	Radicheta	1,12
Merluza	1,66	Ciruela	1,17	Radichón	1,66
Pejerrey	1,81	Damasco	1,15	Remolacha	2,00
Pescadilla	2,00	Durazno	1,25	Remolacha sin hoja	1,33
Salmón	2,17	Limón	1,56	Repollo	1,37
Sardina de conserva	1,22	Limón para jugo	2,22	Repollito de Bruselas	1,13
PORCINO:		Mandarina	1,43	Salsiff	1,31
Promedio	1,40	Manzana	1,20	Tomate	1,10
Costilla	1,66	Melón	1,51	Zanahoria	1,13
Lechón	1,22	Membrillo	1,20	Zapallito	1,39
Panceta	1,07	Naranja	1,54	Zapallo	1,66
Pechito	2,00	Pera	1,20	HUEVO:	1,19
Tocino	1,06	Pomelo	1,55	MISCELANEAS:	
VACUNO:		Sandía	2,12	Aceitunas	1,55
Promedio	1,50	Uva	1,28	QUESOS:	
Aguja	2,25	FRUTAS DESECADAS:		Promedio	1,07
Asado	2,22	Ciruela	1,23	De rallar	1,17
Bife de costilla	2,22	FRUTAS SECAS:			
Bife con lomo	1,53	Nuez	2,50		
Bola de lomo	1,13	HORTALIZAS:			
Carnaza	1,13	Acelga	1,66		
Cogote	1,37	Achicoria	1,25		
Cuadril con hueso	1,43	Ají	1,27		
Cuadril sin hueso	1,18	Ajo	1,29		
Entraña	1,13	Alcaucil	2,08		
Falda gorda	2,66	Apio	1,58		
Falda semi gorda	2,22	Arveja fresca	2,29		
Hueso con carne	1,21	Batata	1,42		
Hueso sin carne	3,33	Berenjena	1,07		
Lomo	1,13	Berro	1,96		
Matambre	1,13	Brócoli	2,00		

Fuente: Recopilación Escuela de Nutrición. U.B.A.

Tabla XV Factor de corrección de los alimentos.

Fuente: Alimentación Saludable, Guía Práctica para su Realización, López, LB y Suárez, MM, 2002.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

CEREALES y LEGUMBRES
*Modificación del peso por cocción **

Alimento	% de Aumento
Fideos frescos	170
Fideos Secos	300
Fideos Soperos	150
Ñoquis	5
Ravioles	40
Tortelitis	70
Arroz Parbolizado	150
Arroz común	260
Arroz integral	70
Harina de maíz	300
Garbanzos	150
Porotos	150
Lentejas	110
Arvejas Secas	130

Fórmula para hallar el % de aumento: $\frac{\text{peso cocido (g)} - \text{peso crudo (g)}}{\text{Peso crudo (g)}} \times 100$

* Kizlansky A, Puentes E. *Comportamiento de pastas cereales y legumbres tratados por cocción*. Dieta Vol 51. 1990.

Tabla XVI Porcentaje de aumento por cocción de cereales y legumbres.

Fuente: Alimentación Saludable, Guía Práctica para su Realización, López, LB y Suárez, MM, 2002.

ALIMENTO	EQUIVALENCIA	PESO(g)
LACTEOS		
<i>Leche fluida</i>	1 taza tipo café con leche	250
	1 vaso chico	150
	1 pocillo de café	80
<i>Leche en polvo</i>	1 cda sopera	15
	1 cda tipo postre	5
	1 cda tipo te	2
<i>Yogur</i>	1 pote sin frutas ni cereales	200
	1 pote con frutas o cereales	170
<i>Quesos untables</i>	1 cda sopera al ras	13-15
	1 cda tipo postre al ras	8-10
	1 cda tipo té al ras	3-5
<i>Cuartirollo o Port Salut</i>	1 "cassette"	60
<i>En barra</i>	1 feta	15-20
CARNES Y HUEVOS		
<i>Huevo entero</i>	1 unidad	50
<i>Yema</i>	1 unidad	15
<i>Clara</i>	1 unidad	35
<i>Huevo batido</i>	1 cda sopera	10
<i>Bife ancho con hueso</i>	(17x12x1,5 cm) 1 mediano	220
	(19x13x2,5 cm) 1 grande	460
<i>Bife angosto con hueso</i>	1 mediano	250
<i>Bife angosto sin hueso</i>	1 mediano	180
<i>Churrasco de roast beef</i>	(14x10x1,5 cm)	150
<i>Churrasco de hígado</i>	1 mediano	150
	1 grande	230
<i>Emincé</i>	1 unidad	80-100
<i>Hamburguesa</i>	1 unidad	80-100
<i>Albóndiga</i>	1 unidad mediana	80-100
<i>Filet de pescado</i>	1 unidad mediana	100-150
	1 unidad grande	170-200
<i>Pollo (1/4)</i>	Pata y muslo	300-350
	Pata y muslo (peso neto)	150-200

Tabla XVII Medidas, equivalencias y porciones de lácteos, carnes y huevos.

Fuente: Alimentación Saludable, Guía Práctica para su Realización, López, LB y Suárez, MM, 2002.

ALIMENTO	EQUIVALENCIA	PESO (g)
FIAMBRES Y EMBUTIDOS		
Salchichas tipo viena	1 unidad	40
Chorizo	1 unidad	80-100
Chorizo bombón	1 unidad	40-50
Morcilla	1 unidad	80-100
Salchichón	1 feta	15
Mortadela	1 feta	25
Salame	1 feta	10
Jamón crudo	1 feta	15
Jamón cocido	1 feta	20
CEREALES Y LEGUMBRES		
Arroz	1 pocillo tipo café crudo	70
	1 pocillo tipo café cocido	40
	1 cda sopera colmada crudo	20
	1 cda sopera colmada cocido	10
Sémola de trigo	1 cda sopera cocida	20
Harina de maíz	1 pocillo tipo café crudo	70
	1 pocillo tipo café cocido	40
Fécula de maíz	1 cda sopera	15
Fideos cintas	1 plato hondo cocido	300
	1 taza grande cocida	180
	1 pocillo tipo café cocido	65
Ñoquis	10 a 12 unidades	100
Ravioles	15 a 18 unidades	100
Tapa de empanada	1 unidad	30
Tapa de tarta grande	1 unidad de 6 porciones	210
Tapa de tarta chica	1 unidad de 4 porciones	125
Tapa de pascualina	1 porción	70
Tarta	1 porción	35
Empanada de carne	1 unidad	50 g
Empanada de atún y pollo	1 unidad	50-60
Empanada gallega masa chica	1/4	245
	1/8	70
Pizza media masa chica	1/4	130
	1/8	70
Pizza a la piedra	1/6	50
Porotos, garbanzos, lentejas	1 pocillo crudo	70
PAN Y GALLETITAS		
Pan tipo molde	1 rodaja	25-30
Pan para hamburguesa	1 unidad	70
Pebete	1 unidad	60
Mignón	1 unidad	40
Felpe	1 unidad	70
Figacita de manteca	1 unidad	20-30

Tabla XVIII Medidas, equivalencias y porciones de fiambres, legumbres, cereales y derivados.

Fuente: Alimentación Saludable, Guía Práctica para su Realización, López, LB y Suárez, MM, 2002.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

ALIMENTO	EQUIVALENCIA	PESO (g)
PAN Y GALLETITAS		
<i>Pan árabe</i>	1 unidad	35
<i>Chip</i>	1 unidad	10
<i>Galletitas tipo agua</i>	1 unidad chica	4-5
	1 unidad mediana	5-6
	1 unidad grande	6-7
<i>Galletitas dulces simples</i>	1 unidad	6-8
<i>Galletitas dulces rellenas</i>	1 unidad	12-16
<i>Vainillas</i>	1 unidad	15
<i>Grisín</i>	1 unidad chica	5
	1 unidad grande	15
<i>Facturas: medialuna de manteca</i>	1 unidad	40-50
<i>Medialuna de grasa</i>	1 unidad	25
<i>Sacramento</i>	1 unidad	40-50

AZUCAR Y DULCES		
<i>Azúcar</i>	1 cda sopera	12 a 15
	1 cda tipo postre	8
	1 cda tipo té	5
	1 cda tipo café	3
	1 sobre	6.25
<i>Mermelada de frutas</i>	1 cda sopera	20
	1 cda tipo postre	12
	1 cda tipo té	8
<i>Dulce compacto</i>	1 trozo de 5 cm x 5cm x1cm	50
<i>Dulce de leche</i>	1 cda sopera	20
<i>Helado</i>	1 cda sopera	10

GRASAS Y ACEITES		
<i>Manteca</i>	1 cda sopera	30
	1 pote individual	10
	1 rulo	5
<i>Mayonesa</i>	1 cda sopera	30
<i>Aceite</i>	1 cda sopera	15

LIQUIDOS		
	1 taza tamaño café con leche o 1 plato sopero	250
	1 vaso común	200
	1 vaso chico	150
	1 copa de vino con pie, 1 cucharón mediano	100
	1 pocillo tipo café	80
	1 copa de licor	30
	1 cucharada	15

Tabla XIX Medidas, equivalencias y porciones de panificados, azúcares, grasas y líquidos.

Fuente: Alimentación Saludable, Guía Práctica para su Realización, López, LB y Suárez, MM, 2002.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

ALIMENTO	EQUIVALENCIA	PESO (g)		
HORTALIZAS Y FRUTAS				
<i>Acelga</i>	1 taza grande cocida	200-220		
	1 taza tipo té cocida	150-170		
	1 pocillo cocida	70		
<i>Papa, puré</i>	1 taza grande	200		
	1 cucharada sopera colmada	50		
<i>Papa, tortilla</i>	1 porción de 8 x 10 x 3,5 cm (1/8) de sartén de 23 cm de diámetro	160		
<i>Papas, fritas</i>	1 porción de 1 papa de 150 g	60		
<i>Papa, hervida en trozos</i>	1 taza de desayuno	210		
<i>Zapallo, puré</i>	1 taza de desayuno	250		
<i>Rabanito</i>	1 unidad	20		
<i>Frutas desecadas, orejones</i>	1 unidad (pera o durazno)	15-20		
<i>Frutas secas, nuez</i>	1 unidad	10		
<i>Frutas secas, almendra</i>	1 unidad	1		
HORTALIZAS Y FRUTAS (Equivalencias por unidad)				
HORTALIZAS	Grande	Mediano	Chico	1 porción (g)
Ají	140	90	70	80-100
Tomates	270	200	100	150-200
Berenjena	300	250	200	150-200
Zapallito	300	180	90	150-200
Cebolla	180	120	70	20-30
Palmito	100	50	15	80-100
Remolacha	150	80	60	150-200
Zanahoria	170	100	70	150-200
Papa	300	180	80	150-200
Batata	220	180	100	150-200
De hoja crudas cortadas en juliana : 1 taza				30-50
FRUTAS	Grande	Mediana	Chica	1 porción (g)
Manzana	270	200	120	150-200
Mandarina	150	100	80	100-150
Naranja	270	200	150	150-200
Pomelo	300	230	150	180-220
Banana	180	130	90	100-130

Tabla XX Medidas, equivalencias y porciones de hortalizas y frutas.

Fuente: Alimentación Saludable, Guía Práctica para su Realización, López, LB y Suárez, MM, 2002.

“Análisis de la relación entre los requerimientos nutricionales de niños preescolares (2-5 años) y el Plan Más Vida en San Nicolás de los Arroyos en el mes de Septiembre de 2014.”

BIBLIOGRAFÍA

1. AADYND. (2010). Cadenas productivas y disponibilidad de alimentos en Argentina. *Diaeta* , 28 (131), 27-31.
2. AADYND. (2010). Derecho a la Alimentación. *DIAETA* , 28 (131), 20-26.
3. AADYND. (2010). Factores que inciden en la compra de alimentos en distintos ámbitos de comercialización y su relación con la implementación de Educación Alimentaria Nutricional (EAN). *DIAETA* , 28 (133), 32-37.
4. AADYND. (2006). *Guías alimentarias para la población argentina* (2ª ed.). Buenos Aires.
5. AADYND. (2003). *Guías alimentarias: manual de multiplicadores* (1ª ed.). Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.
6. Aulicino, C. (2012). *Una primera aproximación a las políticas de Educación Nutricional en las provincias argentinas*. CIPPEC, Buenos Aires.
7. CESNI. (2006). Alimentación económica en la familia: hacia una mejor compra de alimentos. Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.
8. Figueroa, R., & Rodríguez García, R. (2002). En Nutrición: La Base para el Desarrollo. *Nutrición y Población* . Ginebra.
9. Girolami, D. (2003). *Fundamentos de Valoración Nutricional y Composición Corporal*. Buenos Aires: El Ateneo.

10. Ilari, S. (2005). *La reformulación estratégica de los programas sociales. Del “Plan Vida” al “Plan Más Vida”*. Buenos Aires.
11. Lic. Marcandres, M. (Junio de 2012). Recomendaciones nutricionales para distintos grupos etarios. Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.
12. Lipina, S., Martelli, M., Vuelta, B., & Injoque Ricle, I. y. (2004). *Pobreza y desempeño ejecutivo en alumnos preescolares de la ciudad de Buenos Aires*.
13. López, LB y Suárez, MM. (2002). *Fundamentos de Nutrición Normal* (1º ed.). Buenos Aires, Buenos Aires: El Ateneo.
14. Lorenzo, J., Guidoni, M., Díaz, M., Marenzi, M., Lestingi, M., Lasivita, J., y otros. (2007). *Nutrición del niño sano* (1ª ed.). Rosario, Santa Fe, Argentina: Corpus Editirial y Distribuidora.
15. Mahan, LK y Escott-Stump S. (2001). *Nutrición y Dietoterapia de, KRAUSE* (10 ed.). Méjico: Mc GRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A.
16. Ministerio de Salud de Buenos Aires. (21 de Enero de 2009). Educación para la Salud. *Guía Práctica para Crecer Sanos* . Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.
17. Oficina del alto comisionado para los derechos humanos. (2013). *Derechos Humanos*. Folleto informativo, Naciones Unidas.
18. Olaviaga, S y Marazzi, V. (2011). *Inversión pública social en infancia y adolescencia: Un análisis institucional y presupuestario para el municipio de Luján*. Fundación CIPPEC y Unicef Argentina, Buenos Aires.

19. Parlamento Latinoamericano. (2013). Ley Marco. *Derecho a la Alimentación, Seguridad y Soberanía Alimentaria*. Panamá.
20. S, Brito; A, Saraví; F, Vilella. (2010). Buenas Prácticas para una Alimentación Saludable de los Argentinos. *Primera*. Argentina: Facultad de Agronomía.
21. Schuttenberg, M. (2008). *Las políticas sociales en los barrios. Relaciones y actores del Plan Más Vida en el Gran La Plata* (1º ed.). La Plata: Editorial de la Universidad Nacional de La Plata.
22. Suarez, M. M., & López, L. B. (2006). *Alimentación saludable*. Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina: Akadia.

DOCUMENTOS ELECTRÓNICOS

1. Britos, S. *Alimentación, Inflación y Política Alimentaria*. Nutriinfo. (En línea). 2006. (Consultado el 22 de octubre de 2013). Disponible en: URL www.nutrinfo.com/biblioteca/monografias/nutricion_agro
2. Bruzzone, MP; Pérez, DN; Piñeyro, MV; Ruiz Díaz, LD y Vecino, P. *El Plan Más Vida: Breve reseña histórica y las implicancias de su reciente tarjetización*. (En línea). Tandil, Año 3 N° 3, p. 149 – 166. Plaza Pública- FCH-UNCPBA. 2010. (Consultado el 22 de octubre de 2013). Disponible en: URL www.plazapublica.fch.unicen.edu.ar/docs/nro3/Bruzzone%20y%20otras
3. Naciones Unidas, Presidencia de la Nación Argentina. *Objetivos de Desarrollo del Milenio*. (En línea). Argentina 2013. (Consultado el 15 de Junio de 2013). Disponible en: URL www.politicassociales.gov.ar/odm/index.html
4. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. *Informes sobre Desarrollo Humano*. (En línea). 2013. (Consultado el 20 de Agosto de 2013). Disponible en: URL www.hdr.undp.org/es/
5. Santarsiero, LH. *Algunas reflexiones en torno a las reformulaciones del plan más vida desde el análisis de documentos*. (En línea). Vol1, No26. *Questión*. 2010. (Consultado el 22 de octubre de 2013). Disponible en: URL www.perio.unlp.edu.ar/ojs/index.php/question/article/view/980

6. Naciones Unidas, Presidencia de la Nación Argentina. (2000). *Objetivos de Desarrollo del Milenio*. Recuperado el 15 de Junio de 2013, de <http://www.politicassociales.gov.ar/odm/index.html>

7. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2013). *Informes sobre Desarrollo Humano*. Recuperado el 20 de Agosto de 2013, de <http://www.hdr.undp.org/es/>

PÁGINAS WEB CONSULTADAS

1. Administración Nacional de la Seguridad Social. (Consultado el 10 de Junio de 2013). Disponible en URL: <http://www.anses.gob.ar>
2. Presidencia de la Nación. (Consultado el 10 de Junio de 2013). Disponible en URL: <http://www.argentina.gob.ar>
3. Ministerio de Desarrollo Social de la Provincia de Buenos Aires. (Consultado el 10 de Junio de 2013). Disponible en URL: <http://www.desarrollosocial.gba.gov.ar>
4. Naciones Unidas. *Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos*. (Consultado el 10 de Junio de 2013). Disponible en URL: <http://www.ohchr.org>
5. Gobierno de la Provincia de Buenos Aires. *Plan Más Vida*. (Consultado el 22 de Octubre de 2013). Disponible en URL: www.femeba.org.ar/fundacion/quienessomos/.../planmasvida.pdf
6. Ministerio de Salud de la Nación. *Campaña de promoción del consumo de frutas y hortalizas frescas*. (Consultado el 31 de Agosto de 2014). Disponible en URL: <http://www.msal.gov.ar/argentina-saludable/plan/frutas-y-hortalizas-2012-07.html>
7. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (A.N.M.A.T.). *Código Alimentario Argentino*. (Consultado el 15 de septiembre

de 2014). Disponible en URL:

http://www.anmat.gov.ar/alimentos/normativas_alimentos_caa.asp