ADAPTACIÓN DE LAS MINUTAS DE ALIMENTACIÓN CONFORME A LAS CARACTERÍSTICAS PROPIAS DEL CONTEXTO, EDADES Y MODALIDADES DE ALIMENTACIÓN PRIORIZADAS.

WILLIAM DAU CHAMAT
Alcalde Mayor de Cartagena

OLGA ELVIRA ACOSTA AMEL
Secretaria de Educación Distrital

ALEXANDRA MARGARITA HERRERA PUENTE
Directora Administrativa de Cobertura Educativa

JESSYCA MARÍA DÍAZ MORELOS
Coordinadora del programa de Alimentación Escolar

GRUPO DE TRABAJO:

Ilka Lucía Padilla Grau
Stewart Machacón Pizarr
Juan Camilo Sandoval Fuken
Luis Alfonso Torres Carrillo

Cartagena de Indias D., T. Y C. Diciembre de 2023

TABLA DE CONTENIDO

1. GLOSARIO 4
2. INTRODUCCIÓN 7
3. OBJETIVOS 8
3.1 Objetivo General 8
3.2 Objetivos Específicos 9
4. JUSTIFICACIÓN 9
5. MARCO NORMATIVO 10
6. MARCO DE REFERENCIA 11
7. ORIENTACIONES 13
8. CONSIDERACIONES FINALES 15
8.1 Ciclo de menús de la población regular 15
8.2 Ciclo de menús de la población diferencial 16
9. ANEXOS 28
10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 32

LISTAS

Lista de gráficos

Gráfica 1 Distribución porcentual de las tres categorías étnicas con mayor número de estudiantes en las Instituciones educativas del distrito 16
Gráfica 2 Distribución de grupos étnicos en las diferentes instituciones educativas 17
Gráfica 3 Distribución porcentual del número de estudiantes que representan minorías étnicas en las instituciones educativas 18
Gráfica 4 Frecuencia de consumo de alimentos 20
Gráfica 5 Consumo de meriendas 21

Lista de Diagramas

Diagrama 1 Alimentos preferidos por tiempo de comida 22

1. GLOSARIO

Complemento Alimentario: En los términos del artículo 59. de la Resolución 335 de fecha 23 de diciembre del año 2021 expedida por la UApA, éste "corresponde a los alimentos a ser suministrados a los estudiantes beneficiarios del PAE para su consumo durante la jornada escolar, el cual cubre un porcentaje de las Recomendaciones Diarias de Energía y Nutrientes por nivel educativo y tipo de ración en un tiempo de comida. Persigue entonces complementar la alimentación que los beneficiarios reciben en su hogar.

Ciclos de menús: Hace referencia al conjunto de menús diarios, derivados de una minuta patrón, establecidos para un número determinado de días, los que se repiten a 10 largo de un periodo. Los ciclos de menús son diseñados por el profesional en Nutrición y Dietética, con tarjeta profesional, de la Entidad Territorial y entregados al operador para su aplicación. (adaptada MSPS)

Estandarización de Recetas: "Receta que indica la cantidad de cada uno de los ingredientes (en gramos o mililitros, o su equivalente en medidas caseras), que serán utilizados en la preparación para un determinado número y tamaño de porciones; describe detalladamente los pasos, tipo de equipos y utensilios, temperatura y tiempos de la preparación, puede ser utilizada para calcular el costo unitario de cada ingrediente y costo total de la preparación; además garantiza que una determinada preparación se elabore siempre de la misma manera, evita el desperdicio de ingredientes y permite que cualquier persona pueda prepararla adecuadamente si sigue las instrucciones de la receta" (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018); dado que esta es una actividad transversal que incide en la planificación, compra, preparación y costeo de los alimentos, permite establecer la composición de cada preparación, monitorear la adición de nutrientes críticos así como la disminución de pérdidas y desperdicios de alimentos; entre otros. (resolucion 335, 2021)

Enfoque Diferencial: Desarrollo progresivo del principio de igualdad y no discriminación. Aunque todas las personas son iguales ante ley, esta impacta de manera diferente a cada una, de acuerdo con su condición de clase, género, grupo étnico, edad, salud física o mental y orientación sexual. (Ministerio del interior)

Grupos étnicos: Se trata de una comunidad determinada par la existencia de ancestros y una historia en común. Se distingue y reconoce por tradiciones y rituales compartidos, instituciones sociales consolidadas y rasgos culturales como la lengua, la gastronomía, la música, la danza y la espiritualidad entre otros elementos (Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte de Bogotá, s f.)

Minuta Patrón: Determinada como una guía para la planeación e implementación del componente alimentario del Programa de Alimentación Escolar, establece la distribución por tiempo de consumo, los grupos de alimentos, las cantidades en crudo (peso bruto y peso neto), porción en servido, la frecuencia de oferta semanal, el aporte y adecuación nutricional de energía y nutrientes establecidos para cada grado y nivel escolar, considerando aspectos generales como el promedio de edad por grados, de su aplicación se deriva la elaboración y cumplimiento del ciclo de menús, de acuerdo al tipo de complemento, grado escolar y a la modalidad de suministro. (adaptada MSPS)

Modalidad de atención: Hace referencia al proceso y lugar de elaboración y preparación de los alimentos a suministrar, En el PAE se cuenta con tres tipos de modalidad: preparada en sitio, comida caliente transportada e industrializada. (Artículo 6, Resolución 335 de 2021)

Ración: Conjunto de alimentos conformantes del complemento alimentario según tipo y modalidad de suministro, entregado a los beneficiarios del PAE de acuerdo con las porciones definidas para cada grado y nivel educativo. (Resolución 335, 2021)

Suministro: En el marco del PAE, el término suministro hace referencia a la entrega de los alimentos que se realiza para el consumo de los estudiantes beneficiarios del Programa, a través del complemento alimentario establecido. (Anexo Técnico de Calidad e Inocuidad, Resolución 335, 2021)

Componente: hace referencia a los componentes o grupo en general de alimentos que van a constituir el complemento alimentario. (resolucion 29452, 2017)

Grupo de alimentos: corresponde al grupo de alimentos del plato saludable para la Familia Colombiana, que se encuentra en las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la Población Colombiana mayor de 2 años y que se toma como referencia para los alimentos a incluir en la minuta y por ende en el ciclo de menús, los ejemplos de alimentos son generales, pues varían de acuerdo con el territorio, disponibilidad de alimentos, hábitos alimentarios, entre otros. (resolucion 29452, 2017)

Frecuencia: hace referencia al número de veces que se ofrece el componente en el complemento alimentario durante una semana. (resolucion 29452, 2017)

Cantidad: se refiere al peso de los alimentos, en este caso el peso bruto se utiliza para el proceso de compra, el cual se debe determinar dependiendo la parte comestible del alimento que se incluya, el peso neto hace referencia al peso del alimento sin las partes no comestibles, en crudo, que se utiliza para el análisis nutricional (resolucion 29452, 2017)

Porción Servida: hace referencia al peso del alimento que va a ser consumido por el beneficiario, luego de los procesos de preparación y cocción que se hayan realizado, según corresponda. (resolucion 29452, 2017)

Aporte Nutricional: hace referencia al aporte promedio de macronutrientes y micronutrientes de la minuta luego del análisis de los alimentos con la tabla de Composición de Alimentos respectiva, se presenta porcentaje de aporte teniendo en cuenta las recomendaciones de Energía y nutrientes por grupo de edad con base en la Resolución 3803 de 2016.

Aporte Dietético Recomendado (RDA - Recommended Dieta°, Allowance): es una estimación del nivel de ingesta diaria promedio de un nutriente, que es suficiente para cubrir las necesidades de casi todos los individuos saludables de un grupo particular (97 - 98%) por período de vida, condición fisiológica y género. (Resolución 3803, 2016)

Azúcares intrínsecos: son los que se encuentran presentes en las células de las paredes de las plantas principalmente en frutas (fructosa) o como la lactosa en la leche. (Resolución 3803, 2016)

Azúcares libres: los azúcares libres incluyen los monosacáridos y los disacáridos añadidos intencionalmente a los alimentos y las bebidas por el fabricante, el cocinero o el consumidor (sacarosa, jarabe de maíz alto en fructosa, jarabe de malta, miel y melaza) más los azúcares naturalmente presentes en la miel, los jarabes, los jugos de frutas y los concentrados de jugos de frutas. (Resolución 3803, 2016)

Nivel recomendado de ingesta de energía: para un grupo de población, es el requerimiento medio de energía de los individuos saludables, bien nutridos, que constituyen el grupo. (Resolución 3803, 2016)

Nutriente esencial: conforme con el artículo 3 de la Resolución 333 de 2011, se entiende como nutriente que no es sintetizado por el organismo o es sintetizado en cantidades insuficientes y que debe ser consumido para garantizar el crecimiento, desarrollo y/o mantenimiento de la salud. (Resolución 3803, 2016)

Planificación dietética: proceso que tiene como objetivo lograr una dieta usual nutricionalmente adecuada, es decir, que tenga una probabilidad baja de inadecuación por defecto o exceso de nutrientes. (Resolución 3803, 2016)

Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes - RIEN: estimaciones cuantitativas de la ingesta de energía y nutrientes que se emplean en la planeación y evaluación de dietas para personas aparentemente sanas. Comprenden un conjunto de valores de referencia como: Requerimiento de Energía - ER, Aporte Dietético Recomendado - RDA, Requerimiento Promedio Estimado - EAR, Ingesta Adecuada - Al y el Nivel de Ingesta Máximo Tolerable - U L, Ingesta aceptable (únicamente aplica para Vitamina E) (Resolución 3803, 2017)

2. INTRODUCCIÓN

La alimentación siempre ha sido un tema de salud púbica, por ello el Estado, a través del Ministerio de Salud y Protección Social, realiza esfuerzos por garantizar un plan dietético que garantice una nutrición completa y una alimentación saludable teniendo en cuenta factores como: Biodisponibilidad, digestibilidad, Ingesta aceptable, adecuada y usual (resolucion 29452, 2017).

La resolución 3803 de 2016 “Por la cual se establecen las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes- RIEN, para la población colombiana y se dictan otras disposiciones” del Ministerio de Salud y Protección Social, usan diferentes parámetros para diagnosticar y desarrollar las dinámicas nutricionales en Colombia, como el ítem de “Población aparentemente saludable” o la estimación de valores de referencia de energía y nutrientes establecidos para la población colombiana; ya dadas las herramientas por las RIEN, estas se deben aplicar en todas las actividades de planeación y evaluación dietética, considerando la variabilidad entre los individuos en cuanto a sus requerimientos y su ingesta, con el fin

último de hacer una estimación razonable del nivel de nutrientes requerido para lograr una nutrición adecuada.

Las RIEN en Colombia se resume entonces en: los elementos para diagnosticar y sugerir el conjunto de alimentos y estilos de alimentación que logren mantener un balance energético-calórico y un aporte nutricional completo; los componentes que se usan para estimar el balance anteriormente mencionado son: el metabolismo basal, la respuesta metabólica a los alimentos (ECA), la actividad física, el costo energético del crecimiento, la gestación y la lactancia, que a su vez dependen de la edad, género, estatura, peso y comorbilidades.

Toda vez que el programa de alimentación escolar se desarrolla como parte de las estrategias del sector educativo para el acceso y permanencia, se implementa acorde a las dinámicas de este, en las que se incluye la organización de acuerdo con los grados y niveles escolares; por tanto, la metodología para el cálculo de las recomendaciones de energía y nutrientes, así como la logística del servicio para el consumo del complemento alimentario por parte de los beneficiarios (resolucion 335, 2021).

El cálculo de las Recomendaciones Diarias Ingesta de Energía y Nutrientes para la elaboración de los ciclos de menús se realiza con base a las RIEN, considerando aspectos generales como el promedio de edad por grados; así como el nivel de actividad física moderada. Lo anterior se alinea, con la apuesta de fortalecer el servicio educativo para promover el desarrollo integral de los estudiantes e impulsar trayectorias educativas completas, lo que implica reconocer las particularidades y características de cada etapa de la trayectoria para brindar las condiciones que requieren los estudiantes que conlleven al disfrute de su proceso educativo mientras se potencia su desarrollo y aprendizaje, esto se traduce en que quieran permanecer en el sistema.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo General

- Diseñar los ciclos de menú teniendo en cuenta los estándares técnicos enmarcados en la normatividad y las características propias del contexto, edades y modalidades de alimentación priorizadas.

3.2 Objetivos Específicos

- Establecer espacios de concertación con la comunidad educativa para conocer gustos y preferencias que permitan la utilización de alimentos idóneos de acuerdo al contexto de la población.
- Realizar ciclos de menú teniendo en cuenta los grupos de alimentos y las recomendaciones de ingesta diaria por grado escolar teniendo de acuerdo con la normatividad vigente.
- Elaborar análisis nutricional, guía de preparación y lista de intercambios de los ciclos de menú teniendo en cuenta la normatividad vigente.

4. JUSTIFICACIÓN

Investigar el contexto, gustos y preferencias antes de diseñar un ciclo de menús es fundamental por varias razones, entre estas, la necesidad de mantener las características técnicas tales como, frescura, la innovación y la satisfacción de los beneficiarios del programa de alimentación escolar, al mismo tiempo que beneficia la eficiencia operativa.

Satisfacción de los beneficiaros: Conocer los gustos y preferencias de los individuos nos permite crear menús que se adapten a sus deseos y necesidades. Esto aumenta la probabilidad de que disfruten de la comida y tengan una experiencia, lo que a su vez contribuye a la permanencia escolar de los beneficiaros.

Variedad y Creatividad: Entender el contexto y las preferencias nos da la oportunidad de crear menús más variados y creativos. Podemos incorporar platos que se ajusten a eventos especiales o tendencias culinarias, manteniendo el interés de los beneficiaros.

Personalización: Al investigar sobre las preferencias de los individuos, podemos ofrecer opciones personalizadas. Esto podría incluir menús para diferentes grupos de personas, como los ciclos de menús diferencial. Sin embargo, es importante resaltar que el programa de alimentación escolar al no ser un programa nutricional no puede atender necesidades muy específicas como patologías.

Reducción de Desperdicio: Diseñar menús que se ajusten a los gustos y hábitos de consumo de los beneficiaros nos ayuda a reducir el desperdicio de alimentos.

Adaptación a Cambios: Los gustos y preferencias pueden cambiar con el tiempo. Investigar regularmente nos permite mantener un menú actualizado y relevante.

Experiencia Integral: Un ciclo de menús bien planificado que se adapte al contexto y preferencias nos ayuda a contribuir a una experiencia gastronómica más completa y placentera para los beneficiaros, lo que puede influir en su percepción general del programa de alimentación escolar.

En resumen, investigar el contexto, gustos y preferencias antes de realizar un ciclo de menús nos permite comprender a los individuos y diseñar ofertas que los satisfagan, promoviendo la permanencia escolar y a su vez estilos de vida saludables.

5. MARCO NORMATIVO

- La Ley 115/1994 o Ley General de la Educación, numeral 12 del artículo 5º., que hace referencia a "La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes…", aspecto en el que el Programa, a través de su objetivo, coadyuva a esa formación.

- La ley 2120 de 2021 "Por medio de la cual se adoptan medidas para fomentar entornos alimentarios saludables y prevenir enfermedades no transmisibles y se adoptan otras disposiciones"

- Resolución 3803 de 2016 "Por la cual se establecen las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes (RIEN) para la población colombiana y se dictan otras disposiciones", Ministerio de Salud y Protección Social.

- Resolución número 2013 de 2020 "Por la cual se establece el reglamento técnico que define los contenidos máximos de sodio de los alimentos procesados priorizados en el marco de la Estrategia Nacional de Reducción del Consumo de Sodio y se dictan otras disposiciones"

- Resolución 810 de 2021, “Por la cual se establece el reglamento técnico sobre los requisitos de etiquetado nutricional y frontal que deben cumplir los alimentos envasados o empacados para consumo humano”, Ministerio de Salud y Protección Social.
- Lineamiento Técnico Nacional para la promoción del consumo de frutas y verduras, Ministerio de Salud y protección Social, 2013.
- Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la Población Colombiana mayor de 2 años, Comité Técnico de Guías Alimentarias, 2015.
- Estrategia Nacional para la Reducción del Consumo de Sal/Sodio en Colombia 2012 – 2021, Ministerio de Salud y Protección Social, 2015.
- Documento técnico de RIEN, Ministerio de Salud y Protección Social, 2016
- Tabla de Composición de Alimentos colombianos, ICBF, 2018
- Lineamientos para la adquisición y preparación de alimentos saludables y su implementación en los procesos contractuales de los programas de asistencia alimentaria a cargo del Estado, Ministerio de Salud y Protección Social, 2018.

6. MARCO DE REFERENCIA

- Resolución 335 de 2021:

Con el propósito de suministrar a los beneficiarios un complemento alimentario en óptimas condiciones de calidad e inocuidad y que a su vez permita la movilización del componente pedagógico, social, cultural alrededor del consumo del alimento como un escenario de aprendizaje en el entorno escolar, por medio de esta resolución se fundamentan la distribución de macronutrientes, según la modalidad de suministro y tipo de complemento. Se dan también las recomendaciones de energía y nutrientes por grado y nivel escolar, las diferentes modalidades de atención que hacen referencias al proceso y lugar de elaboración, preparación y distribución de los alimentos a suministrar en el PAE, como principio general para la implementación del programa de alimentación escolar, se tiene en cuenta las diferentes

modalidades, preparada en sitio, comida caliente transportada y modalidad industrializada.

- Tabla de composición de alimentos colombianos, ICBF, 2018

Esta incluye datos de alimentos con inclusión de información de alimentos autóctonos y de las preparaciones típicas más importantes en el país. El análisis del contenido nutricional de los ciclos de menús debe ser realizado a través de esta herramienta toda vez que corresponde al instrumento que recopila el contenido de nutrientes y el aporte de energía de los alimentos que consume la población colombiana; su continua actualización es de gran importancia siendo su principal aplicación en investigación y formulación de políticas en alimentación y nutrición, así como en las actividades de valoración de ingesta y determinación de necesidad de nutrientes para la población, planeación de alimentación para individuos y grupos, etiquetado nutricional y desarrollo de productos alimenticios, entre otros.

- Resolución 29452 de 2017

Esta resolución estuvo vigente hasta el año 2021, la cual establecía que los ciclos de menús se deben elaborar teniendo en cuenta la disponibilidad de alimentos regionales, los alimentos de cosecha, los hábitos culturales y costumbres alimentarias, deben contener 20 menús con su respectivo análisis de calorías y nutrientes, el cual debe realizarse con la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos del ICBF año 2015, incluyendo sus actualizaciones posteriores; para el caso de alimentos autóctonos, el análisis se puede llevar a cabo con tablas de composición de alimentos aprobadas en el territorio nacional y de países vecinos. Así mismo se deben acompañar de guías de preparación las cuáles aplican para la ración preparada en sitio; estos ciclos deben ser renovados con una frecuencia mínima de un año y acompañados de la lista de intercambios por grupos de alimentos, sin alterar el aporte nutricional.

7. ORIENTACIONES

Teniendo en cuenta que los nutrientes son fundamentales para el adecuado desarrollo neurológico y funcionamiento cerebral de las niñas y los niños, lo que influye en su desarrollo biológico y cognitivo; además de fortalecer el desarrollo socioemocional a través de las experiencias y las interacciones al momento de alimentarse, a la hora de la planificación de los ciclos de menús basados en la resolución 335 de 2021 por parte del componente de profesionales en Nutrición y Dietética, se tienen en cuenta diferentes aspectos:

- **Complemento alimentario:**

  Hace referencia a los alimentos que se van a suministrar a los niños, las niñas, adolescentes y jóvenes durante la jornada escolar, que cubre un porcentaje del valor calórico total de las recomendaciones diarias de energía y nutrientes por grupo de edad y tipo de complemento en un tiempo de consumo; lo que aporta a la alimentación que los niños, niñas, adolescentes y jóvenes reciben en su hogar.

- **Modalidades de atención:**

  La modalidad de atención en el PAE hace referencia al proceso y lugar de elaboración, preparación y distribución de los alimentos a suministrar. En el PAE se tiene previstas las siguientes modalidades de entrega del complemento, cuya elección, depende a su vez de los ambientes donde se presta el servicio de alimentación escolar. (artículo 6 Resolución UApA 335 de 2021)

  Como principio general para la implementación del Programa de Alimentación Escolar, se tiene la atención a los beneficiarios con la Modalidad Preparada en Sitio; en caso tal que no se cuente con las condiciones para la implementación de ésta, es necesario considerar el suministro de Comida Caliente Transportada; finalmente, la atención bajo la Modalidad Industrializada debe considerarse como última opción teniendo en cuenta las condiciones para su implementación.

- **Gustos y preferencias:**

  por medio de convocatoria en los diferentes sectores educativos el componente de profesionales en nutrición y dietética realizan encuestas para identificar gustos y preferencias de alimentos y recetas de la comunidad educativa antes de diseñar los diferentes ciclos de menús de acuerdo a cada modalidad (preparada en sitio, comida caliente transportada y modalidad industrializada) , sin dejar a un lado los hábitos alimentarios y estilos de vida saludables que permitan mejorar el consumo de los alimentos y la nutrición, aportando el mejoramiento de la salud a la prevención de enfermedades ligadas a la alimentación.

- **Elaboración de ciclos de menú:**

  Una vez, teniendo definido los alimentos de agrado, se presentan algunas consideraciones, al momento de la planeación de los ciclos de menús de acuerdo con cada modalidad (preparada en sitio, comida caliente transportada y modalidad industrializada), para una alimentación saludable y agradable como lo son: variedad, textura, consistencia, color, forma, humedad, métodos de cocción y simetría.

- **Análisis nutricional:**

  La información suministrada en el análisis es indispensable para la salud, y primordial para demostrar la veracidad con que se está garantizando la normativa legal vigente en cuanto al aporte de calorías (energía) y nutrientes (macronutrientes y micronutrientes) que se les entregan a los niños, niñas y adolescentes.

- **Guía de preparaciones:**

  En este se describen los procesos que se llevaran a cabo durante la operación de preparación de los alimentos, en este se incluyen las cantidades de alimentos que se van a suministrar, ingredientes y la descripción detallada de cada método de preparación.

8. CONSIDERACIONES FINALES

8.1 Ciclo de menús de la población regular

Teniendo en cuenta los aspectos técnicos necesarios para la elaboración de un ciclo de menús, el equipo de nutrición atendiendo a lo enmarcado en las Resoluciones 29452 del 2017 y 335 del 2021 a través de sus minutas patrón para la modalidad preparada en sitio y la modalidad de ración industrializada, realiza los ciclos de menús considerando la frecuencia de suministro, grupos etarios, grados escolares y grupos de alimentos tal como lo establecen las normas citadas anteriormente.

No obstante, a través de talleres de vida saludable realizados con la población estudiantil, mediante actividades didácticas se indaga acerca de las preparaciones que se ajustan al perfil del consumidor y a la disponibilidad de alimentos en la región.

En consecuencia, los ciclos de menús para ambas modalidades se diseñaron de tal manera que se ajuste al balance nutricional idóneo que establece la normatividad, que la porción servida fuera variada respecto al color, textura, consistencia, sabor, forma y método de preparación. Asimismo, se tuvieron en cuenta los factores socioculturales y las necesidades nutricionales de cada población a atender.

Finalmente, es importante resaltar que al momento del consumo de los alimentos, mediante la supervisión a la operación del programa de alimentación escolar el equipo de nutrición con el objetivo de conocer la aceptabilidad de las preparaciones realiza una evaluación periódica con los beneficiarios del programa donde se evalúa la variedad, preferencia, preparación, sabor, textura y colores, de los alimentos suministrados en el ciclo de menús, con el fin de conocer las opiniones de los y las estudiantes para poder realizar las modificaciones a la los alimentos ofrecidos o a las preparaciones según corresponda. El menú siempre debe estar diseñado y planeado según las características de la población objetivo para que las personas que lo reciben se sientan satisfechas y cumplan con sus necesidades nutricionales, preferencias y hábitos alimentarios.

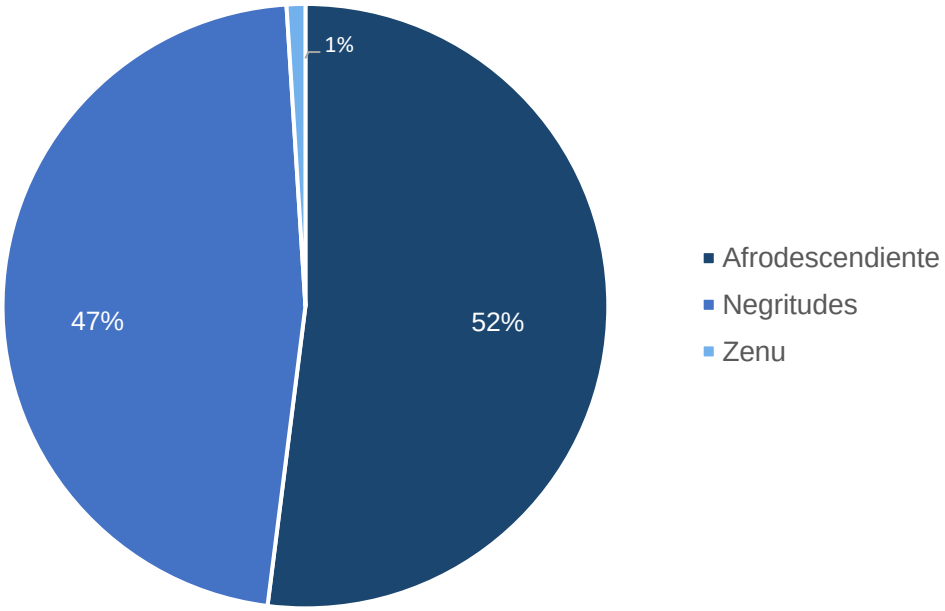
8.2 Ciclo de menús de la población diferencial

Partimos del detalle de información de grupo étnico de las instituciones educativas de regalías PAE 2021

El distrito de Cartagena para el año 2021 contaba con 16 instituciones educativas con más del 50% de población étnica mayoritariamente, perteneciente a las etnias afrodescendiente y negritudes como se detalla a continuación.

La gráfica 1 representa la distribución porcentual de las tres categorías étnicas con mayor número de estudiantes (>50%) en las Instituciones Educativas de la ciudad de Cartagena y municipios aledaños.

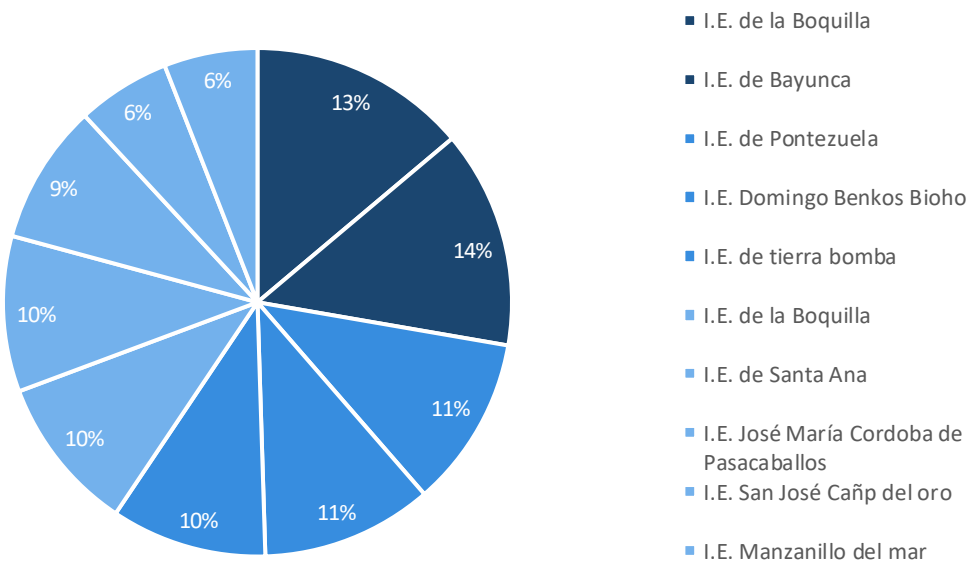
Gráfica 1. Distribución porcentual de las tres categorías étnicas con mayor número de estudiantes en las Instituciones educativas del distrito



Fuente: Elaboración propia.

La mayoría de los grupos étnicos en las categorías anteriormente representados (Afrodescendientes, Negritudes) se encuentran distribuidos en las siguientes instituciones educativas, con la asignación porcentual representada por cada una de ellas.

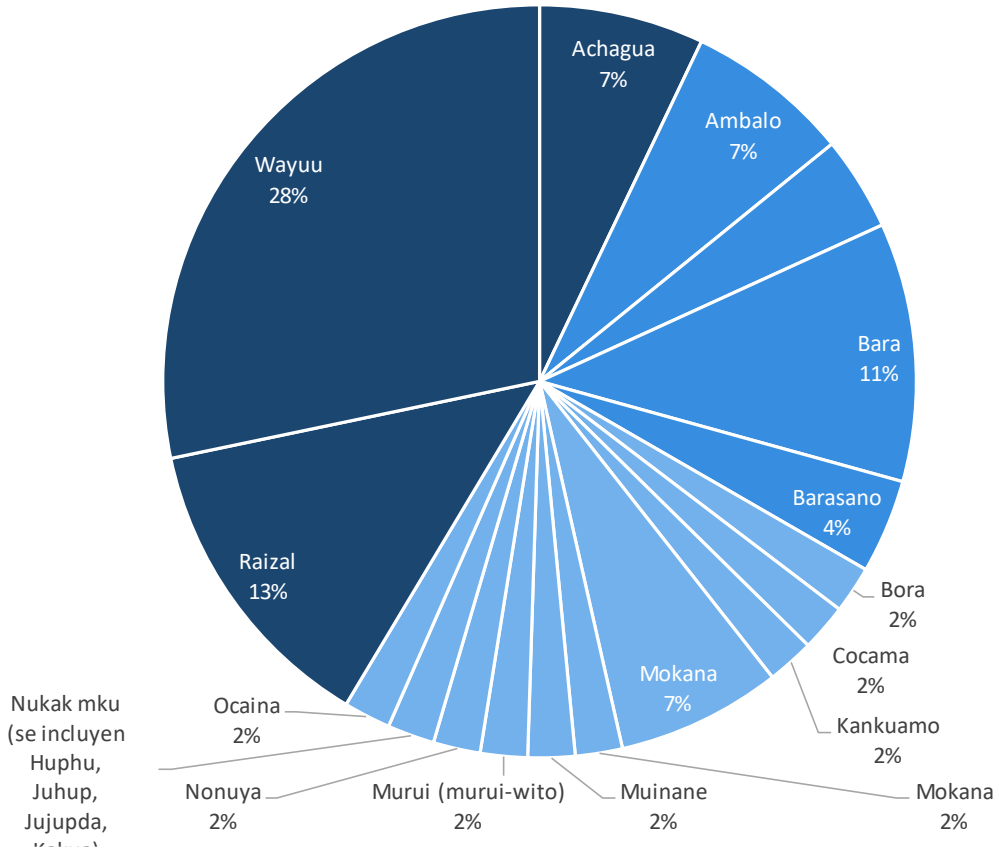
Gráfica 2. Distribución de grupos étnicos en las diferentes instituciones educativas



Fuente: Elaboración propia.

La gráfica 3 muestra la distribución porcentual del número de estudiantes de las categorías étnicas que representan la minoría en las instituciones educativas.

Gráfica 3 Distribución porcentual del número de estudiantes que representan minorías étnicas en las instituciones educativas



Fuente: Elaboración propia.

Luego observar la necesidad de la apertura de un capítulo de alimentación diferencial, a través de una mesa de trabajo entre los integrantes del componente de nutrición en apoyo del componente de gestión social de la ETC, se estableció cronograma de encuentros de concertación en las Instituciones educativas del distrito (anexo 1) el cual contempla fecha, modalidad de encuentro e I.E.

Seguidamente se procede a la emisión de comunicados a la comunidad educativa y líderes étnicos a través de un oficio, luego esta convocatoria se refuerza a través de llamadas telefónicas.

Posteriormente se procede a dar cumplimiento a los encuentros planteados en formas de espacios de concertación tipo conversatorios en los cuales junto con la comunidad educativa, líderes étnicos y en algunos casos representantes del concejo comunitario, se compartieron saberes gastronómicos de la comunidad, como patrones alimentarios, alimentos autóctonos, platos tradicionales que representan

gran arraigo cultural e inclusive la esencia de la región, como fue el caso de la I.E Puerto Rey, una comunidad asombrosa, llena de sonrisas y vida donde frecuentemente se caza el gran cangrejo azul, fauna del municipio que contribuye con la seguridad alimentaria y nutricional al no solo representar un alimento sino una fuente de ingresos a través de su comercio. Además, es un crustáceo que aporta gran valor nutricional. Por otra parte, se pudo evidenciar su gran gusto por el arroz e incluso pudimos aprender como ETC de su gastronomía, su forma de preparar los alimentos y sus costumbres como región.

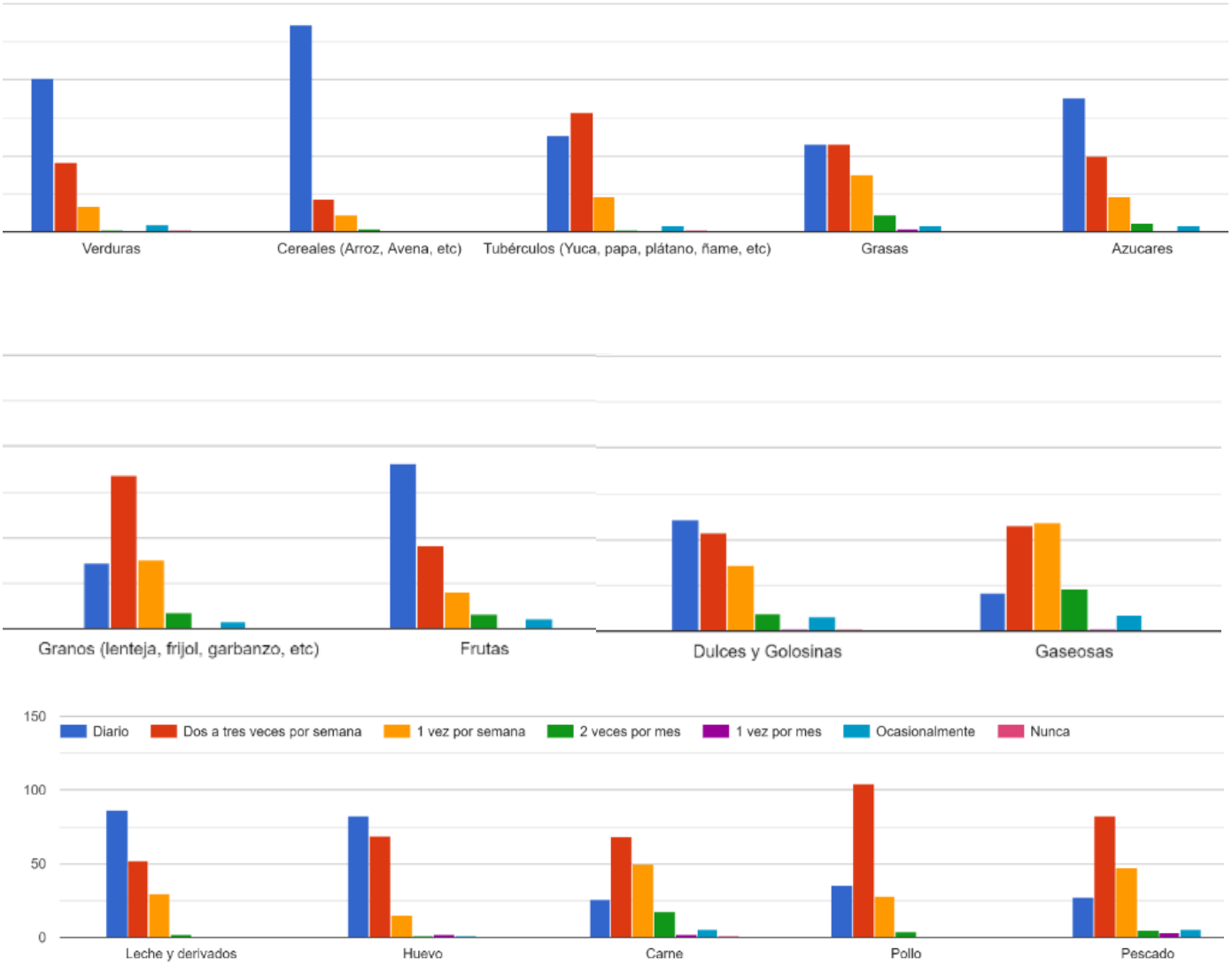
Finalmente, al culminar los encuentros programados se procedió a realizar el análisis de la información obtenida no solo a través de las experiencias sino, a través del formato de recolección de información aplicado (anexo 2) y en consecuencia al diseño de la minuta patrón que contiene elementos significativos de cada etnia, debido que, las experiencias obtenidas de los encuentros evidencian costumbres alimentarias y alimentos muy similares entre sí, lo cual aplicaría para una minuta patrón en la que converjan detalles significativos de cada etnia, por lo cual como elemento diferencial de cada etnia las listas de intercambio serían distintas para cada grupo étnico con el fin de contribuir a ese gran eslabón de la seguridad alimentaria como es el aprovechamiento de la disponibilidad de alimentos en cada comunidad.

Actores

- Líderes y líderesas de las comunidades étnicas convocadas.
- Padres y madres de familia
- Estudiantes
- Docentes
- Coordinadores y/o rectores.

Conclusiones obtenidas a través de los encuentros

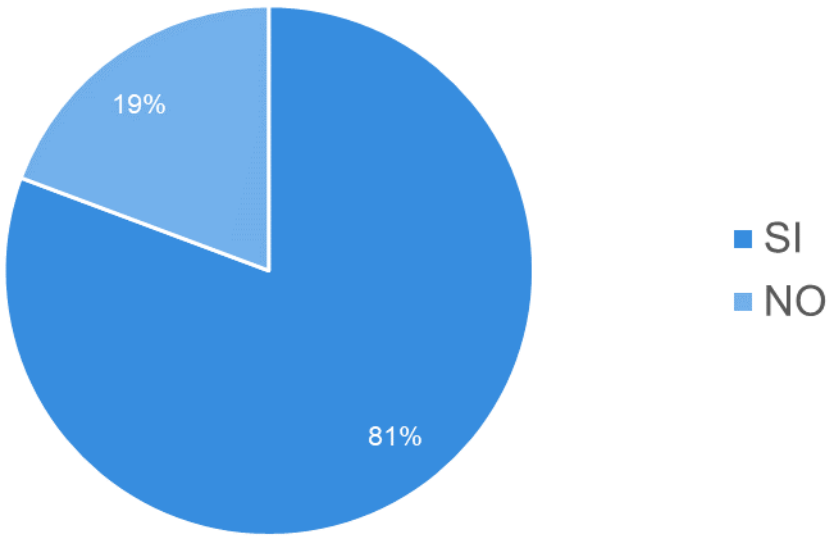
Gráfica 4. Frecuencia de consumo de alimentos



La gráfica 4 muestra la frecuencia de consumo de alimentos de los estudiantes en las instituciones educativas pertenecientes a la etnia afrodescendiente la cual representa la mayor población étnica en el distrito, mediante la cual se obtuvo que la preferencia de consumo de leche y sus derivados y huevos es de frecuencia diaria, Carne, pollo, pescado y granos de 2 a 3 veces por semana, las frutas, verduras y cereales de frecuencia diaria, los tubérculos de dos a tres veces por semana, las grasas, los azucares y los dulces y golosinas de frecuencia diaria, por ultimo las gaseosas de frecuencia de una vez por semana.

Gráfica 5. Consumo de meriendas

¿Suele consumir meriendas en la mañana o la tarde?



Fuente: Elaboración propia

La gráfica 5 representa la distribución porcentual del consumo de meriendas en la mañana o tarde, la cual evidencia que gran parte de la población afrodescendiente suele consumir meriendas en la mañana o la tarde.

Recordatorio de 24 horas

Los siguientes resultados representados a través de nubes de palabras muestran el consumo de algunos alimentos o preparaciones en cada tiempo de comida, donde las palabras de mayor tamaño y colores más fuertes son las que aparecen con más frecuencia y las que aparecen con una frecuencia menor van a figurar en la imagen más pequeñas y en colores más claros.

Diagrama 1. Alimentos preferidos por tiempo de comida

Desayuno

Almuerzo

Cena

¿Qué es el Enfoque de Derechos para la Atención Diferencial?

El enfoque de derechos para la atención diferencial es una forma de abordar, comprender e identificar alternativas de respuesta a las necesidades de una población específica que generen condiciones para garantizar el ejercicio de sus derechos individuales y colectivos y el restablecimiento de los derechos vulnerados.

El enfoque de derechos para la atención diferencial se sustenta en tres puntos fundamentales:

a) Reconocimiento de los grupos de población como titulares (sujetos) de derechos y deberes y colectivos.
b) Diseño de mecanismos que aseguren el ejercicio de los derechos.
c) Generación de condiciones que propendan por el desarrollo integral y armónico, reconociendo la igualdad y dignidad humana, fortaleciendo lo social y lo comunitario.

Desde esta perspectiva se reconoce que en la población colombiana existen grupos que por sus particularidades requieren que el Gobierno desarrolle acciones que hagan efectivo el ejercicio pleno de sus derechos.

El reconocimiento de los derechos de los distintos grupos poblacionales en la Constitución Política y en otras disposiciones del nivel internacional o nacional, no es suficiente para transformar las dinámicas institucionales y las políticas públicas de atención y reconocimiento efectivo de los derechos de las personas en cuanto a sus particularidades de género, orientación e identidad sexual, momento de su ciclo vital, pertenencia étnica, condición de discapacidad o condición de víctimas del conflicto armado.

Por ello es necesario avanzar en acciones y políticas que posibiliten el ejercicio pleno de sus derechos y propicien el desarrollo de los grupos poblacionales en los contextos territoriales. El enfoque de derechos para la atención diferencial tiene como fin último la garantía del ejercicio de derechos de los grupos poblacionales, procurando la inclusión y el reconocimiento de sus características y situaciones particulares.

¿Qué es el Enfoque Diferencial?

Alrededor de lo que es el enfoque diferencial existen muchos estudios y puntos de vista, sin embargo, no existe un concepto unificado acerca de lo que es y significa asumir este enfoque para trabajar a partir de éste; por esta razón, el Departamento Nacional de Planeación ha propuesto definir el enfoque diferencial como una forma de analizar, actuar, valorar y garantizar el desarrollo de una población, basada en sus características diferenciales desde una perspectiva de equidad y diversidad.

En ese sentido, se considera la diversidad de la población que se encuentra en un territorio y desde allí sus necesidades y requerimientos a partir de lo cual se consideran sujetos de desarrollo que se deben atender mediante políticas diferenciales promoviendo así una visión múltiple de las opciones de desarrollo que respetan la diversidad de género, momento del ciclo de vida, situación de discapacidad y/o pertenencia étnica. Es así como, “la aplicación de este enfoque podría contribuir a superar las visiones asistencialistas para la población y de bajo impacto en el largo plazo, y también, concretar mecanismos que reproduzcan la inclusión y el desarrollo con equidad.”

Aunque la condición de víctimas de conflicto armado no es considerada uno de los enfoques diferenciales, es importante que las entidades territoriales tengan en cuenta la población con esta condición en sus procesos de planeación territorial.

Esta forma de análisis permite por medio de categorías de diferenciación identificar la situación de derechos y de vulnerabilidad de la población, evidenciar las diferencias sociales y culturales de los

grupos, sus condiciones y necesidades básicas insatisfechas, con el fin de tener un punto de partida para emprender acciones y definir políticas para la atención diferencial que debe brindarles el Estado a través del gobierno nacional y los gobiernos regionales y locales.

El desarrollo del enfoque diferencial tiene como finalidad, brindar una respuesta acorde con las necesidades de la población, adecuar la política pública a las características particulares de la misma, y generar las acciones tendientes a garantizar el ejercicio de sus derechos.

Existen cuatro enfoques diferenciales, a saber: momento del ciclo de vida, género, pertenencia étnica y condición de discapacidad, a las cuales se debe adicionar la condición de víctimas del conflicto armado. Estos enfoques pueden coincidir en un mismo grupo de población razón por la cual, a la hora de planear y desarrollar una política o una intervención territorial, se debe considerar previamente cada uno de ellos para tener una visión global de la población en el territorio.

Un ejemplo, es la implementación de acciones o políticas basadas en una perspectiva diferencial étnica, como la que nos convoca en estos lineamientos, las cuales deben tener en cuenta que al interior de estos grupos se presentan las otras perspectivas diferenciales de edad, género y condición de discapacidad a la par de formas de relación con la tierra y el territorio, sistemas culturales de producción y alimentación, formas de organización social y familiar, procesos de socialización, así como prácticas para la resolución de conflictos.

En virtud de lo mencionado anteriormente se evidencia que la alimentación juega un papel fundamental en la atención diferencial que debe darse a las poblaciones por lo que se hace necesario la implementación de ajustes en las minutas patrón establecidas a través de la resolución 29452 del 2017 con el fin de adaptarlas a las costumbres y patrones alimentarios propios de las etnias en cuestión (Afrodescendientes, Negritudes).

A través de las cuales se busca fortalecer:

Territorio, fortalecimiento mejoramiento de la disponibilidad productiva, procesos de comercialización e intercambios culturales.

Se trata de promover la disponibilidad productiva de las comunidades indígenas a partir de la gestión del territorio y el fortalecimiento de los sistemas productivos propios, desde una perspectiva de diversidad,

conservación y sostenibilidad. Así como fomentar la identificación y fortalecimiento de mecanismos de intercambio y articulación a los mercados locales, regionales y nacionales, que promuevan la generación de ingresos en las comunidades para las cuales sea pertinente por su nivel de inserción a la economía monetaria.

Mejoramiento del estado de salud y nutrición de la población Afrodescendiente

Se trata de mejorar el estado de salud y nutrición de la población afrodescendiente, teniendo en cuenta las particularidades culturales y las necesidades específicas de los grupos poblacionales con mayor vulnerabilidad, como primera infancia y adolescencia.

(Transversal) Fortalecimiento organizativo, como factor de sostenibilidad y de desarrollo propio

Se trata de promover el fortalecimiento de los procesos organizativos propios al interior de los corregimientos afrodescendientes, que contribuyan a la consolidación de la participación, incidencia, consulta, concertación, interlocución y apropiación de sus autoridades en torno a los proyectos, programas y demás acciones en torno a la SAN, como factor de sostenibilidad y de desarrollo propio.

(Trasversal) Recuperación, reconocimiento, apropiación y fortalecimiento cultural.

Se trata de promover el fortalecimiento, recuperación, reconocimiento y apropiación del conocimiento tradicional indígena, relacionado al mejoramiento de las prácticas tradicionales de producción, trasformación, uso de productos alimenticios y manejo de los recursos naturales que favorezcan la conservación y la biodiversidad.

Fortalecimiento organizativo como factor de sostenibilidad y desarrollo propio	
Territorio, fortalecimiento mejoramiento de la disponibilidad productiva, procesos de comercialización e intercambios culturales.	Mejoramiento del estado de salud y nutrición de la población Afrodescendiente

Recuperación, reconocimiento, apropiación y fortalecimiento cultural

Fortalecimiento de la Gastronomía y Cocina tradicional

El Programa de Alimentación Escolar, se convierte en un escenario para el fortalecimiento y recuperación de la gastronomía colombiana y de las cocinas tradicionales de la mano con la movilización de economías locales, dadas las características del complemento alimentario que se suministra a los beneficiarios, por ello es importante que en la planeación de los menús, se tenga en cuenta la recuperación de preparaciones autóctonas y propias de las regiones, de manera articulada con la promoción de una alimentación saludable, dadas las características anteriormente expuestas, el Plato Saludable de la Familia Colombiana y los mensajes que presenta las Guías Alimentarias para la Población Colombiana.

De acuerdo con lo señalado por el Ministerio de Cultura, en el marco de la Política para el Conocimiento, la salvaguardia y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia, la cocina tradicional "se considera como uno de los pilares del Patrimonio Cultural inmaterial de la Nación, entendiendo que es una expresión de la cultura que da cuenta de la historia de un pueblo o comunidad, es expresión de la comprensión y relacionamiento propio con el entorno ecológico, que se expresa en el saber tradicional del uso de los recursos para la preparación de alimentos, y constituye parte fundamental de la identidad de los pueblos y comunidades". (…) "Por eso, para entender la cocina tradicional en un país multicultural, pluriétnico y biodiverso como el nuestro, es necesario adentrarse en las cocinas regionales y locales. En Colombia entonces, hablamos de nuestras cocinas tradicionales para dar cuenta de esta riqueza".

Se recomienda que para movilizar el componente gastronómico y cocinas tradicionales en el PAE; se tengan en cuenta las siguientes actividades y las demás que considere la Entidad Territorial para el fortalecimiento de este componente:

- ✓ Revisión de preparaciones en los ciclos de menús del PAE, identificando aquellas que no son aceptadas por los estudiantes beneficiarios y revisando la posible modificación de la preparación de acuerdo con las recomendaciones de variedad.
- ✓ Reconocimiento e inventario de las preparaciones tradicionales y autóctonas de la región que podrían incluirse en el PAE, teniendo presente el componente de alimentación saludable, con el

análisis técnico, administrativo, operativo, que realice la entidad territorial en el marco de su autonomía administrativa.

- ✓ Realización del inventario de disponibilidad de alimentos y productos de cosecha.
- ✓ De ser posible realizar articulación con entidades para poder implementar técnicas culinarias y gastronomía en las preparaciones del PAE.

9. ANEXOS

Anexo 1

CRONOGRAMA DE ENCUENTROS			
Institución Educativa	**Etnia predominante**	**Modalidad**	**Fecha**
I.E Arroyo de Piedra	**Afrodescendiente y Zenu**	Presencial	16/11/2021
I.E La Boquilla	**Afrodescendiente**	Virtual	5/11/2021
I.E Pontezuela	**Afrodescendiente y Negritudes**	Presencial	10/11/2021
I.E Santa Ana	**Afrodescendiente**	Presencial	17/11/2021
I.E Tierra Bomba	**Afrodescendiente**	Presencial	8/11/2021
I.E Manzanillo del Mar	**Afrodescendiente**	Virtual	5/11/2021
I.E Tierra Baja	**Negritudes**	Presencial	9/11/2021
I.E Técnica de Pasacaballos	**Negritudes**	Virtual	4/11/2021
I.E Caño del Oro	**Negritudes**	Presencial	15/11/2021
I.E Puerto Rey	**Negritudes**	Presencial	9/11/2021
I.E Domingos Benkos Biohó	**Negritudes**	Presencial	8/11/2021
I.E de Bayunca	**Negritudes**	Presencial	10/11/2021
I.E San Fransisco de Asis (sede Membrillal)	**Zenu (Senu)**	Presencial	4/11/2021

Anexo 2

ESPACIOS DE CONCERTACIÓN PARA EL DISEÑO DE MINUTAS CON ENFOQUE DIFERENCIAL

El formato que se requiere diligenciar a continuación se realiza con el fin de recolectar datos cruciales que permitan el diseño idóneo y pertinente de las minutas étnicas con enfoque diferencial de la ETC Cartagena, que darían apertura a un nuevo capítulo de alimentación inclusiva e igualitaria.

1. Correo electrónico: _____

2. Nombres y apellidos: _____

3. Número telefónico de contacto: _____

4. Institución Educativa que representa: _____

5. Cargo: _____

6. Etnia a la que pertenece:

7. Describa cual es el alimento con mayor aceptación y arraigo cultural en su etnia ypor qué.

   _____
   _____
   _____
   _____
   _____
   _____
   _____

8. Marque con una (X) la frecuencia (según las indicadas en la tabla) con la que consume cada tipo de alimento, en caso de consumir otro tipo de alimento sugiera cuál en la fila en blanco dispuesta al final de la tabla.

GRUPO DE ALIMENTO	FRECUENCIA						
	Diario	2 o 3 veces por semana	1 vez por semana	2 veces por mes	1 vez por mes	Ocasionalmente	Nunca
Leche y derivados							
Huevo							
Carne y pollo							
Pescado							
Granos: (lentejas, frijol, garbanzos, etc.)							
Frutas							
Verduras							
Cereales: (arroz, etc.)							
Tubérculos: (papa, yuca, ñame, plátano, etc.)							
Grasas							
Azúcares							
Dulces, golosinas							
Gaseosas							
Otro: ¿Cuál?: _____							

9. Recordatorio de alimentación de 24 horas. Escriba en la siguiente tabla las preparaciones y los horarios de comidas consumidas durante las anteriores 24 horas, con su respectiva cantidad o medida casera, ejemplo: (Cuchara, cucharadita, taza, plato, pocillo).

Hora y tiempo de comida.	Nombre de la preparación.	Medida casera (taza, pocillo, cucharada, cucharadita).	Ingredientes que componen la preparación.
Desayuno Hora: _____			

Merienda mañana Hora:_____ (en caso que se consuma)			
Almuerzo Hora: _____			
Merienda tarde Hora:_____ (en caso que se consuma)			
Comida Hora: _____			

- Marque con una (X) la opción que represente a las costumbres alimentarias de su grupo étnico.

10. ¿Suele consumir meriendas en la mañana o la tarde?

a) SI ¿Qué alimentos consume?: _____
_____

b) NO

11. ¿Qué alimentos son los **culturalmente aceptados** al momento de consumir meriendas tipo mañana y tipo tarde? (Responda en caso de que aplique).

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Resolución 3803, de 22 de agosto, Por la cual se establecen las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes (RIEN) para la población colombiana y se dictan otras disposiciones", Ministerio de Salud y Protección Social. 22 de agosto de 2016.

Resolución 29452, de 29 de diciembre [Ministerio de educación nacional]. Por la cual se expiden los lineamientos técnicos-administrativos, los estándares y las condiciones mínimas del programa de alimentación escolar-PAE y se derogan las disposiciones anteriores. 29 de diciembre del 2017.

Resolución 335, de 21 de diciembre, [Ministerio de educación nacional]. Por la cual se expiden los Lineamientos Técnicos – Administrativos, los Estándares y las Condiciones Mínimas del Programa de Alimentación Escolar – PAE. 21 de diciembre de 2021.

UNHCR, U. (2012). *Situación Colombia Afrodescendiente.* ONU.

Zabala Argüelles, M. D. (2008). *Pobreza, exclusión social y discriminación étnico-raciall.* Bogotá:Siglo del Hombre Editores.

ASOMECOSAFRO. (9 de Junio de 2015). *asomecosafro.com*. Obtenido de https://asomecosafro.com.com/situación-y-problematica-de-la-población-afrocolombiana/

Mincultura, M. C. (15 de Enero de 2010). *mincultura.gov.co.* Obtenido de https://www.mincultura.gov.co/areas/poblaciones/comunidades-negras-afrocolombianas-raizales-y-palenqueras/Documents/Caracterizaci%C3%B3n%20comunidades%20negras%20y%20afrocolombianas.pdf