

Noticias

Reseña de la feria de nutrición y alimentación: degustación de platillos saludables

Dra. C. Rebeca Monroy Torres

Profesora e Investigadora de la Universidad de Guanajuato

Correo electrónico: rmonroy79@gmail.com



PREÁMBULO Y JUSTIFICACIÓN DE LA FERIA

Esta actividad fue dentro de la Materia de introducción a la Nutrición, que se imparte en el primer semestre de la Licenciatura, cuya titular es la Dra. Monroy. Al final de cada semestre, se suele realizar un examen final con una presentación de un platillo que reúna las características del *Plato del Bien Comer*, además de ser económico, pero esta ocasión, se innovó que los jueces fueran, los mismos jóvenes a quienes se había justificado cada uno de los platillos. Así que el 3 de diciembre de 2013, se visitó la escuela Secundaria Técnica No. 59, ubicada en Balcones de las Joyas.

Gracias a la aceptación de las autoridades de la Escuela y la Delegación de la SEG, en León, se contó con la asistencia 35 alumnos

del primer semestre de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Guanajuato, Campus León. Quienes elaboraron, diseñaron y adaptaron once menús, de acuerdo a las características de una dieta correcta en base al *Plato del Bien Comer*.

Se diseñó bajo la autoría por parte de la Dra. Rebeca Monroy, asesora del proyecto, un formato de evaluación con doce puntos a evaluar del platillo y relacionados con conocimientos del Plato del Bien Comer y se agregó información del Plato, como una guía que ayudara a reafirmar el conocimiento o verificar cuando hubiese dudas. Participaron 30 alumnos de turno matutino (subgrupo 1) y 30 del vespertino (subgrupo 2) de la secundaria. Cada subgrupo evaluó tres diferentes platillos.

Los alumnos de nutrición contaron con 15 minutos de exposición y contemplando la degustación. Los resultados de las evaluaciones realizadas por los jóvenes se anexan, donde los criterios de ingredientes, procedimientos, si estaba escrito y visible la información, fueron evaluadas en el rango de 5 a 10. El cumplimiento de si el platillo cumplió con las características del *Plato del Bien Comer*, fueron calificadas del 7 al 10. El trabajo en equipo y costo del platillo también difirieron entre los jóvenes evaluadores.

Se contó con la asistencia de autoridades de la Secundaria (Ing. Julio Ancona, Mtra. Leticia Belmonte Vélez, Mtro. Ángel Hernández Vargas, y de dos profesores de

Ciencias (Mtra. Blanca y Mtro. Alejandro). Quienes participaron activamente en todo el evento. De parte de la Universidad los alumnos de la Licenciatura en Nutrición y la asesora del proyecto así como del equipo OUSANEG (LN Susana Ruiz González, LN Antonio Espinoza Pérez, y la asesora del proyecto también).

Se logró un evento integral al generar un espacio para los alumnos de Nutrición real y específico para los jóvenes, así como los jóvenes, tuvieron que aplicar sus conocimientos vistos del plato del bien comer, degustar la comida, aceptarla por su apariencia y sabor, conocer el costo y el consumo responsable que lleva a los temas de sostenibilidad.

NUTRICION UG— OUSANEG—SEG LEON

