



XVI
Congreso Nacional de
Investigación Educativa
CNIE-2021

Concienciación ética de los docentes, respecto a la salud de estudiantes de educación primaria previo y en confinamiento por la pandemia de la COVID-19

Sergio Pérez Sánchez

Área temática 14. Educación y valores.



Que tu alimento sea tu medicina,
y que tu medicina sea tu alimento.

Hipócrates (460 – 370 a.c).

Introducción

Las reflexiones expuestas en la presente ponencia, se desprenden de una investigación concluida a finales del año 2020, intitulada: *Deberes éticos sobre la orientación de la nutrición alimenticia para la salud de los alumnos de educación básica: Estudio en dos escuelas de educación primaria en el Estado de México*. Entre otros, los resultados de la investigación encontrados, mostraron que, en los infantes, sean estos hombres o mujeres, vivan en el medio rural o urbano, su índice de masa corporal se manifiesta en tendencia creciente hacia los factores de riesgo de su salud, es el caso del sobrepeso y obesidad, como consecuencia de los cambios en la dieta alimenticia de las familias en las tres últimas décadas.

Con estos y otros resultados que mostraron la gravedad del problema, todo parecía indicar al inicio del año 2020, que en nuestro país pasarían todavía algunos años para verdaderamente discutir de manera argumentada en las familias y escuelas, acerca de los daños graves a la salud de infantes en el mediano plazo, como consecuencia de una mal alimentación y en exceso, así como los efectos del sedentarismo y las emociones negativas en la calidad de vida de los estudiantes.

Sin embargo, la crisis sanitaria producida por la pandemia mundial de la COVID - 19 que inicio en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubel China, a finales de 2019, rápidamente se expandió por todos los países del orbe en los primeros meses de 2020; el primer caso en México se registró el 27 de febrero de 2020. Dada la virulencia y la rápida propagación del virus en la especie humana (especialmente en adultos mayores y en personas con enfermedades crónico degenerativas), pronto algunos sistemas sanitarios colapsaron y empezó la difusión de la suma ascendente de contagiados, aliviados y defunciones.

En el caso de nuestro país, como medida para detener los contagios y sus efectos dañinos a la salud, se dispuso a partir de la tercera semana de marzo de 2020, confinamiento obligatorio, con el lema: “Quédate en casa”, a más de un año de su disposición al día de hoy continua, sin tener claridad de cuándo, cómo y bajo qué medidas de seguridad se pueda regresar a una vida cotidiana escolar en la pandemia o pos pandemia, sin o con menor riesgo de contagio.

El 19 de abril de este año, Campeche, después de más de un año de confinamiento, fue el primer estado del país en iniciar clases presenciales en varias escuelas de la entidad. Las condiciones para el regreso fueron: Semaforo verde en la entidad, vacunación de docentes, asistencia escalonada de estudiantes, implementación de medidas sanitarias, entre las que destacan: instalaciones desinfectadas, colocación distante de mobiliario, lavado de manos, uso de gel antibacterial, cubrebocas y caretas.

La pandemia de la COVID – 19, entre otras situaciones nos ha mostrado que las personas con sobrepeso y obesidad son más vulnerables, en el sentido de que este factor de riesgo se constituye en un elemento catalizador de la comorbilidad en las personas contagiadas por el virus SARS – CoV2.

El confinamiento ha llevado a un porcentaje importante de infantes a un mayor consumo de alimentos con exceso de calorías, a una vida cotidiana tendiente al sedentarismo y a cuestiones psicológicas como la ansiedad y depresión, lo cual genera el ambiente propicio para incrementar el número de personas con sobrepeso y obesidad.

Ante un panorama crítico de salud en nuestro país, con 213 597 mil personas fallecidas por COVID – 19, al 21 de abril de 2021, de acuerdo a la información de la Secretaría de Salud, los docentes están llamados a la toma de una concienciación ética sobre el conocimiento amplio y a profundidad acerca de la alimentación saludable, para a su vez concienciar a padres de familia, estudiantes y autoridades educativas, a fin de crear lo que se puede denominar la cultura de la previsión y el cuidado de la salud para una mejor calidad de vida.

Concienciación ética de los docentes para concienciar sobre la salud a los alumnos de educación primaria

Parto de la idea de que la concienciación refiere a la toma de conciencia de los docentes sobre los compromisos profesionales que asumen para la búsqueda y adquisición de conocimientos, más allá de los señalados en Plan, programas de estudio y libros de texto respecto a la alimentación saludable, activación física y vida emocional equilibrada, con la finalidad de atender una cuestión que en este momento de crisis sanitaria originada por la pandemia de la COVID – 19 se ha constituido en amenaza para la vida de la especie humana.

En lo que refiere al componente ético de la concienciación, considero que la profesión docente está llamada a la práctica de lo que Bauman recupera de las ideas éticas de Levinas:

(...) reconocer la personalidad y la dignidad del Otro hasta el punto de salvar su vida, sin ser al mismo tiempo capaz de explicar la causa de dicho reconocimiento, ya que esta explicación destruiría ese milagro de moralidad y el vínculo ético. (2015, p. 11).

Desde esta percepción, la educación, sus procesos y sus prácticas poseen un componente ético vertebral, el cual no se puede eludir.

Asumir por parte de los docentes el sentido ético de la concienciación, es tomar actitud responsable hacia alumnos y padres de familia, sin condicionar que tal actitud busque reciprocidad, tal situación en la relación pedagógica del proceso educativo tiene que ser vista en su carácter intersubjetivo, desde la ética filosófica de Lévinas se puede recuperar:

(...) yo soy responsable del otro sin esperar la recíproca, aunque ello me cueste la vida. La recíproca es asunto suyo. Precisamente, en la medida en que entre el otro y yo la relación no es recíproca, yo soy sujeción al otro; y soy (sujeto) esencialmente en este sentido. (2015, p.82).

Desde la concienciación ética, corresponde a las profesoras y profesores como difusores profesionales del conocimiento, en el escenario que ha generado la pandemia de la COVID - 19 y el confinamiento, ir más allá de lo señalado en su responsabilidad profesional. Desde la concienciación ética, es transitar a la búsqueda de conocimientos que provean a los estudiantes de elementos para concienciar sobre prácticas alimenticias, activación física y vida emocional que los lleve a una mejor salud y calidad de vida.

La concienciación ética para los docentes en la orientación y práctica de una alimentación saludable hacia los estudiantes, atención de la activación física y el cuidado de una vida emocional sana, implica la construcción de una nueva solidaridad, con la renovación de principios como equidad, no discriminación, justicia y solidaridad, entre otros.

Concienciar a estudiantes y padres de familia sobre la toma conciencia en la prevención, cuidado y vigilancia de una buena salud para una mejor calidad de vida, es una responsabilidad a la vez que difícil, es compleja por su propia naturaleza, no obstante, la posibilidad que aquí se vislumbra, es la concienciación de los sujetos de la educación para generar una cultura de la prevención.

La amenaza a la cultura de la prevención para una buena salud y calidad de vida, se encuentra una ingesta mala y en exceso de alimentación en casa, el entorno escolar y social, lo cual agrava y complejiza aún más las repercusiones de los factores de riesgo en las personas.

Concienciar a estudiantes y padres de familia no es tarea fácil, en tanto implica cambiar a prácticas hacia una alimentación saludable, proveedora ésta de fibras, proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales, cuyos

principios por lo menos tengan como base el consumo de hidratos, frutas, verduras, pescado, lacteos, huevo, carne, con la finalidad de mantener en las diferentes etapas salud y calidad de vida.

Sobrepeso y obesidad: Factores de riesgo en la salud

En las tres últimas décadas, algunas instituciones y organismo de salud empezaron a realizar estudios para mostrar cómo en tendencia creciente e incontrolada, el sobrepeso y la obesidad penetraban las diferentes generaciones, géneros y estratos sociales de la población mexicana, no obstante, a pesar del rápido aumento del fenómeno, esto poco impactaba la modificación de hábitos de consumo en la dieta diaria, basada ésta cada vez más en el consumo en exceso de grasas, azúcares, sal, calorías, contenidas éstas en productos ultra procesados e industrializados y, así como la falta de activación física y vivenciar en confinamiento emociones tóxicas.

De acuerdo a los resultados obtenidos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición correspondiente al año 2018, los porcentajes de sobrepeso y obesidad en la población de 5 a 11 años (se toma este rango de edad que corresponde e mayor medida a la edad de educación primaria), son alarmantes y dan cuenta de una tragedia en la salud humana, ante lo cual los actores educativos no pueden ser indiferentes, pues en varios casos, los docentes padecen del mismo problema, ante lo cual, no pueden ser insensibles.

En el cuadro siguiente, es importante una mirada reflexiva acerca de los datos que arrojó la Encuesta Nacional sobre los factores de sobrepeso y obesidad.

Cuadro 1. Porcentaje de población con sobrepeso y obesidad por tipo de localidad

Rango de edad	Tipo de localidad	Sobrepeso	Obesidad	Suma
5 a 11 años	Urbana	18.4 %	19.5 %	37.9 %
	Rural	17.4 %	12.3 %	29.7 %

Fuente: Secretaría de Salud. Instituto Nacional de Salud Pública e Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. Presentación de resultados*. p. 38.

Los porcentajes a la alza en el sobrepeso y la obesidad en el rango de edad de 5 a 11 años, no sólo es en el tiempo de un año a otro, también, es mayor en el medio urbano respecto al rural. En promedio, con factores de riesgo en 2018, se encontraba el 33.8% de la población de este rango de edad. Seguramente a más de 2 años de esta información y en confinamiento, los porcentajes del sobrepeso y la obesidad, muy difícilmente pueden ser a la baja, insisto, es una tragedia en la salud humana, ante la cual no podemos ser indiferentes e insensibles.

En el Seminario: *Sobrepeso, obesidad y diabetes, efectos sobre la competitividad del país*, realizado en la Secretaría de Economía del Gobierno de México, el 8 de enero de 2020, evento organizado por las Secretarías de Economía, Salud, el Instituto Mexicano del Seguro Social, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico

–OCDE- y la representación en México del Fondo de la Naciones Unidas para la Infancia –UNICEF–, los discursos fueron coincidentes sobre los efectos del sobrepeso, la obesidad y la diabetes en salud y economía, ahí, José Ángel Gurría, Secretario General de la OCDE, expuso información relevante de dicho informe, entre la que destaca: En el documento se señala que México presenta el índice más alto de los países miembros y asociados.

El caso de México es de los más preocupantes. Cerca del 73% de la población mexicana padece de sobrepeso (en comparación con una quinta parte de la población en 1996). México tiene una de las tasas más altas de obesidad de la OCDE. Además, 34% de las personas obesas sufren obesidad mórbida – el mayor grado de obesidad. De acuerdo con nuestras proyecciones, las enfermedades relacionadas con el sobrepeso reducirán la esperanza de vida en México en más de 4 años durante los próximos 30 años. Se trata de la mayor reducción proyectada entre los países de la OCDE. Pero lo más trágico es el crecimiento de la obesidad infantil, la cual se ha duplicado de 7.5 % en 1996, a 15 % en 2016. <https://www.oecd.org/about/secretary-general/heavy-burden-of-obesity-mexico-january-2020-es.htm>. consultado el 27 de enero de 2020.

Los factores de riesgo son parte de un fenómeno complejo que tiene expresión en los actores educativos, pues quienes tienen sobrepeso y obesidad, antes de la pandemia invisibilizaban el fenómeno para sí, a la vez que en el entorno escolar y social lo empezamos a ver a como una situación naturalizada, o buscar justificantes bajo argumentaciones como: La obesidad genéticamente es hereditaria o es parte mi destino por citar algunas expresiones.

Estado nutricional de estudiantes de primaria antes del confinamiento

Durante los meses de abril a junio de 2019, se realizó un estudio exploratorio para obtener los indicadores antropométricos; peso, talla y medida de cintura de las mujeres y los hombres de 4º, 5º y 6º grado de dos escuelas de educación primaria del subsistema educativo del Estado de México, cuya edad de ambos sexos, en el momento del estudio oscilaba entre 9 y 12 años. Con la información obtenida de cada una de las mujeres y hombres, se sacó el Índice de Masa Corporal (IMC), con la finalidad de identificar de acuerdo a la Tabla de la Secretaría de Salud el estado nutricional, así como los factores derivados de la alimentación en exceso, expresa en sobrepeso y obesidad.

En la primera escuela, el estudio exploratorio se hizo con 138 mujeres, 143 hombres, en un total de 281 alumnos, es una institución urbana que se localiza en el primer cuadro de la cabecera municipal, atiende únicamente de turno matutino, con horario de 9 am a 2 pm, de lunes a viernes.

La segunda escuela, el estudio exploratorio se hizo con 39 mujeres, 31 hombres, en un total de 70 alumnos, pertenece al mismo municipio que la primera, se encuentra ubicada en una comunidad rural a 15 km aproximadamente de la cabecera municipal. En esta comunidad rural existe en el centro, una escuela primaria federalizada de turno matutino y vespertino. La segunda escuela se localiza en la Manzana 6, parte norte de la comunidad para atender a estudiantes de asentamientos recientes, la población escolar que atiende es

exclusiva de la comunidad, desde mediados del ciclo escolar 2013 – 2014, es de tiempo completo; labora de lunes a viernes de 8 am a 4 pm. Desde que la escuela inicia de jornada completa, empezó a funcionar el comedor, para que, bajo un menú, a los estudiantes de lunes a viernes se les diera comida sana.

Con la información obtenida de los indicadores antropométricos, se obtuvo el estado nutricional de los estudiantes, el cual enfocaré en porcentajes únicamente al sobrepeso y obesidad como factores de riesgo y cuidado, tal como se puede observar en el cuadro siguiente:

Cuadro 2

Tipo de escuela	Género	Sobrepeso	Obesidad	Suma
Urbana	Femenino	21 %	12 %	33 %
	Masculino	24 %	25 %	49 %
Rural	Femenino	22 %	19 %	41 %
	Masculino	28 %	16 %	44 %

Fuente: Pérez Sánchez, Sergio (2019) *Media y promedio comparativo del estado nutricional de mujeres y hombres entre escuela 1 y 2*. Documentos de trabajo e información propia.

La información posibilita varias reflexiones; entre otras, se encuentra la comparación entre hombres y mujeres del medio urbano, del medio rural y entre ambos, pero sobre lo que quiero hacer énfasis, es que más del 40% de la población de 4º, 5º, y 6º grado de primarias a mediados de 2019 se encontraban en porcentajes preocupantes en los factores de riesgo. Vale la pena preguntarnos: ¿Cómo ha sido la alimentación de los estudiantes durante el confinamiento?, ¿Qué nos corresponde hacer a los sujetos educativos, ante un problema de salud pública, como consecuencia de la mala alimentación y en exceso?

Los factores de riesgo en el confinamiento por pandemia de la COVID – 19

En México, como medida para detener los contagios y sus efectos dañinos a la salud, se dispuso a partir del 20 de marzo de 2020, el confinamiento obligatorio, con el lema: “Quédate en casa”. Entre el desconcierto, la incredulidad, la desconfianza y el morbo; estudiantes, profesores, administrativos, servidores públicos y otros trabajadores nos fuimos a resguardo, creyendo que sería temporal, sin embargo, empezaron a transcurrir semanas y meses, de tal manera que el trabajo desde casa, a un año de su disposición, éste continua, ante un ambiente de incertidumbre y riesgo. El confinamiento más allá de una medida, a decir de Morin:

(...) nos han llevado a todos a cuestionarnos nuestro modo de vida, nuestras verdaderas necesidades, nuestras aspiraciones, que se hallan reprimidas en los que solo viven para trabajar, olvidadas en aquellos que gozan de una vida menos esclava, y, en general, enmascaradas por las alienaciones de lo cotidiano o encubiertas en la «diversión» en el sentido pascaliano del término, que nos aparta de los verdaderos problemas de nuestra condición humana. (2020, p. 6)

La pandemia de la COVID – 19, entre otras situaciones nos ha mostrado que las personas con sobrepeso y obesidad son más vulnerables, en el sentido de que este factor de riesgo, se traduce en un elemento catalizador de la comorbilidad en las personas contagiadas por el virus SARS – CoV 2.

Los factores de riesgo en la actualidad se han constituido en un grave problema de salud pública, por lo que no se debe perder de vista que el “quédete en casa”, no ha aminorado sus efectos, por el contrario, en un porcentaje de la población estudiantil, el confinamiento ha contribuido a prácticas de mala alimentación y en exceso, a un sedentarismo agudizado en la población estudiantil, dado el trabajo en línea, y el aislamiento cara a cara, ha derivado en situaciones emocionales dañinas, entre otros de los efectos del confinamiento, he aquí la concienciación ética de los docentes, a fin de trascender en concienciar a estudiantes, padres de familia y autoridades educativas en la construcción de una cultura de la prevención para la atención de la salud y calidad de vida.

Que los estudiantes ahora atiendan sus clases en línea en casa, les ha posibilitado comer más, no sólo el desayuno, comida y cena, sino en el consumo frecuente de mayor ingesta de alimentos ultraprocesados y comida chatarra, con menos posibilidad de activación física, cuyos efectos son perniciosos, a este escenario lamentable se agregan las cuestiones sociales y psicológicas (ansiedad, depresión, baja estima, buling, discriminación, entre otras) como consecuencia del encerramiento en casa, todo o la mayor parte del día.

Del confinamiento, las empresas productoras de alimentos han aprovechado para intensificar la publicidad de comidas de sencilla preparación, amplio plazo de caducidad, conservación en o sin refrigeración, fácil acceso, relativamente económico. A pesar de la entrada en vigor el 1 de octubre de 2020 en México del Etiquetado frontal de advertencia de productos y bebidas no alcohólicas, consistente en octagonos de color negro donde se indica información nutrimental, que puede ser: Exceso de calorías, Exceso sodio, exceso grasas trans, exceso azúcares, exceso grasas saturadas.

Ahora en buena cantidad de domicilios, dichos productos están al alcance de la mano con el etiquetado frontal de advertencia, como si nada pasara, se continua con el consumo de alimentos de pocos nutrientes que el cuerpo necesita, en cambio son alimentos con alto contenido de grasa, azúcar, sal, potenciadores de sabor, conservadores y colorantes.

Venimos de un mundo donde las interacciones eran de cara a cara, obviamente con los rituales propios de cada sociedad; su conocimiento, cultura, idioma, representaciones, creencias e imaginarios, entre otros, lo cual no quiere decir que vivamos de una normalidad pre – COVID 19 y transitamos a una “nueva normalidad”, retomando las ideas del economista francés Attali, expuestas en una entrevista, coincido en que el presente y el pos-COVID -19 nos lleva a una “normalidad” distinta; propia de su tiempo histórico.

Es difícil decir si vamos a encontrar una nueva normalidad, si vamos a regresar a la normalidad antigua, a una nueva normalidad o si vamos a tener una mezcla de ambas; de cualquier manera, el mundo no es

normal, es monstruoso, contradictorio, catastrófico, bárbaro, fascinante, paradójico. <https://www.milenio.com/politica/con-la-pandemia-mas-migracion-y-mas-muros-jacques-attali>.

En lo que arriesgadamente puedo llamar como la era pos-COVID – 19, requerirá la atención de necesidades esenciales de vida como es la alimentación, la salud, educación híbrida (presencial e instrucción digital), la higiene. Pero también se aspira a tener una clase política gobernante, proclive al fortalecimiento de un Estado con gobernanza justa, por el bien de la sociedad en su conjunto.

Reflexiones finales a manera de conclusiones

Quiero utilizar este apartado para cerrar con algunas ideas como reflexiones para el análisis y el debate en este momento histórico que vivimos como humanidad. Enuncio de manera general acerca del quehacer que a cada uno de los actores educativos les corresponde en la concienciación ética hacia la alimentación saludable como práctica permanente para una mejor salud y calidad de vida.

A la Secretaría de Educación Pública, como instancia tomadora de decisiones, le corresponde una tarea urgente en la disposición de medidas efectivas y del acompañamiento de material educativo para la concienciación en la alimentación saludable y la cultura de la salud de la comunidad escolar.

La concienciación ética de los docentes en la orientación de una alimentación saludables de los estudiantes, como acción para la toma de conciencia sobre los daños que ocasiona la mal alimentación y en exceso, la importancia en la salud de la activación física y el cuidado de la vida emocional, es vertebral la tarea educativa de las profesoras y los profesores, cuyo eje se centra principalmente en la enseñanza-aprendizaje de conocimientos, formación en valores para la ciudadanía y el insustituible afecto que da a los niños en sus relaciones cotidianas.

En el caso del papel ético de la familia, es conveniente señalar que, sin partir de un prototipo para la denominación de familia, y más bien desde la integración que cada familia tenga y reconozca como tal de sus integrantes y parentescos, en la compartición de un espacio, lo central para la parte ética de la alimentación es reflexionar acerca de: ¿Cuáles son los consumos en sus prácticas alimenticias cotidianas?

En sobrepeso y obesidad de los niños tiene origen en los hábitos de consumo de alimentos y bebidas ultraprocesadas en casa, constituyéndose el espacio familiar, en un ambiente obesogénico, sólo es cuestión de ver la cantidad de productos en casa que muestran el etiquetado frontal, donde se aprecian los octágonos que advierten los excesos de azúcares, grasas saturadas, sodio, calorías, por citar los más comunes. Es importante hacer un llamado a la concienciación sobre los mensajes subliminales de los medios de comunicación para promover una mala alimentación.

Bibliografía

- Agamben, G. et al. (2020). *Sopa de Wuhan. Pensamiento contemporáneo en tiempos de pandemia*. Editoria: ASPO (Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio).
- Bauman, Z. (2005). *Ética posmoderna*. México: Siglo XXI.
- Bauman, Z. y Donskis, L. (2015). *Ceguera Moral. La pérdida de la sensibilidad en la modernidad líquida*. México: Paidós.
- Beck, U. (1998). *La sociedad del riesgo. Hacia una nueva modernidad*. España: Paidós.
- Han, B. (2020). *La desaparición de los rituales. Una topología del presente*. España: Herder Editorial.
- <https://www.milenio.com/politica/con-la-pandemia-mas-migracion-y-mas-muros-jacques-attali>.
- <https://www.oecd.org/about/secretary-general/heavy-burden-of-obesity-mexico-january-2020-es.htm>. consultado el 27 de enero de 2020.
- Lévinas, M. (2015). *Ética e infinito*. España: Cofás, S.A.
- Morin, E. (2020). *Cambiamos la vía. Lecciones de la pandemia*. España: Editorial Planeta, S.A.
- Pérez, S. (2020). *Deberes éticos sobre la orientación de la nutrición alimenticia para la salud de los alumnos de educación básica: Estudio en dos escuelas de educación primaria en el Estado de México*. Toluca, México, Informe de Investigación 2018 -2020. Instituto Superior de Ciencias de la Educación del Estado de México. Impreso.
- Secretaría de Salud. Instituto Nacional de Salud Pública e Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018*. Presentación de resultados. México: INEGI.INSP. SS.