

PROGRAMA DE EDUCACIÓN ALIMENTARIA “COCINA URUGUAY”

Introducción

Se implementa en Montevideo-Uruguay en Junio de 2007, desde la Intendencia de Montevideo.

Surge en el 2005 en Brasil, “Programa Cocina Brasil”, impulsado por el Ministerio de Desarrollo Social e implementado por el Servicio Social de la Industria Brasileira, quien participa a la Intendencia de Montevideo.

El “Programa Cocina Uruguay” utilizando la metodología de transferencia, fue adaptado a las características culturales de nuestro país (disponibilidad de alimentos, recetas utilizadas, etc.).

Objetivo

“Promover acciones educativas para la preparación y consumo de alimentos saludables enfatizando los aspectos nutricionales y la utilización de recursos naturales de bajo costo”.

Meta

Realizar educación alimentaria a la comunidad brindando la oportunidad de adquirir conocimientos y desarrollar aptitudes para escoger y preparar alimentos logrando una mejora de su estado nutricional.

Metodología

Se logra mediante un curso teórico-práctico en 4 días (10 horas). Dictado por un Lic. en Nutrición y un auxiliar de cocina. En una **Unidad Móvil** equipada con una cocina y un aula pedagógica para 35 participantes por turno, se traslada a las diferentes zonas. Los mismos son gratuitos y **el único requisito para asistir, es ser mayor de 14 años.**



Dinámica del curso:

En la **parte teórica** se trabajan diferentes temas sobre alimentación saludable basados en las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos de Uruguay, (**GABA**).

Temas principales: (Grupos de alimentos y su aporte nutricional, alimentación en las diferentes etapas de la vida, priorizando primera infancia y embarazo, higiene y manipulación de alimentos, rotulación de alimentos, consumidor responsable, entre otros temas).



Una **parte práctica** elaborando preparaciones sencillas, contenidas en el **manual-recetario del programa**, que fundamentan los contenidos teóricos impartidos.



Los participantes degustan las preparaciones realizadas.

Materiales entregados:

Con un 75 % de asistencia se entrega una carpeta conteniendo: *certificado de asistencia, cuaderno, lapicera, cofia y delantal. Un librito de recetas seleccionadas aportadas por participantes a los cursos y el Manual- recetario del Programa que contiene el resumen de los contenidos del curso y 120 recetas.*



Programa itinerante:

- Nos hemos instalado en más de 70 predios de diferentes barrios de los 18 Centros Comunes Zonales y de los 8 Municipios de Montevideo.

- (clubes deportivos, predios municipales de los Centros Comunes Zonales, instituciones privadas, empresas, polideportivos, plazas públicas, liceos, escuelas, centros educativos de primera infancia, mercados municipales, cooperativas de viviendas, predios de instituciones religiosas, hospitales, planetario municipal, entre otros)



Convenios con empresas:

Como parte de la metodología del programa, se cuenta con convenios establecidos con diferentes empresas nacionales y multinacionales, para la adquisición de insumos de funcionamiento (equipamiento general, indumentaria del personal, alimentos, de comunicación, materiales de difusión, entre otros).

Convenios actuales con: GERDAU-LAISA, SUAT, SALUS, Fundación Telefónica-MOVISTAR, CAMBADU.

¿Cómo se coordinan los cursos del Programa Cocina Uruguay?

La coordinación de los cursos se realiza dando respuesta a la solicitud del interesado, realizando una reunión en la zona con el referente del Centro Comunal Zonal o del Municipio y se le brinda toda la información sobre los requisitos para concretar el curso.

En estas reuniones, se da participación a Instituciones barriales públicas y privadas, ONG, etc. que se interesan en coordinar el curso.

La permanencia en cada lugar es de dos a cuatro semanas.

Algunos de los requisitos para la instalación de la Unidad Móvil (U.M.): acceso a una toma de agua potable y desagüe, instalación eléctrica, superficie plana, baños para participantes, acceso adecuado a las dimensiones de la Unidad Móvil y vigilancia durante todos los días)

¿Cómo me informo sobre los próximos cursos del Programa Cocina Uruguay?

Toda la información y la inscripción al curso la realiza el referente del Equipo Social (Asistente Social o Maestro/a) de cada uno de los 18 Servicios Centros Comunales Zonales así como de los 8 Municipios de Montevideo.

También se puede solicitar información por el email: cocinauruguay@gmail.com, o llamando a la Intendencia de Montevideo, al Servicio de Proyectos y Programas Sociales: 1950-1606

Departamento de Desarrollo Social
División Políticas Sociales
Servicio de Proyectos y Programas Sociales

Coordinadora:

Directora del Servicio de Proyectos y Programas Sociales: Lic. T. Social Elisa Balea

Supervisora Técnica:

Lic. en Nutrición Lidia Erro

lidiaerro@gmail.com