



PEIS “Somos agua: hablemos de hidratación”.

Directora: María Del Carmen Ada Contini.

De qué se trata:

El agua es parte esencial de una adecuada nutrición aunque muchas veces es desplazada por otras bebidas. Una deshidratación superior al 2% influye en el rendimiento físico aeróbico e intelectual, pudiendo afectar a la función cerebral y al funcionamiento de ciertos neurotransmisores relacionados con el estado de ánimo del individuo. Pese a que el agua es la bebida más saludable, conveniente y accesible, los argentinos y la población mundial en general, bebe poca y mal, lo cual puede repercutir negativamente en su estado de salud. Por tal motivo, se busca como propósito conocer el patrón de consumo de bebidas de los empleados seis Centros de Acción Familiar (CAF) de la ciudad de Santa Fe, e implementar en forma conjunta estrategias que promuevan la construcción de hábitos de hidratación saludables.

Impacto / importancia de la intervención en relación a la comunidad / población:

Los treinta (30) CAF pertenecientes al Ministerio de Desarrollo Social de la Provincia de Santa Fe, son lugares de promoción y protección de derechos, en los cuales los trabajadores permanecen durante muchas horas del día en constante interacción entre pares y con los niños, los adolescentes y sus familias.

Por tal motivo, la formación de agentes multiplicadores en prácticas saludables de hidratación, en los Centros de Acción Familiar de la ciudad de Santa Fe, contribuirá no sólo a profundizar los conocimientos sobre este tema sino también a cambiar los patrones de ingesta, ganando en salud.

Ubicación temporal y espacial del proyecto:

Trabajaremos con los empleados de seis CAF de la ciudad de Santa Fe (N° 3-13-21-23-24-25) durante el período comprendido entre junio y diciembre de 2019.