



INFORME DE ACTIVIDAD - CHARLA SOBRE EL IMPACTO DE LOS ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS EN LA SALUD Y EL MEDIO AMBIENTE

Entidad: Fundación Aguas, Naturaleza y Humanidad

Lugar de la actividad: Institución Educativa San Miguel - Sede El Taladro

Conferencista: Suly Andrea Quintero Castaño

Cargo: Miembro de la Fundación Aguas, Naturaleza y Humanidad.

23 de octubre del 2025

1. Objetivo de la actividad:

Concienciar a la comunidad educativa sobre los impactos que genera el consumo de alimentos ultraprocesados, en la salud humana y el medio ambiente, promoviendo hábitos de alimentación saludable y sostenible.

2. Desarrollo de la actividad

Como parte de las acciones formativas de la **Fundación Aguas, Naturaleza y Humanidad**, se llevó a cabo una charla educativa en la institución Educativa **San Miguel - Sede El Taladro**, orientada por Suly Quintero miembro activa de la fundación.

Durante la sesión se abordaron los siguientes temas:

- Definición y características de los alimentos ultraprocesados
- Efectos negativos en la salud: obesidad, enfermedades metabólicas, cardiovasculares y deterioro del bienestar general.
- Impactos ambientales derivados de la producción, transporte y empaque de estos productos: contaminación por plásticos, huella de carbono y sobreexplotación de recursos naturales.
- Propuesta de alternativas alimentarias sostenibles y locales.



Posteriormente, se desarrolló una actividad grupal participativa, en la cual los estudiantes identificaron las principales problemáticas de los alimentos ultraprocesados desde los enfoques.

- Salud y bienestar humano
- Medioambiente y sostenibilidad

Cada grupo presentó sus conclusiones y propuso la creación de un snack saludable y sostenible, utilizando ingredientes naturales y opciones de empaque ecológico.

3.Resultados

Los participantes demostraron interés y compromiso frente al tema

Identificaron de manera crítica los efectos negativos de los alimentos ultraprocesados

Se fortalecieron competencias como el trabajo en equipo y educación ambiental

4. Conclusiones

La charla permitió fortalecer la educación ambiental y nutricional dentro de la comunidad educativa

Se logró sensibilizar a los estudiantes de la importancia de reducir el consumo de alimentos ultraprocesados y preferir opciones naturales locales. La participación activa de los asistentes evidenció interés por contribuir al cuidado de la salud y del planeta, en consonancia con los objetivos de la **Fundación Aguas, Naturaleza Y Humanidad**.

5. Recomendaciones

- Continuar articulando esfuerzos entre la Fundación y las Instituciones educativas para promover estilos de vida saludables
- Fomentar proyectos escolares sobre alimentación consciente y reciclaje
- Replicar esta experiencia en otras sedes e instituciones de la región.

6. Evidencia



