



DOI: <https://doi.org/10.23857/dc.v10i3.4029>

Ciencias de la Educación
Artículo de Investigación

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

The role of teachers in the implementation of a nutritional plan and its impact on the learning process of students in early childhood and elementary education

O papel dos professores na implementação de um plano nutricional e o seu impacto no processo de aprendizagem dos alunos do ensino básico e

Maria Isabel Rodríguez-Castro ^I

marikita35@outlook.es

<https://orcid.org/0009-0002-2294-665X>

Ketty Auxiliadora Rodríguez-Castro ^{II}

ketty37@hotmail.es

<https://orcid.org/0009-0009-6124-8732>

Jesus Francisco Vera-Rodríguez ^{III}

barce2512@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0000-2281-9525>

Rebeca Regina Rodríguez-Castro ^{IV}

rebeca18_joshu@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0006-3567-4162>

Correspondencia: marikita35@outlook.es

***Recibido:** 17 de julio de 2024 ***Aceptado:** 02 de agosto de 2024 ***Publicado:** 20 de septiembre de 2024

- I. Licenciada en Ciencias de la Educación Especialidad Educación Parvularia, Escuela de Educación Básica Jacinto Valeriano Código Amie 13H03702 Provincia Manabí Cantón Jipijapa Parroquia Dr. Miguel Morán Lucio Distrito Educativo 13D03 Jipijapa- Pto. López, Ecuador.
- II. Profesora en Educación Primaria, Licenciada en Ciencias de la Educación Especialización Educación, Primaria, Magíster en Gerencia Educativa, Máster Universitario en Formación Internacional Especializada del Profesorado Especialidad en Educación Inicial O Infantil - Unidad Educativa Daniel López Código Amie 13H01951 Provincia Manabí Cantón Jipijapa Parroquia San Lorenzo de Jipijapa Distrito Educativo 13D03 Jipijapa- Pto. López, Ecuador.
- III. Licenciado en Enfermería, Investigador Independiente, Ecuador.
- IV. Licenciada en Enfermería, Investigadora Independiente, Ecuador.

Resumen

El presente trabajo investigativo se planteó como objetivo determinar el rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de Educación Inicial y Elemental en Ecuador. La metodología del estudio se enmarcó en una investigación cualitativa bajo la modalidad de una investigación documental. Para recabar información pertinente al tema sobre la muestra, se utilizó como buscador Google Académico. La muestra, se obtuvo de acuerdo con los criterios preestablecidos, en función de lo cual se seleccionaron ocho (05) publicaciones. La información obtenida a partir de las fuentes documentales consultadas se analizó mediante la técnica del análisis de contenido. Dentro de las principales conclusiones los resultados de la revisión documental sustentan que, la educación es un medio idóneo para ayudar a reducir los problemas de malnutrición causados por las prácticas inadecuadas de alimentación. Diferentes puntos de vista presentados en esta investigación coinciden al respecto precisan en que, se debe educar empleando estrategias lúdicas realizadas mediante un programa adecuadamente diseñado, ya que se trata de modificar patrones de consumo mediante un proceso gradual, motivador y significativo, a nivel individual y grupal, brindando conocimientos, habilidades y valoraciones.

Palabras clave: Aprendizaje; nutrición; estudiantes; docentes; rendimiento.

Abstract

The present research work was proposed as an objective to determine the role of teachers in the implementation of a nutritional plan and its impact on the learning process of students of Initial and Elementary Education in Ecuador. The methodology of the study was framed in a qualitative research under the modality of a documentary research. To collect information pertinent to the subject on the sample, Google Scholar was used as a search engine. The sample was obtained according to the pre-established criteria, based on which eight (05) publications were selected. The information obtained from the consulted documentary sources was analyzed using the content analysis technique. Among the main conclusions, the results of the documentary review support that education is an ideal means to help reduce malnutrition problems caused by inadequate feeding practices. Different points of view presented in this research agree on this matter and state that education should be provided using playful strategies carried out through an appropriately designed program, since it involves modifying

consumption patterns through a gradual, motivating and significant process, at an individual and group level, providing knowledge, skills and assessments.

Keywords: Learning; nutrition; students; teachers; performance.

Resumo

O objetivo deste trabalho de investigação foi determinar o papel dos professores na implementação de um plano nutricional e o seu impacto no processo de aprendizagem dos alunos do Ensino Inicial e Básico do Equador. A metodologia do estudo enquadrou-se numa investigação qualitativa sob a forma de investigação documental. Para recolher informação pertinente ao tema da amostra, recorreu-se ao Google Scholar como motor de busca. A amostra foi obtida segundo critérios pré-estabelecidos, a partir dos quais foram seleccionadas 05 (oito) publicações. As informações obtidas nas fontes documentais consultadas foram analisadas pela técnica de análise de conteúdo. Entre as principais conclusões, os resultados da revisão documental apoiam que a educação é um meio ideal para ajudar a reduzir os problemas de malnutrição causados por práticas alimentares inadequadas. Diferentes pontos de vista apresentados nesta investigação coincidem neste sentido, especificando que a educação deve ser utilizada através de estratégias lúdicas realizadas através de um programa devidamente elaborado, pois trata-se de modificar os padrões de consumo através de um processo gradual, motivador e significativo, de forma individual e em grupo, fornecendo conhecimentos, competências e avaliações.

Palavras-chave: Aprendizagem; nutrição; estudantes; professores; desempenho.

Introducción

Cuando se habla del proceso de aprendizaje de los niños y niñas se debe examinar la relación compleja que existe entre numerosos factores concretos y, la nutrición es un ejemplo importante de ellos, reconocida como una condición fundamental para garantiza el desarrollo integral del ser humano, especialmente en la etapa infantil, es esencial para el desarrollo cognitivo y académico óptimo de los estudiantes. Desde el punto de vista de la Fundación Instituto de Capacitación y Especialización Padre Hurtado (ICEPH, 2021), la nutrición positiva, es fundamental en el crecimiento y el aprendizaje de los niños, pues a través de los alimentos, los niños obtienen la energía que necesitan para que su

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

cerebro se mantenga activo, y en las condiciones más óptimas, adquiriendo con mayor facilidad todas las habilidades relacionadas con el aprendizaje.

Sobre este tema en la Constitución de la República del Ecuador, (2021), en el Art. 3 numeral 1, establece que son deberes primordiales del Estado: “Garantizar sin discriminación alguna el efectivo goce de los derechos establecidos en la Constitución y en los instrumentos internacionales, en particular la educación, la salud, la alimentación...” (p.9). En la instancia internacional, en la publicación de la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (OHCHR, por sus siglas en inglés) subraya que el derecho a la alimentación está reconocido en la Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948 como parte del derecho a un nivel de vida adecuado y está consagrado en el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de 1966. Además de ello, enfatiza que el derecho a la alimentación es un derecho incluyente. Es un derecho a todos los elementos nutritivos que una persona necesita para vivir una vida sana y activa, y a los medios para tener acceso a ellos. . Lo amparan asimismo tratados regionales y constituciones nacionales. (OHCHR, 2010).

Por ello en Ecuador, es imprescindible lograr una mayor observancia del cumplimiento de este derecho en el ámbito educativo, principalmente en aquel nivel que atiende niños en el nivel de Educación Inicial y Elemental respectivamente.

Líneas arriba, se han establecido razones muy significativas para apoyar, coordinar y promover prácticas óptimas relacionadas con la nutrición desde el centro educativo, con el docente como principal orientador, y mediante el fomento constante de la cooperación de los padres y representantes para alcanzar en conjunto un desarrollo saludable de los pequeños, todo lo cual se traducirá en mejores capacidades cognitivas y, a la vez d lograr más oportunidades de alcanzar aprendizajes significativos a lo largo de la vida. En consonancia con lo estipulado en el Capítulo séptimo de la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI), los proyectos educativos institucionales incorporarán procedimientos que potencien la integración de las familias y la comunidad en el ámbito escolar y ocupen el espacio de colaboración y de corresponsabilidad con los demás sectores implicados en el proceso educativo de sus hijos e hijas. Ministerio de Educación del Ecuador, (2019)

En este orden de ideas, el presente trabajo investigativo se planteó como objetivo determinar el rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de Educación Inicial y Elemental.

Aspectos conceptuales

Educación Inicial y Elemental

La educación inicial en el Ecuador está organizada en 2 subniveles: i) el subnivel inicial 1 (no escolarizado y destinado para niños de hasta 36 meses); y ii) el subnivel inicial 2 (para niños de 37 a 60 meses). Este último se caracteriza por ser obligatorio y representar la puerta de entrada al sistema educativo nacional. Hermida et al, (2017). El subnivel Elemental, corresponde a 2°, 3° y 4° grados y se ofrece preferiblemente a niños/as entre 6 y 8 años de edad de Educación Básica. Ministerio de Educación del Ecuador, (2019).

En la época preescolar y escolar proporcionar alimentos naturales y adecuados a los niños/as, es un medio para asegurar un correcto crecimiento y desarrollo, también para establecer recomendaciones nutricionales y hábitos de alimentación saludables, además de que constituye un mecanismo fuerte de prevención y control a corto y largo plazo de enfermedades nutricionales crónicas. Ros Arnal & Botija Arcos (2023).

Como refiere la Agencia de Salud Pública de Cataluña (2020), el primer aprendizaje alimentario y el más importante se produce en el núcleo familiar. Sin embargo, entre los 2 y los 4 años, los niños comienzan a escoger qué alimentos quieren y puede que ya coman fuera de casa, lo que abre la puerta a otras influencias. Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en esta etapa, los hábitos y comportamientos positivos con respecto a la alimentación que ven en sus cuidadores, parientes, docentes y semejantes cobran una gran relevancia. (UNICEF, 2020).

De ahí, los servicios del comedor escolar que ofrecen las instituciones educativas deben garantizar que los alimentos que se proporcionan a los infantes cumplan con los requerimientos nutricionales adecuados. Aunado a esto, como sugiere la Agencia de Salud Pública de Cataluña, (2020), el comedor escolar es un espacio idóneo para desarrollar tareas de educación alimentaria, en coordinación con la familia, teniendo en cuenta que la etapa escolar representa un gran cambio en los niños, que tienen que aprender nuevas rutinas y otras normas de convivencia para su futura competencia social.

Para que los niños puedan crecer y desarrollarse cabalmente, deben ingerir los nutrientes esenciales, los cuales son aquellos que el cuerpo no es capaz de producir y requieren ser ingeridos con los alimentos para un sano crecimiento, libre de enfermedades. Ministerio de Educación del Ecuador (2021). Siguiendo con estos aportes, a continuación se detallan los nutrientes esenciales:

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

Tabla 1.

Nutrientes esenciales deben consumir los niños para crecer sanos y fuertes

Nutrientes esenciales	Descripción	Ejemplo
Proteínas	Son el componente principal de las células. Las proteínas cumplen principalmente un papel en el crecimiento y en el mantenimiento de la estructura corporal.	Proteínas de origen animal: carnes, leche y huevos son las más completas. Proteínas de origen vegetal: granos y cereales
Hidratos de Carbono	Son la principal fuente de energía para que los niños puedan aprender y desarrollar sus actividades diarias.	Papa, yuca, camote, arroz, maíz, trigo y sus derivados como harina, fideo y pan. Se debe consumir en mínima cantidad los azúcares y miel.
Fibras	Son alimentos de origen vegetal que se encuentran en la piel, cáscara y pulpa sobre todo de las frutas. Estos ayudan a disminuir el colesterol, el azúcar y los triglicéridos de la sangre y actúan también como regulador intestinal.	Cereales integrales, las legumbres secas, las frutas y las verduras
Grasas	Tienen tres funciones principales: almacenar energía, ayudar al organismo a absorber las vitaminas liposolubles (A, D, E, K) y proporcionar ácidos grasos esenciales para el organismo	Grasa animal: grasa de cerdo, vaca y nata de la leche. Grasa vegetal: aceites, margarina o manteca vegetal.
Minerales	Tienen importantes funciones y forman parte de la estructura de muchos tejidos. Sus principales funciones son la formación de los huesos y dientes (el Calcio, el Hierro y Zinc) y un valor especial merece el consumo del AGUA como parte de los hábitos alimentarios saludables.	Calcio: leche y derivados, yema de huevo, sardina; alimentos vegetales como: legumbres y verduras de hojas verde oscuras. Hierro: aves, pescado y mariscos, quinua, lenteja, frejol, aguacate, mora y frutillas. Zinc: carne de res, hígado, pescados, pollo, leche, queso y alimentos vegetales: germen de trigo, arroz, cebada y avena. Agua: agua obtenida de los alimentos y por otros líquidos

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

		como jugo de frutas naturales y sopas.
Vitaminas	Son compuestos orgánicos esenciales que ayudan a regular las diferentes funciones del cuerpo, y se deben consumir todos los días los alimentos ricos en Vitaminas A.	Verduras: zanahoria, berro, acelga y espinaca. Frutas: guayaba, limón, naranja, frutilla, melón, mango, durazno, manzana, piña y toronjas

Nota. Fuente: Ministerio de Educación del Ecuador, (2021)

Alimentación saludable

Una alimentación saludable es la que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sana, debe ser: variada (alimentos, presentación y preparación), poseer niveles nutricionales que se ajusten a las características de los niños y estar repartida a lo largo del día. Ministerio de Educación del Ecuador (2021). También, la Agencia de Salud Pública de Cataluña, (2020) define la alimentación saludable como aquella que es satisfactoria, suficiente, completa, equilibrada, armónica, segura, adaptada al comensal y al entorno, sostenible y asequible. Así, según los autores Ros Arnal & Botija Arcos, (2023) los objetivos de la nutrición en el preescolar y escolar son: a) Asegurar su crecimiento y desarrollo, adecuándose a la actividad física; b) Promover hábitos dietéticos saludables que prevengan del desarrollo de enfermedades nutricionales a corto y a largo plazo (obesidad, aterosclerosis, hipertensión, osteoporosis, estreñimiento, diabetes, cáncer). Para que los sistemas alimentarios funcionen mejor para los niños, de acuerdo con el informe UNICEF (2019), los sistemas de salud, agua y saneamiento, educación y protección social también tienen un papel crucial que desempeñar en la promoción y el apoyo de una buena nutrición, por tanto, deben colaborar para proporcionar a los niños y a sus familias los conocimientos, el apoyo y los servicios que necesitan para garantizar que las prácticas de alimentación nutritivas se traduzcan en un mejor crecimiento y desarrollo.

En este sentido, la Agencia de Salud Pública de Cataluña (2020), plantea la conveniencia que la educación alimentaria que reciben los niños incluya los alimentos más adecuados para su salud, y prevea también, el conocimiento y el aprovechamiento de la gran variedad de productos y preparaciones propios de nuestra cultura y de nuestro territorio. Hay que recordar que los hábitos alimentarios inician y se forman durante la infancia y generalmente prevalecen a lo largo de la vida.

En esto radica la importancia de enseñar prácticas adecuadas a edades tempranas. Ministerio de Educación del Ecuador (2021).

El conocimiento de la composición nutricional de los alimentos y los diferentes grupos en que estos se clasifican es fundamental para la preparación de dietas, pues, el ser humano, para mantener la salud desde el punto de vista nutricional necesita consumir diariamente una determinada cantidad/calidad de energía y de unos 50 nutrientes que se encuentran almacenados en los alimentos. Carbajal Azcona (2018).

Contexto educativo, nutrición y aprendizaje

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) plantea que una buena salud y nutrición son los cimientos del aprendizaje y una inversión crucial para un futuro más sostenible, inclusivo y pacífico. La salud y la nutrición pueden mejorar los rendimientos educativos, capacitar a los alumnos para que prosperen, así como promover la inclusión y la equidad en la educación y la salud. UNESCO (2024).

Generalmente, es durante la infancia cuando se desarrollan los hábitos nutricionales, y cuando el aprendizaje se realiza en gran medida por imitación de los adultos. En tal sentido, en el rendimiento educativo intervienen una serie de factores entre ellos la metodología del profesor, el aspecto individual del alumno, el apoyo familiar, salud y alimentación. ICEPH (2021). Son muchas las implicaciones de la alimentación y su impacto en la vida diaria y académica de un niño, puede tener efecto en la rapidez con la que aprende, desarrolla sus capacidades, su estado de ánimo, como se desenvuelve socialmente y más. ICEPH (2021).

En el contexto educativo, entender el papel crítico que juega la nutrición en la primera infancia, no solo es fundamental para la salud y el bienestar de los niños, sino que también es esencial para para padres de familia y profesionales de la docencia, este último puede influir de forma importante en las decisiones sobre la alimentación adecuada que debe recibir el infante. La alimentación en el proceso educativo puede constituirse en un instrumento pedagógico esencial, pues, más allá de afianzar la parte social como sujetar la cuchara, sentarse derecho, pedir de favor; la ingesta de alimentos nutritivos contribuye a estructurar hábitos saludables que fortalecen los sistemas neuro sensoriales, metabólicos y cardio respiratorio, relacionados con la salud; la acción educativa del

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

docente puede estructurar una cultura de alimentación sana, segura y soberana. Mora Diaz & Arcos Guevara (2021).

En este particular, en el documento emitido por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO, 2011), se describe el auge que ha venido tomando la educación nutricional como estrategia en materia de seguridad alimentaria, para mejorar por si sola el comportamiento dietético y el estado nutricional, así mismo, tiene efecto a largo plazo en la actuación independiente de los progenitores y, por medio de estos, en la salud de sus hijos. A la vez, resulta económica, viable y sostenible.

La evidencia muestra que los niños y adolescentes sanos, bien alimentados y felices aprenden mejor y tienen más probabilidades de llevar una vida sana y plena. Por ello, garantizar la salud y el bienestar de los educandos es una de las formas más transformadoras de mejorar los rendimientos educativos, de este modo, invertir tanto en la educación de los educandos como en su salud, tiene amplios beneficios que se extienden a los hogares y las comunidades. UNESCO (2024).

Según, Lomas et al, (2024), la alimentación y el rendimiento escolar mantienen una estrecha relación, pues, la nutrición tiene un papel de suma importancia tanto en el crecimiento como en el aprendizaje de los niños, ya que mediante los alimentos es donde los infantes obtienen la energía necesaria para que su cerebro se mantenga activo y en las mejores condiciones para facilitar el aprendizaje diario.

Al respecto, Mora & Arcos (2021) consideran que, la acción docente durante la primera infancia puede constituirse en factor determinante para reducir las alarmantes cifras de malnutrición; por ser protagonista de procesos enfocados a transmitir a las familias y a vivenciar con los infantes hábitos de alimentación saludable y sanadora. En línea con lo precedente, también, la UNICEF y la OMS, reconocen que las prácticas de alimentación insuficiente de los niños y las niñas, tendrán consecuencias desastrosas para sus cuerpos, cerebros y oportunidades vitales (UNICEF, 2020). Los niños y niñas requieren alimentos variados de mínimo 5 de los 8 grupos para crecer, desarrollarse y aprender. Recomiendan que consuman alimentos de los diversos grupos alimenticios (proteínas, hidratos de carbono, fibras, grasas, minerales y vitaminas), todos los días. UNICEF (2020). En estimaciones de la Organización de las Naciones Unidas para los refugiados (ACNUR), los niños se encuentran en un proceso de crecimiento, por lo que necesitan una nutrición que favorezca su desarrollo. El objetivo es aportar una dosis mínima al día de 2.100 calorías por persona. ACNUR, (2018).

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

La facultad intelectual y su base estructurada actúan dentro de los marcos de la percepción, pensamiento, memoria, imaginación y voluntad. Los nutrientes son aportados por la dieta, mejoran la capacidad cerebral. Así, las proteínas tienen la capacidad de modular la síntesis de neurotransmisores como la serotonina, dopamina y adrenalina. Los lípidos y ácidos grasos son la fuente de energía de reserva para el organismo. Alba López et al, (2022). La ingesta de dietas con una proporción 5:1 de ácidos grasos omega-6:3, se asocian con una mejor memoria y con un menor riesgo de deterioro cognitivo. González & Visentín (2015). El agua es un nutriente esencial para el correcto funcionamiento cerebral. Martínez et al, (2018). Una disminución en su ingesta está relacionada con estados de confusión, irritabilidad, letargia además de pérdida de función cognitiva. Alba López et al, (2022).

Visto lo anterior, hoy en día, desde el punto de vista pedagógico, para alcanzar los objetivos de la enseñanza, un principal punto focal es la atención de la nutrición del infante, donde deben converger los esfuerzos del sistema educativo, el docente, los padres y el propio alumno, como una estrategia didáctica para lograr un óptimo desarrollo cognitivo, el cual va a determinar el aprendizaje para un exitoso desempeño académico y social de los niños.

Metodología

El estudio se enmarca en una investigación cualitativa bajo la modalidad de una investigación documental, definida por el autor Arias Odón, (2023) como un proceso dirigido a la búsqueda de nuevos conocimientos mediante la recuperación, análisis e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y publicados por otros investigadores o instituciones científicas en fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicas. La misma se desarrolla como finalidad de determinar el rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de Educación Inicial y Elemental.

La población en este caso correspondió a las fuentes documentales obtenidas en línea de plataformas digitales de naturaleza científica y académica. Para efectos de la muestra, se obtuvo de acuerdo con los criterios preestablecidos como año de publicación de reciente data, resumen relevante, idioma español e inglés, contenido relevante, pertinente y directamente relacionado con la temática, se seleccionó una muestra de ocho (05) publicaciones, mismas que cumplieron los parámetros establecidos con antelación.

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

Para recabar información pertinente al tema sobre la muestra, se utilizó como buscador Google Académico, el cual permitió acceder a fuentes bibliográficas bajo el formato de artículos, informes y libros electrónicos en de revistas indexadas como Scielo, Educare, Analítica, páginas web de organismos como la OMS, UNICEF, UNESCO, ACNUR, FAO, Ministerio de Educación del Ecuador, entre otras.

La información obtenida a partir de las fuentes documentales consultadas se analizó mediante la técnica del análisis de contenido, el cual según el autor Ruiz Bueno, (2021) se sustenta en el registro y el contexto de aquello que se está analizando, de este modo, se puede decir que el proceso de registro es un procedimiento por el que cada unidad de registro es codificada y descrita de forma analizable.

Resultados

(Lima, Hernández, & Martínez, 2023)	El docente de Biología como promotor de la educación alimentaria y nutricional	La educación alimentaria y nutricional en la formación de profesores de Biología constituye una problemática actual que demanda atención mediante la investigación, siendo asumida como un reto en el siglo XXI, ya que este, una vez insertado en la escuela, debe contribuir a la educación para la salud y dentro de ella a la educación alimentaria y nutricional de los estudiantes. <u>Como parte de la formación de los docentes de Biología, la educación alimentaria y nutricional ha estado implícita o explícita en los planes de estudio y programas formativos. Su presencia como área de contenido de la educación para la salud caracteriza el rol del docente de Biología como promotor de salud en la escuela y la comunidad.</u> El artículo que se presenta forma parte del resultado de una investigación doctoral defendida, dirigida a la educación alimentaria y nutricional en la carrera Licenciatura en Educación. Biología. El objetivo es describir las potencialidades del docente de Biología para la educación alimentaria y nutricional de los estudiantes. Dentro de los métodos teóricos de la ciencia utilizados se encuentran el histórico-lógico, el analítico-sintético y el inductivo-deductivo,
-------------------------------------	--	---

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

- (Pinto & Balderas, 2022) Pinto, A. ; Balderas, K. Enfoques y estrategias pedagógicas de la educación alimentaria, HACEDOR, 2022
- como método empírico la revisión de documentos
- El objetivo de este trabajo fue conocer los enfoques y las estrategias desarrolladas para la enseñanza-aprendizaje de la alimentación saludable. Se recopilaron 23 artículos y tres libros publicados entre 2011-2020, y se analizaron mediante un proceso de categorización deductivo-inductivo. Con base en esto, fue posible identificar dos enfoques de la educación alimentaria denominados: nutricionista y sociocultural. Respectivamente, estos enfoques se relacionan con el conductismo y el constructivismo. En conclusión, los problemas en las prácticas de alimentación aún deben analizarse y abordarse desde un enfoque educativo, ya que las estrategias pedagógicas que se han desarrollado se basan en el conocimiento del campo nutricionista y sociocultural.
- (Lima, Hernández, Martínez-, & Suárez, 2021) Estudio exploratorio de la educación alimentaria y nutricional en la formación del profesor de Biología
- El desarrollo de una correcta educación alimentaria y nutricional, no puede considerarse de ninguna manera tarea sencilla, ya que implica lograr transformaciones en los hábitos alimentarios. Es necesario modificar maneras de pensar y actuar relacionados con la selección de los alimentos.
- Corresponde a todos los profesionales de la educación y fundamentalmente a los de Biología, la responsabilidad de entrenar y educar a los estudiantes en modos de vida saludables, en función de sus propios conocimientos, y aplicarlos en su vida cotidiana con el objetivo de mantener una elevada calidad de vida. Esto solo se logra con la actuación pertinente de las nuevas generaciones de Licenciados en Educación. Biología.
- (Mata, Morales, Vaca, & Castro, 2019) Evaluación del estado nutricional de adolescentes en una Unidad Educativa de Ecuador
- La presente investigación valoró el estado nutricional de 120 adolescentes de 14 a 18 años del Centro Educativo “Jerusalén” de la ciudad de Milagro, Ecuador, a través de la medición del perímetro abdominal, Índice de Masa Corporal (IMC) para la edad y una encuesta de frecuencia

El rol de los docentes en la implementación de un plan nutricional y su impacto en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de educación inicial y elemental

de consumo alimentario. Sus resultados indicaron que 72,5% de la muestra está normopeso, la relación IMC/obesidad abdominal reveló que 7,1% de las adolescentes con sobrepeso presentó obesidad abdominal y 64,3% riesgo de obesidad abdominal, para los varones obesos y con sobrepeso el riesgo de obesidad abdominal fue de 57,1% y 62,5% respectivamente; el 50% de los adolescentes con IMC normal presentó riesgo de obesidad abdominal y 4% obesidad abdominal, en las adolescentes

fue de 48,9% y 2,2% respectivamente, 22% de las adolescentes manifestó sobrepeso y 14% de los varones tenían obesidad; en cuanto a hábitos alimentarios, 90% consume comida chatarra y snacks durante la colación. Estas cifras apuntan, al riesgo de manifestaciones tempranas de enfermedades metabólicas, de alto costo social y económico para la familia y el estado, lo que amerita la urgente implementación de políticas nutricionales que mejoren la calidad de vida de la población adolescente considerando su entorno integral

(Tejedor, Pérez, El lenguaje y la
Mijancos, & González, educación alimentaria.
2019) Resultados de un
cuestionario poblacional.

Se sugiere que la educación alimentaria se desarrolle mediante juegos serios; es decir, que combinen la formalidad de los contenidos y la diversión. De esta forma, se busca que los infantes encuentren amena la adquisición de conocimientos básicos sobre lo que deben comer para obtener los nutrientes necesarios en su desarrollo. De modo semejante, precisan en que, la promoción de hábitos de vida saludable para infantes se debe efectuar a través de estrategias educativas apegadas a los gustos lúdicos y a las capacidades cognitivas de quienes aprenden. Asimismo, sostienen que la promoción de estilos de alimentación saludable desde la edad temprana es efectiva siempre que se empleen métodos recreativos de enseñanza, con actividades individuales y grupales, distribuidas a lo largo de todo el ciclo escolar de nivel básico.

Discusión

Al observar los resultados se tiene que (Mata, Morales, Vaca, & Castro, 2019) encontró en Ecuador que en cuanto a hábitos alimentarios, 90% consume comida chatarra y snacks durante la colación. Estas cifras apuntan, al riesgo de manifestaciones tempranas de enfermedades metabólicas, de alto costo social y económico para la familia y el estado, lo que amerita la urgente implementación de políticas nutricionales que mejoren la calidad de vida de la población adolescente considerando su entorno integral.

Desde estas ideas se tiene que para (Lima, Hernández, & Martínez, 2023) la formación docente con contenidos referidos a aspectos nutricionales es indispensable, ya que su presencia como área de contenido de la educación para la salud caracteriza el rol del docente de Biología como promotor de salud en la escuela y la comunidad. Sobre este mismo aspecto (Pinto & Balderas, 2022) manifiestan que los problemas en las prácticas de alimentación aún deben analizarse y abordarse desde un enfoque educativo, ya que las estrategias pedagógicas que se han desarrollado se basan en el conocimiento del campo nutricionista y sociocultural.

En relación a los autores mencionados, (Alemán, Castillo, Ramírez, Urestí, & Velázquez, 2019) sugieren que la educación alimentaria se desarrolle mediante juegos serios; es decir, que combinen la formalidad de los contenidos y la diversión. De esta forma, se busca que los infantes encuentren amena la adquisición de conocimientos básicos sobre lo que deben comer para obtener los nutrientes necesarios en su desarrollo. De modo semejante (Maiz, Urdaneta, & Alliot, 2018), precisan en que, la promoción de hábitos de vida saludable para infantes se debe efectuar a través de estrategias educativas apegadas a los gustos lúdicos y a las capacidades cognitivas de quienes aprenden. Asimismo, (Troncoso, 2019) sostienen que la promoción de estilos de alimentación saludable desde la edad temprana es efectiva siempre que se empleen métodos recreativos de enseñanza, con actividades individuales y grupales, distribuidas a lo largo de todo el ciclo escolar de nivel básico.

Conclusión

Los resultados de la revisión documental sustentan que, la educación es un medio idóneo para ayudar a reducir los problemas de malnutrición causados por las prácticas inadecuadas de alimentación. Diferentes puntos de vista presentados en esta investigación coinciden al respecto. Precisan en que,

se debe educar empleando estrategias lúdicas realizadas mediante un programa adecuadamente diseñado, ya que se trata de modificar patrones de consumo mediante un proceso gradual, motivador y significativo, a nivel individual y grupal, brindando conocimientos, habilidades y valoraciones.

Asimismo, esta investigación bibliográfica, permite afirmar que, las estrategias educativas en esta área se han diseñado para inculcar la toma de decisiones alimentarias a partir de valorar las propiedades de los diferentes alimentos. También, para fomentar la participación familiar y social en la compra, cocinado y servido de las comidas. Adicionalmente, pretenden desarrollar un sentido de responsabilidad ambiental, para que se elija consumir aquello que disminuya el impacto en el medio ambiente.

Referencias

1. ACNUR. (2018). Influencia de la nutrición infantil en el rendimiento escolar. Organización de las Naciones Unidas para los refugiados (ACNUR), https://eacnur.org/es/blog/influencia-de-la-nutricion-infantil-en-el-rendimiento-escolar-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst.
2. Agencia de Salud Pública de Cataluña. (2020). La alimentación saludable en la etapa escolar. Guía para familias y escuelas. Barcelona, España: Agencia de Salud Pública de Cataluña. Pág. 86.
https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacion_etapa_escolar.pdf.
3. Alba López, M., Estudillo, A., Jaramillo, J., Rodríguez, O., & Vázquez, D. (2022). Nutrición, la clave para un mejor rendimiento cognitivo. TEPEXI Boletín Científico de la Escuela Superior Tepeji del Río; Vol. 9, No. 17. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/tepxi/article/view/7957>, pp.18-27.
4. Alemán, S., Castillo, O., Ramírez, J., Urestí, R., & Velázquez, G. (2019). Aplicación de un juego de mesa para enseñar conceptos de nutrición y actividad física a niños de escuela primaria y secundaria. CIENCIA ergo-sum., 25(2), 1-11. <https://doi.org/10.17951/ce.2019.25.2.1-11>.
5. Arias Odón, F. (2023). Investigación documental, investigación bibliométrica y revisiones sistemáticas. REDHECS; 31(22).

- https://www.researchgate.net/publication/378857493_Investigacion_documental_investigacion_bibliometrica_y_revisiones_sistematicas, pp.9-28.
6. Carbajal Azcona, Á. (2018). Manual de Nutrición y Dietética. Universidad Complutense de Madrid. España. <https://www.ucm.es/data/cont/docs/458-2018-01-10-cap-14-alimentos-2018.pdf>, pp.73.
 7. Constitución de la República del Ecuador. (2021). Decreto Legislativo 0. Registro Oficial 449 de 20-oct.-2008. Última modificación: 25-ene.-2021. https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador_act_ene-2021.pdf, pp.219.
 8. FAO. (2011). La Importancia de la Educación Nutricional. Grupo de Educación Nutricional y Sensibilización del Consumidor de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO). Roma, Italia. <https://www.fao.org/ag/humannutrition/31779-02a54ce633a9507824a8e1165d4ae1d92.pdf> , pp.16.
 9. González, H., & Visentin, S. (2015). Nutrientes y neurodesarrollo: Lípidos. Actualización. Sociedad Argentina de Pediatría. https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/primer/2016/Act_Gonzalez_anticipo_12-9-16.pdf.
 10. Hermida, P., Barragán, S., & Rodríguez, J. (2017). La educación inicial en el Ecuador: margen extensivo e intensivo. Analítica, Revista de análisis estadístico, Vol. 14 (2), <https://www.ecuadrencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Revistas/Analitika/volum-multimedia/ANALitika14/files/assets/downloads/page0015.pdf>, pp.1-40.
 11. ICEPH. (2021). Manual La nutrición en los niños y su influencia en el aprendizaje. Fundación Instituto de Capacitación y Especialización Padre Hurtado (ICEPH). Santiago de Chile. <https://www.iceph.cl/wp-content/uploads/2021/11/Manual-La-nutricion-y-el-aprendizaje.pdf>, pp.1-14.
 12. Lima, A., Hernández, A., & Martínez, L. (2023). El docente de Biología como promotor de la educación alimentaria y nutricional. 15(Especial), . Opuntia Brava,, 181-191. Recuperado a partir de <https://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php>.

13. Lima, A., Hernández, A., Martínez-, L., & Suárez, A. (2021). Estudio exploratorio de la educación alimentaria y nutricional en la formación del profesor de Biología. *Atenas*, 1(53), 125-138.
14. Lomas, K., Trujillo, C., Guzman, X., & Paz, M. (2024). Relación entre la alimentación saludable y el aprendizaje de los niños y niñas de educación Inicial del CEI Martín González del cantón Cayambe-Ecuador. *Emergentes - Revista Científica*, Volumen 4, Número 1, Paraguay. DOI: <https://doi.org/10.60112/erc.v4i1.120>, pp. 390-410.
15. Maiz, E., Urdaneta, E., & Alliro, X. (2018). La importancia de involucrar a niños y niñas en la preparación de las comidas. *Nutrición Hospitalaria*, 35(4), 136-139. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.2139>.
16. Martínez, R., Jiménez, A., López, A., & Ortega, R. (2018). Estrategias nutricionales que mejoran la función cognitiva. *Nutr Hosp*;35 (N.º Extra. 6). DOI: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.2281>. <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v35nspe6/1699-5198-nh-35-nspe6-00016.pdf>, pp.16-19.
17. Mata, M., Morales, S., Vaca, C., & Castro, M. (2019). Evaluación del estado nutricional de adolescentes en una Unidad Educativa de Ecuador. *10(25)*, 1-12.: *Revista Ciencia UNEMI*.
18. Ministerio de Educación del Ecuador. (2019). Educación General Básica. Currículo de los Niveles de Educación Obligatoria. Subnivel Elemental. Quito, Ecuador: Ministerio de Educación del Ecuador. Segunda Edición. Pág. 479. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/09/EGB-Eelemental.pdf>.
19. Ministerio de Educación del Ecuador. (2021). Cartilla 1. Alimentación Saludable. Quito-Ecuador: Ministerio de Educación del Ecuador. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/10/Cartilla-1-Alimentacion-Saludable.pdf>.
20. Mora Diaz, L., & Arcos Guevara, M. (2021). Conocimientos de nutrición infantil en docentes de educación inicial. *Revista Educare*; vol. 25, núm. 1, <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/375/3752262007/html/>.
21. OHCHR. (2010). El derecho a la alimentación adecuada. Folleto informativo Nro. 34. Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (OHCHR). Ginebra, Suiza. <https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/Publications/FactSheet34sp.pdf>, pp.66.

22. Pinto, A., & Balderas, K. (2022). Enfoques y estrategias pedagógicas de la educación alimentaria, . HACEDOR, <http://portal.amelica.org/ameli/journal/580/5803520010/html/>.
23. Ros Arnal, I., & Botija Arcos, G. (2023). Nutrición en el niño en la edad preescolar y escolar. *Protoc diagn ter pediatri*; (1). https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/37_nutricion_escolar.pdf, pp.455-466.
24. Ruiz Bueno, A. (2021). El contenido y su análisis: Enfoque y proceso. Universidad de Barcelona. España. https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/179232/1/El_contenido_su_analisis_2021.pdf, pp.1-22.
25. Tejedor, F., Pérez, B., Mijancos, M., & González, P. (2019). El lenguaje y la educación alimentaria. Resultados de un cuestionario poblacional. . *Revista Española de Comunicación en Salud.*, 10(1), 30-41. <https://doi.org/10.20318/recs.2019.4335>.
26. Troncoso, C. (2019). Comidas tradicionales: un espacio para la alimentación saludable. . *Perspectivas en Nutrición Humana.*, 21(1), 105-114. <https://doi.org/10.17533/udea.penh.v21n1a08>.
27. UNESCO. (2024). Salud y nutrición escolares. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). <https://www.unesco.org/es/health-education/nutrition>.
28. UNICEF. (2019). Estado Mundial de la Infancia 019. Niños, alimentos y nutrición. Crecer bien en un mundo en transformación. Resumen Ejecutivo. Nueva York, Estados Unidos: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). ISBN: 978-92-806-5001-3. <https://www.unicef.org/media/61091/file/Estado-mundial-infancia-2019-resumen-ejecutivo.pdf>.
29. UNICEF. (2020). Para cada infancia, nutrición. Estrategia de Nutrición de UNICEF para 2020–2030. Nueva York, NY, Estados Unidos de América: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Pág. 110. <https://www.unicef.org/media/111486/file/%20Nutrition%20Strategy%202020-2030%20.pdf>.