

## Importancia de la inclusión de la asignatura Nutrición en el currículo de la Carrera de Educación Inicial

### *Importance of Nutrition as a subject in the Curriculum of Initial Education*



Silvia Rosa Pacheco Mendoza <sup>1</sup>

[silvirosi7417@hotmail.com](mailto:silvirosi7417@hotmail.com)

<https://orcid.org/0000-0003-4945-1489>

Universidad Estatal de Bolívar UEB | Guaranda - Ecuador | CP 020101

Nibia Noemí Novillo-Luzuriaga <sup>2</sup>

[nnovillo@unemi.edu.ec](mailto:nnovillo@unemi.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0001-8919-5040>

Universidad Estatal de Milagro | Milagro - Ecuador | CP 091050



[silvirosi7417@hotmail.com](mailto:silvirosi7417@hotmail.com)

<http://dx.doi.org/10.26423/rcpi.v10i1.566>

Páginas: 170-179

### RESUMEN

La Nutrición influye directamente sobre el desarrollo físico, intelectual y emocional de los niños. El objetivo del presente trabajo es establecer la importancia de incluir de la Nutrición como asignatura en el currículo de la carrera de Educación Inicial. La metodología se enmarca en una investigación de tipo descriptiva de enfoque cuantitativo. Su desarrollo se realiza como una investigación de tipo documental, la búsqueda de la información se fundamenta en recursos científicos y académicos de alto reconocimiento e impacto. Entre los análisis más importantes además de la revisión bibliográfica que sustenta el desarrollo del presente estudio, se realizó el estudio de los currículos de 23 Universidades del Ecuador que tienen la oferta académica de Educación Inicial, encontrándose que solo 9 cuentan con la asignatura de Nutrición, la mayoría de las carreras que tienen la asignatura son de Universidades Estatales. Como conclusión y en base al sustento científico acerca de la importancia de la Nutrición principalmente en los 5 primeros años de vida, debería ser incluida como asignatura en la formación de los profesionales en Educación inicial.

**Palabras clave:** Educación Inicial, nutrición, preescolares.

### ABSTRACT

Nutrition directly influences the physical, intellectual, and emotional development of children. The present work aims to establish the importance of the inclusion of Nutrition as a subject in the curriculum of Initial Education. The methodology is part of descriptive research with a quantitative approach. Its development is carried out as a documentary-type investigation. The search for information is based on scientific and academic resources of high recognition and impact among fundamental analyses. In addition to the bibliographical review that supports the development of the present study, the study of the curricula of 23 Ecuadorian Universities that have the academic offer of Initial Education was carried out, finding that only 9 of them have Nutrition as part of the curricula. Among them are State Universities. In conclusion and based on the scientific support about the importance of Nutrition, mainly in the first five years of life, it should be included as a subject in the training of professionals in Initial Education.

**Keywords:** Early Childhood Education, nutrition, preschoolers.

Recepción: 29 marzo 2022 | Aprobación: 21 diciembre 2022 | Publicación: 23 diciembre 2022

<sup>1</sup> Doctora en Educación, por la Universidad Mayor de San Marcos - Perú.

<sup>2</sup> Magister en Nutrición Infantil, por la Universidad Particular de Especialidades Espíritu Santo - Ecuador.

## INTRODUCCIÓN

La educación dentro del contexto actual requiere adecuarse a las necesidades del medio en que se desarrolla, estas implican, además del conocimiento científico de las áreas básicas y profesionalizantes propias de cada área de la educación, la comprensión de dificultades y carencias por la que atraviesan los educandos, las mismas que pueden ser revertidas a través de la educación. Tal es el caso de la educación en Nutrición, que en la actualidad su conocimiento resulta imprescindible incluir en la formación del educador inicial por constituirse una de las áreas que influyen directamente sobre el desarrollo físico, intelectual y emocional de los niños.

En 2018, casi 200 millones de niños menores de cinco años sufrían de retraso en el crecimiento o emaciación, mientras que al menos 340 millones sufrían de hambre oculta. El sobrepeso y la obesidad están en aumento. Entre 2000 y 2016, la proporción de niños con sobrepeso de 5 a 19 años aumentó del 10% a casi el 20%. (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), 2019). Cada año la malnutrición incrementa significativamente, generando consecuencias a largo plazo, tanto en el retraso de crecimiento de los niños como los procesos básicos que intervienen en el progreso y maduración. (Cajina Pérez, 2020)

La alimentación es un factor de vital importancia en la salud mental y física del individuo ya que sin ella no sería posible desarrollar habilidades físicas e intelectuales. (Arzapalo- Salvador Fiorella, Pantoja-Villalobos Katerine, Romero- López Jacqueline, 2011). Tanto los padres como la influencia de los educadores, de los niños y de los comedores escolares, van a tener un papel decisivo en la adquisición de hábitos de alimentación saludables. (Polanco Allué, 2005).

La Educación en Alimentación y Nutrición debe orientarse a potenciar o modificar los hábitos alimentarios, involucrando a todos los miembros de la comunidad educativa; niños, padres, maestros y directivos. Educar sobre la necesidad e importancia de una buena alimentación implica: descubrir y erradicar creencias, mitos y conductas erróneas; promoviendo una mayor consciencia sobre las múltiples funciones o roles que juega o debe jugar la alimentación en las diversas esferas de la vida, la salud, los aprendizajes, la producción, distribución y consumo de alimentos; y el énfasis que la educación debe asumir, sobre todo en la infancia, en el fomento de conceptos, actitudes y conductas claras y fundamentales sobre la alimentación. (De La Cruz Sánchez, 2015).

La escuela, sobre todo la de formación inicial, tiene un papel fundamental en la formación de hábitos de alimentación adecuados, su énfasis, entonces, se debe avocar a erradicar las prácticas inadecuadas y los mitos en torno a los alimentos, y promover un mayor sentido crítico con relación a la alimentación. Un recurso para lograr estos propósitos lo constituye la alimentación del niño en la escuela, las prácticas y las estrategias

educativas que se desarrollan en torno a ella, su reforzamiento permanente, mayor diversificación en las actividades propuestas, vinculadas a las otras áreas del aprendizaje y que cuenten con la participación de la familia. Para ello el docente debe estar plenamente consciente que sus gustos, valores y actitudes influyen en el comportamiento del niño ante los alimentos. (De La Cruz Sánchez, 2015). Capacitación a los docentes en temas como actitudes, habilidades, procedimientos, valores, comportamiento, conceptos hechos, normas de salud que se consideran relevantes para su población escolar. (Gutiérrez Duarte & Ruiz León, 2018)

El conocimiento de hábitos alimenticios saludables que adquiera el profesional en educación inicial indudablemente repercutirá en la salud integral de los niños, la infancia es la etapa de vida en el que el niño experimenta cambios fundamentales que serán de gran importancia para su etapa adulta.

Si bien, disciplinadamente, se espera que el docente cuente con un bagaje conceptual actualizado en relación al desarrollo integral de la infancia y a las tendencias propias de su disciplina, los mayores retos del educador están en propiciar acciones conducentes a reconocer los ritmos de aprendizaje de los niños y niñas, garantizar la estimulación en sus diferentes dimensiones, reconocer los cambios cualitativos y cuantitativos, así como apoyar la detección temprana de alteraciones del desarrollo, esto último encaminado además a propender por la prevención y promoción de la salud en esta etapa crucial en el desarrollo del niño, máxime cuando sus mecanismos de autocuidado aún son incipientes a esta edad. (Robledo-Castro, Amador-Pineda, & Nández-Rodríguez, 2019).

El objetivo del presente trabajo es evaluar la importancia del conocimiento de la nutrición infantil para el profesional en educación inicial a fin de poder ser incluida como asignatura en el currículo de la carrera.

## METODOLOGÍA

Con la finalidad de alcanzar las metas planteadas del estudio, y generar conocimiento, este se enmarca en una investigación de tipo descriptiva (González et al., 2016), debido a que mediante ésta se busca especificar la importancia que tiene la inclusión de Nutrición como asignatura en el currículo de la carrera de Educación Inicial. Su desarrollo se realiza como una investigación de tipo documental, debido a que se basa en la revisión de literatura, donde se hace un análisis de la información relacionada al tema de estudio. Es de enfoque cuantitativo Utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías. (Collado & Lucio, s. f., p. 37). Para ello, la búsqueda de la información se fundamenta en recursos científicos y académicos de alto

reconocimiento e impacto como ScienceDirect y Google Académico, bases de datos como Scielo (Scientific Electronic Library Online) y Redalyc (entre otros), encontrándose 25 artículos sobre la temática investigada, los cuales son analizados en su totalidad; seguidamente se realiza el estudio del contenido buscando generar un marco teórico referencial sobre la importancia de la nutrición en menores de 5 años y su inclusión en las carreras de Educación Inicial en el Ecuador.

Además, se realizó el análisis comparativo del contenido de las mallas de 23 Universidades del Ecuador que cuentan con la carrera de Educación Inicial, a fin de identificar cuales contaban con la asignatura de Educación Inicial. Cabe indicar que las mallas de las carreras se encuentran a disposición de los lectores en las páginas virtuales de cada Universidad.

## DESARROLLO

A nivel mundial, al menos uno de cada tres niños menores de cinco años no crece de manera adecuada porque sufre una o más de las tres formas más visibles de malnutrición: retraso en el crecimiento, emaciación y sobrepeso. Al menos uno de cada dos niños menores de cinco años en el mundo sufre de hambre oculta, es decir, falta de vitaminas y otros nutrientes esenciales. La malnutrición sigue afectando gravemente a los niños. En 2018, casi 200 millones de niños menores de cinco años sufrían de retraso en el crecimiento o emaciación, mientras que al menos 340 millones sufrían de hambre oculta. El sobrepeso y la obesidad están en aumento. Entre 2000 y 2016, la proporción de niños con sobrepeso de 5 a 19 años aumentó del 10% a casi el 20%. (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), 2019).

La nutrición en los primeros 1000 días de vida es la clave esencial para una futura vida sana, ya que este subgrupo de la población es propenso a los desequilibrios e insipencias dietéticas. Es de vital importancia una correcta nutrición para apoyar el crecimiento y desarrollo adecuado. Además, es importante controlar todos los trastornos nutricionales que ocurren en la gestación y en los primeros 2 años ya que subsecuentemente aumentan la morbi-mortalidad, que repercute permanentemente sobre la salud. (Bejarano, 2016).

En relación con la alimentación y específicamente a través de la absorción de los alimentos, el niño establece los primeros contactos con la realidad del mundo exterior. Comer es, además, la actividad mediante la que se desarrollan las primeras relaciones personales, y en torno a las cuales el niño experimenta y vive los primeros conflictos de entendimiento con los demás y de ruptura de comunicación. Esta situación produce en ocasiones, consecuencias profundas para su

socialización y en algunas, riesgos peligrosos que es preciso prevenir. (De La Cruz Sánchez, 2015).

Considerando que la alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales y que durante la infancia contribuyen a un desarrollo y crecimiento óptimo, así como una maduración biopsicosocial, es necesario que los niños adquieran durante esta etapa hábitos alimentarios saludables. Sin embargo, para ello es necesario considerar factores de tipo fisiológicos, sociales y familiares, donde estos últimos ejercen una fuerte influencia en los patrones de consumo. No obstante, los hábitos alimentarios se han ido modificando por factores que alteran la dinámica familiar tales como la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar y la pérdida de autoridad en cuanto a la cantidad y calidad de los alimentos que consumen los niños. Considerando la problemática presente la escuela juega un rol fundamental en la promoción de factores protectores en materia de hábitos alimentarios por lo que resulta un campo de acción en la implementación de programas nutricionales. (Martínez *et al.*, 2012).

La Educación Inicial o Preescolar comprende la atención de los niños y niñas desde su concepción hasta los 6 años. Su objetivo fundamental es contribuir con el desarrollo infantil, para lo cual se requiere ofrecerle una atención integral en un ambiente de calidad que favorezca su crecimiento y desarrollo en los aspectos físico, cognitivos, socioemocionales, psicomotrices y del lenguaje. Considera al niño o a la niña como un ser único, con necesidades, intereses y características propias del momento en el que se encuentra. (Gil G. & Sánchez G., 2014). Son acciones orientadas a potencializar al máximo el desarrollo integral de los niños de la primera infancia, considerando que durante los primeros seis años de vida el cerebro del ser humano se encuentra en las condiciones óptimas para ser estimulado como en ninguna otra etapa. (Calceto-Garavito, Garzón, Bonilla, & Cala Martínez, 2019) Los desórdenes nutricionales son reconocidos como la epidemia del siglo XXI; al respecto, la población infantil resulta una de las más afectadas con consecuencias impredecibles en los casos de niños en edad preescolar. (Abadeano Sanipatin, Mosquera Guilcapi, Coello Viñán, & Coello Viñán, 2019).

En los últimos años los problemas de carácter nutricional tanto por déficit o por exceso en los niños menores de 5 años continúan incrementándose, en esta etapa los padres constituyen los proveedores principales de la alimentación del niño, sin embargo, debido a la falta de educación nutricional, los hábitos y costumbres familiares poco saludables, esta problemática suele agravarse. Una alternativa para prevenir y mejorar los problemas de malnutrición es la educación Nutricional tanto a los preescolares y padres de familia, por ello es necesario el conocimiento básico en esta área del Educador Inicial.

En la etapa escolar, se perciben los continuos cambios tanto del crecimiento como del desarrollo físico, psíquico y social de la persona, especialmente los hábitos de vida, como la alimentación, actividad física y rutina de sueño/vigilia, etc., siendo estos unos de los factores más importantes que determinan el crecimiento y desarrollo de los niños(as). Sin embargo, en la última década se ha observado un aumento de consumo de alimentos altos en grasas y carbohidratos, como dulces, refrescos, productos industriales y snacks; además un incremento de conductas sedentarias que influyen en la salud (Torres-Lista, 2020).

Los objetivos de la alimentación del niño en edad preescolar y escolar son asegurar un crecimiento y desarrollo adecuados, teniendo en cuenta su actividad física y promover hábitos alimentarios saludables para prevenir enfermedades nutricionales a corto y largo plazo. (Polanco Allué, 2005).

En cuanto a los efectos de la mala nutrición en el rendimiento académico, tanto los padres como los educadores, e incluso los mismos alumnos, no toman consciencia de la forma en la cual están alimentando, a sus hijos no les proporcionan los nutrientes necesarios ya que su finalidad es satisfacer el hambre y no de cubrir las necesidades de proteínas y calorías que son necesarias para el crecimiento y desarrollo de un niño. (Bajaña Nuñez, Quimis Zambrano, Sevilla Alarcón, Vicuña Monar, & Calderón Cisneros, 2017). Por tanto, si el niño tiene un estado nutricional adecuado, es posible que las funciones tengan grandes posibilidades de desarrollarse adecuadamente. Si el estado nutricional fuese deficiente o inadecuado, la función no presentaría un desarrollo normal y pondría en riesgo la adaptación del menor al contexto. (Luna Hernández, Hernández Arteaga, Rojas Zapata, & Cadena Chala, 2018).

Los padres y la escuela constituyen la primera guía para los niños menores de 5 años en relación con sus hábitos, costumbres, aprendizaje, valores y principios, es prioritario que tanto los padres y profesional de la Educación Inicial tengan sólidos conocimientos en las áreas que competen en la formación del preescolar, solo así podemos en el futuro podremos tener adultos saludables desde un punto de vista físico, intelectual, psicológico y social.

En la etapa escolar, se perciben los continuos cambios del crecimiento, desarrollo físico, psíquico y social de la persona, donde la alimentación es uno de los factores más importantes que determina el crecimiento y desarrollo de los niños(as). Es por esto, que la educación es considerada como un proceso multidimensional, debido que interviene en diferentes factores sociales, cognitivos, alimenticios y de hábitos de rutinas como ejercicio físico y calidad de sueño en el proceso del aprendizaje. Es por esto, que una nutrición correcta durante la edad escolar permite a los niños(as) adquirir hábitos saludables, siendo unos de los principales objetivos para la familia y comunidad educativa.

(Torres-Lista, Herrera, Gálvez Amores, Noriega, & Montenegro, 2019).

La escuela, tiene pues, un papel fundamental a estas edades, en el aprendizaje de los buenos hábitos de alimentación. En este sentido es necesario considerar que es más fácil consolidar los hábitos saludables de manera temprana, antes que los niños y las niñas adquieran comportamientos negativos, ya que cambiar los conocimientos, las actitudes, valores y patrones de comportamiento inadecuados toma mucho más tiempo y exige también un orden o estrategia metódica, si se quiere alcanzar resultados positivos. (De La Cruz Sánchez, 2015).

El componente educativo, que debe caracterizar a la alimentación y nutrición, se debe concebir como una estrategia de formación, lo que requiere desagregar la teoría de la nutrición, en estrategias didácticas que consideren la salud desde una visión integral y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles desde su consideración nutricional, ya que a través de ella se puede prevenir en salud, formar en valores y en identidad, que permitan mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos. (De La Cruz Sánchez, 2015). Es necesario generar espacios donde se desarrolle Educación alimentaria nutricional inter y transdisciplinariamente al tiempo que se mejoren los entornos escolares. (Bruch, Retamar Malizia<sup>2</sup>, & Silvia Sorgentoni<sup>3</sup>, 2021). También son necesarias intervenciones educativas dirigidas a niños, padres y educadores para aumentar los conocimientos sobre alimentación saludable. Con intervenciones de educación alimentaria se consigue una mejora en los conocimientos de los padres, principales responsables de la alimentación de los menores. (Miguel Soriano, Aldas-Manzano, & Rodrigo-Cano, 2016). Los primeros años de vida constituyen un momento ideal para comenzar con la enseñanza sobre hábitos de vida, alimentación saludable y rutina de ejercicio físico, siendo el entorno escolar el más propicio y el cuál proporciona tiempo y recursos adecuados para poder ejecutar una intervención a medio – largo plazo que no sólo consiga un objetivo finalista, sino generar e inculcar una serie de conocimientos que se amplíen y adquieran consistencia entorno a una base sólida. (Arroyo Almodóvar, y otros, 2018).

En cuanto a la Educación Alimentaria y Nutricional, se debe nutrir especialmente en el nivel de Educación Inicial- de las propiedades sensoriales, del reforzamiento permanente, de las diversas realidades que confrontan los niños y niñas, de sus preferencias y desarrollo de su autonomía, que se inicia en la alimentación como el primer aprendizaje social del ser humano, del encuentro día a día con la alimentación y su potencialidad en el desarrollo de estrategias creativas que coadyuven a consolidar hábitos saludables de alimentación. (De La Cruz Sánchez, 2015).

En el contexto de la escuela, el/la docente a la hora de comer, debe propiciar actitudes positivas en los niños y

niñas. Es importante recordar, que éstos o éstas, tienen patrones alimenticios, y preferencias por algunas comidas que deben respetarse, siempre y cuando no representen riesgo para su salud; en uno u otro caso, debe irse corrigiendo de ser necesario con la incorporación de nuevos alimentos. (De La Cruz Sánchez, 2015).

Una alimentación y nutrición correcta durante la edad escolar permite a los niños(as) adquirir hábitos saludables, siendo unos de los principales objetivos para la familia y comunidad educativa. Por tal razón, la práctica de hábitos de vida saludable desde la infancia previene y favorecen los niveles ideales de salud, actuando diariamente en la mejora del nivel educativo y reduciendo los trastornos de aprendizaje causados por las deficiencias nutricionales. (Torres-Lista et al., 2020).

A partir de los 3-4 años, un niño puede, sin duda alguna, comer de todo, pero no sin importar cómo ni cuándo. Hay ciertos alimentos que no son recomendables ni apropiados o apreciados por el niño. En consecuencia, se le alimenta igual que a los mayores, excepto que se disminuye la ración. Se trata de un concepto erróneo que puede tener consecuencias negativas en el mantenimiento de un estado de salud adecuado y en la prevención de futuras enfermedades nutricionales como obesidad, hipertensión, hipercolesterolemia, osteoporosis, etc. (Polanco Allué, 2005).

Una malnutrición, ya sea por escaso aporte o por aumento de necesidades, puede suponer un pobre crecimiento del niño. (Polanco Allué, 2005). Se evidencia que aquellos niños con bajo peso cuentan con poca ingesta de proteínas y mayor cantidad de carbohidratos, mientras que la población de niños con obesidad tiene un mayor consumo de carbohidratos y alimentos procesados. (Escandón, Bravo Salinas, & Castillo Zhizhpón, 2019).

La tendencia a la malnutrición por exceso puede tener su explicación en la predilección cultural y la idiosincrasia de nuestro pueblo en cuanto a los hábitos alimentarios. (Cabanillas et al., 2009).

La Nutrición niños menores de cinco años, constituyen uno de los objetivos prioritario de los programas estatales, debido al incremento de los problemas de malnutrición en este grupo etario.

Se debe dar prioridad a la educación alimentaria y nutricional en las políticas públicas existentes y nuevas. Se deben promover proyectos políticos y pedagógicos que se centren en los alimentos, la educación alimentaria y nutricional, la formación docente y de especialistas en el área, y destacar la responsabilidad del Estado en la regulación de la publicidad de los productos alimenticios destinados a los niños, proponer planes y programas sobre la promoción de la educación alimentaria a todos los niveles y modalidades del sistema educativo, con mayor prioridad en la población infantil. (De La Cruz Sánchez, 2015).

La distribución dietética del niño en edad preescolar y escolar a lo largo del día debe dividirse en 5 comidas, con un 25% al desayuno (se incluye la comida de media mañana), un 30% a la comida, un 15-20% a la merienda y un 25-30% a la cena, evitando las ingestas entre horas. Al finalizar la comida debe haber recibido el 55% de las calorías diarias, ya que es el período de mayor actividad física e intelectual. La cena debe ser una comida de rescate para aportar los alimentos que no hayan sido ingeridos durante el día. (Quintana et al., 2010).

La distribución calórica debe ser de un 50-55% de hidratos de carbono (principalmente complejos y menos del 10% de refinados), un 30-35% de grasas (con equilibrio entre las grasas animales y vegetales) y un 15% de proteínas de origen animal y vegetal al 50%. (Quintana et al., 2010).

Iniciar el día con un buen desayuno contribuye a conseguir un aporte nutricional adecuado; mejora el rendimiento físico, intelectual y la actitud en el trabajo escolar; disminuye el consumo de snacks en las meriendas y puede contribuir a la prevención de la obesidad.

La omisión del desayuno interfiere en los procesos cognitivos y del aprendizaje en los niños nutricionalmente en riesgo. El desayuno debe contener hidratos de carbono complejos y pocos alimentos ricos en lípidos. Se aconseja la tríada compuesta por lácteos (leche, yogurt), cereales o pan y frutas frescas, hasta alcanzar un 20-25% de las necesidades energéticas diarias. Es conveniente dedicar al desayuno entre 15-20 minutos de tiempo, sentados en la mesa, en lo posible con la familia. (Comité de Nutrición de la Sociedad Uruguaya de Pediatría, 2004).

Es importante destacar que, si un niño no desayuna de forma adecuada, no podría rendir en la escuela debido a la hipoglucemia que se produce en su organismo; necesitará, por tanto, alimentos durante el recreo, de los cuales preferirá productos de elaboración industrial y dulces, alimentos apetecidos por los niños que no exige una preparación previa. (Nuria Burgos, 2007).

Por ello, la Educación en Alimentación y Nutrición debe orientarse a potenciar o modificar los hábitos alimentarios, involucrando a todos los miembros de la comunidad educativa; niños, padres, maestros, directivos y sociedad en general. Educar sobre la necesidad e importancia de una buena alimentación implica: descubrir y erradicar creencias, mitos y conductas erróneas; el conocimiento, el respeto y la valoración de la cultura gastronómica; concientizar sobre las diversas funciones o roles que juega o debe jugar la alimentación en la vida, la salud, los aprendizajes, la producción, distribución y consumo de alimentos; fomentar conceptos, actitudes y conductas claras y fundamentales sobre la alimentación. (De La Cruz Sánchez, 2015). Se recomienda elaborar, programar y ejecutar actividades educativas (escuela de padres) en la institución de estudio, sobre temas relacionados con la nutrición y alimentación de los

niños, dirigidos especialmente a padres de familia de nivel inicial; asimismo, brindar capacitación a la plana docente de la institución educativa respecto al tema. (Tarazona Rueda, 2021).

## RESULTADOS

partir de la búsqueda de información en las bases de datos, se analizan treinta y un artículos encontrados en las bases de datos; por su contenido relacionado al tema investigado, agrupándose en cinco temáticas principales:

**Tabla 1.** Temáticas analizadas

| Temáticas analizadas   | N° de artículos |
|--|-----------------|
| Importancia de la alimentación y Nutrición en los niños preescolares y escolares | 11              |
| Nutrición y rendimiento escolar  | 5               |
| Hábitos alimentarios en los niños de edad escolar                                | 6               |
| Educación Nutricional dentro del contexto de la educación Inicial                | 5               |
| Currículo de Educación inicial   | 4               |

Además, se realizó la revisión de las mallas de 23 Universidades del Ecuador que tienen la carrera de Educación Inicial dentro de su oferta académica y se obtuvo los siguientes resultados:

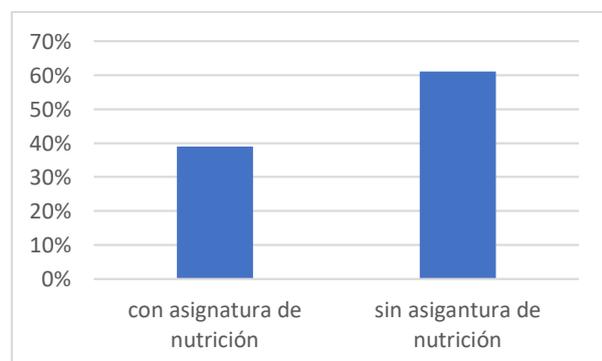
Nueve carreras de Educación Inicial del Ecuador tienen la asignatura de Nutrición o Nutrición Infantil dentro de su malla.

Catorce carreras de Educación Inicial del Ecuador no tienen la asignatura de Nutrición o Nutrición Infantil dentro de su malla.

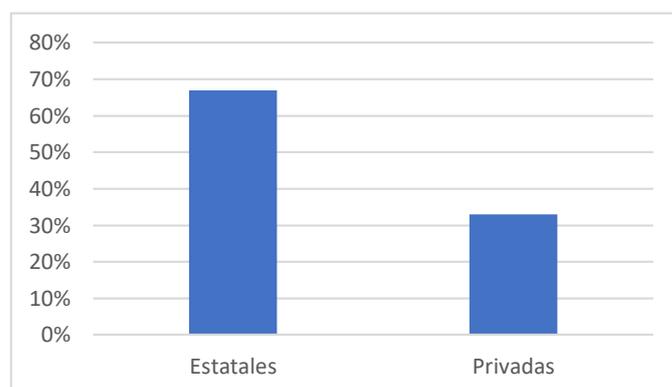
De las nueve carreras de Educación Inicial del Ecuador que tienen la asignatura de Nutrición en su malla, tres son particulares y seis son estatales.

De las catorce carreras de Educación Inicial del Ecuador que no cuentan con la asignatura de nutrición en la malla, cinco son Universidades privadas y los nueve restantes son Estatales.

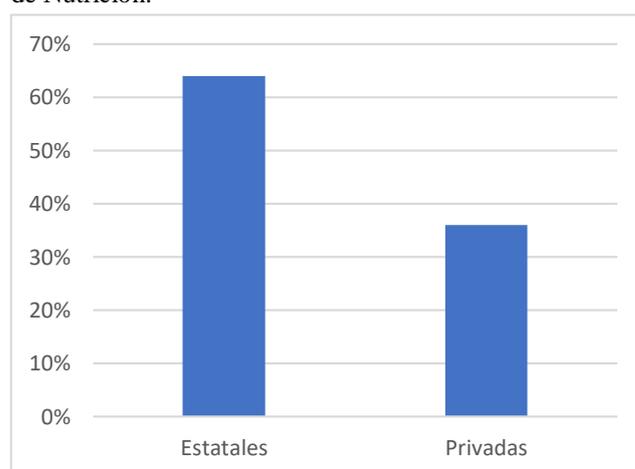
### Análisis de mallas de Educación Ecuador



**Figura 1.** Carreras de Educación Inicial del Ecuador



**Figura 2.** Carreras de Educación Inicial con asignatura de Nutrición.



**Figura 3.** Carreras de Educación Inicial sin asignatura de Nutrición.

## DISCUSIÓN

Resulta relevante la relación entre la nutrición y el desarrollo y crecimiento del niño sobre todo en sus primeros 5 años de vida, esto influye inminentemente en su rendimiento escolar no solamente en esta etapa sino también en su futuro. Según (Amador, s. f.-a), se puede asumir que, si un niño llega a la edad escolar después de haber padecido desnutrición crónica en sus primeros años, retardo en el crecimiento probablemente tendrá atraso en su desarrollo cognoscitivo, criterio que comparte con (Calceto-Garavito, Garzón, Bonilla, & Cala Martínez, 2019), quien además asevera que es bien factible que su rendimiento educativo se vea afectado negativamente en alguna forma e intensidad, que tanto la capacidad intelectual como el desarrollo de la motricidad fina y gruesa, ya que estas dependen del estado nutricional de los infantes y por tanto se sugiere una relación entre la nutrición y el desarrollo psicomotor y cognitivo.

La responsabilidad de que el proceso se realice de manera óptima depende en primera estancia de los padres o cuidadores, sin embargo, muchas veces y por diversas razones no se realiza de manera exitosa. Los autores (Gil G. & Sánchez G., 2019) y (Bruch et al., 2021) coinciden que, la edad infantil que corresponde a la etapa escolar de educación inicial es de fundamental importancia para el desarrollo y crecimiento del niño, por lo cual resulta pertinente el conocimiento sobre nutrición tanto para educadores como para padres o cuidadores criterios que coinciden con (Polanco y Allué, s. f.) y (Tarazona Rueda, 2021) quienes indican que nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable presenta relación significativa e inversa con el P/E y P/T en niños de 3 a 5 años, para (Bruch et al., 2021) los resultados de sus análisis muestran que el estado nutricional está asociado con la intensidad de la asistencia a clases de los preescolares.

En este contexto el educador inicial juega un papel predominante, ya que él será el indicado para guiar a los niños y a los padres sobre hábitos saludables. Debido a la importancia del tema es prioritario la inclusión dentro del currículo de la carrera de educación Inicial a la asignatura de Nutrición a fin de que los profesionales de esta área obtengan conocimientos sólidos en el tema y constituyan entes multiplicadores de conocimientos. Sin embargo, no todas las mallas de la carrera de Educación Inicial incluyen a la Nutrición como asignatura, de 23 Universidades que tienen esta carrera tan solo 9 es decir un 39% cuentan con esta asignatura, Para (Llorent-Bedmar & Cobano-Delgado, 2019) el alumnado en educación inicial estima muy necesaria la formación en educación para la Salud infantil, calificando como deficitaria la recibida en los planes de estudio oficiales, por lo que propone se implante con carácter obligatorio una completa y adecuada educación para la salud en la formación del profesorado. Bruch considera que considera necesario establecer educación alimentaria nutricional de manera transversal en todas las

instituciones educativas públicas y privadas, con abordaje inter y transdisciplinario. Para (López Robles et al., 2019) se pueden aplicar métodos de educación nutricional grupal interactiva sin embargo los docentes, preocupa la poca participación e involucramiento identificado, dado su rol como formadores de hábitos, para incentivar y movilizar a sus estudiantes a la adopción de hábitos saludables, tal vez sea por el recargo en las funciones docentes, o a nuestro criterio podría ser también por el desconocimiento sobre el tema. Según (Álvarez, 2019) se muestran dificultades en la preparación de los docentes para transformar los contextos educativos que permitan la atención del estudiantado en correspondencia con sus necesidades.

Para (Amador, s. f.-b) los hábitos alimentarios de los preescolares se caracterizaron por una alimentación hiperglucídica e hipoproteica, alta en sodio, deficiente en hierro y zinc, evidenciando baja calidad nutricional en los alimentos consumidos, coincidiendo en su criterio con (Carro, 2007) quien además indica que existe un alto consumo de productos industriales y precocidos, e incorporación de bebidas gaseosas en sustitución de agua. Para (López Robles et al., 2019) es de vital importancia dar a conocer cómo llevar una buena alimentación desde los primeros años de edad, por ello se hará hincapié en cómo trabajar la alimentación en la escuela, qué estrategias utilizar para favorecer dichos hábitos en el alumnado.

## CONCLUSIONES

Numerosa Bibliografía fundamenta la relación entre el estado nutricional y un mejor desempeño cognitivo, la cual tiene una relevancia fundamental en los primeros 5 primeros años de vida. Este periodo coincide con la incorporación de los niños a la etapa escolar, es decir con el ingreso a la educación inicial.

La responsabilidad de un óptimo desarrollo y crecimiento de los niños dependerá de todos los actores que formen parte de su contexto.

Adquiere una fundamental relevancia, como formador y orientador el Educador inicial, por lo cual debe adquirir los conocimientos sobre Nutrición que le permitan afrontar las necesidades tanto de niños como de padres sobre este tema. Resulta prioritario incluir la asignatura de Nutrición dentro de la malla de Educación Inicial.

Con base a lo expuesto, se realizó la revisión de las mallas de 23 Universidades del Ecuador que tienen la carrera de Educación Inicial dentro de su oferta académica, de las cuales 15 Universidades son estatales es decir 65% y 8 particulares es decir un 35%.

De las 23 mallas de Educación Inicial, 9 es decir un 39% de las carreras contaban con la asignatura de Nutrición o Nutrición Infantil.

Un 61% es decir 14 carreras de Educación Inicial del Ecuador no tienen la asignatura de Nutrición o Nutrición Infantil dentro de su malla.

De las 9 carreras de Educación Inicial del Ecuador que tienen la asignatura de Nutrición en su malla, 3 son particulares y 6 son estatales.

De las 14 carreras de Educación Inicial del Ecuador que no cuentan con la asignatura de nutrición en la malla, 5 son Universidades privadas y los 9 restantes son Estatales.

Se debería unificar criterios sobre la inclusión de las asignaturas como Nutrición dentro de las mallas de las carreras de Educación Inicial en base a las necesidades del contexto que rodean a grupos prioritarios como son los niños menores de cinco años.

## REFERENCIAS

- Abadeano Sanipatin, C., Mosquera Guilcapi, M., Coello Viñán, J., & Coello Viñán, B. (2019). Alimentación saludable en preescolares: un tema de interés para la salud pública. *Revista Eugenio Espejo*, 13(1). doi:<https://doi.org/10.37135/ee.004.06.09>
- Álvarez, I. G. (2019). *IMPLEMENTACIÓN DE LA INCLUSIÓN EDUCATIVA EN LA CARRERA EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIVERSIDAD METROPOLITANA DEL ECUADOR*.
- Amador, Y. D. (s. f.-a). Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares. *Revista Cubana de Enfermería*.
- Arzapalo- Salvador Fiorella, Pantoja- Villalobos Katerine, Romero- López Jacqueline, F.-P. G. (2011). Estado nutricional y rendimiento escolar de los niños de 6 a 9 años de asentamiento humano. In *Revista Enfermería Herediana* (Vol. 4, Issue 1, p. 8). <http://repebis.upch.edu.pe/articulos/reh/v4n1/a5.pdf>
- Arroyo Almodóvar, P., León Caro, M., Arroyo Almodóvar, P., Martín González, J., Párraga Espín, M., & Rodríguez Rodrí, I. (2018). Programa de intervención en educación nutricional, hábitos y estilos de vida saludable en población preescolar y su ámbito familiar. *Fundación Index*. Obtenido de <http://ciberindex.com/index.php/lc/article/view/e11628/e11628>
- Bajaña Nuñez, R., Quimis Zambrano, M., Sevilla Alarcón, M., Vicuña Monar, L., & Calderón Cisneros, J. (2017). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. *FACSalud UNEMI*, 1(1). doi:<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8360vol1iss1.2017pp34-39p>
- Bejarano, S. J. L. (s. f.). *CORPORACIÓN MUNICIPAL DEL MUNICIPIO DE YAMARANGUILA DEPARTAMENTO DE INTIBUCÁ*.
- Bruch, V., Retamar Malizia<sup>2</sup>, N., & Silvia Sorgentoni<sup>3</sup>, I. (Enero - Junio de 2021). 107 Educación Alimentaria Nutricional (Ean) Como Contenido Transversal En Perspectiva De Política Pública En Instituciones De Nivel Inicial Y Primario De La Ciudad De Rosario, Provincia De Santa Fe. *Revista De La Escuela De Ciencias De La Educación*, 1(16), 107 - 117. Obtenido de <https://revistacseducacion.unr.edu.ar/index.php/educacion/article/view/591/411>
- Cabanillas, M., Moya Chimenti, E., González Candela, C., Loria Kohen, V., Dassen, C., y Lajo, T. (2009). Características y utilidad de los sustitutos de la comida: Análisis de los productos comercializados de uso habitual en nuestro entorno. *Nutricion Hospitalaria*, 24(5), 535-542. <https://doi.org/10.3305/nh.2009.24.5.4464>
- Cajina Pérez, L. (Enero - Junio de 2020). Importancia de la Educación para la Salud en currículo educativo. *Revista Electrónica de Conocimientos, Saberes y Prácticas*, 3(1), 170 - 180. doi:<https://doi.org/10.5377/recsp.v3i1.9799>
- Calceto-Garavito, L., Garzón, S., Bonilla, J., & Cala Martínez, D. (2019). Relación Del Estado Nutricional Con El Desarrollo Cognitivo Y Psicomotor De Los Niños En La Primera Infancia. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 28(2), 50 -58. Obtenido de [http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2631-25812019000200050](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2631-25812019000200050)
- Carro, N. B. (2007). Alimentación y nutrición en edad escolar. *Revista Digital Universitaria*.
- Collado, C. F., & Lucio, P. B. (s. f.). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*.
- Comité de Nutrición de la Sociedad Uruguaya de Pediatría, C. (2004). Guías de alimentación del niño preescolar y escolar. *Archivos de Pediatría Uruguaya*, 75(2), 159-163. <http://www.scielo.edu.uy/pdf/adp/v75n2/v75n>

2a10.pdf

<https://doi.org/10.5377/pediatria.v7i1.6941>

- De La Cruz Sánchez, E. E. (2015). La Educación Alimentaria Y Nutricional the Food and Nutrition Education in the Context of Early Childhood Education. *Nº, XXXVI*, 161–183. [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1011-22512015000100009](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512015000100009)
- Escandón, F., Bravo Salinas, S., & Castillo Zhizhpón, A. (2019). Estado nutricional en niños del centro de educación inicial particular-Azogues, 2019. *4(4)*, 101 - 114. doi:[https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(4\).noviembre.2020.101-114](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(4).noviembre.2020.101-114)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2019). Niños, alimentos y nutrición. Crecer bien en un mundo en transformación. *Estado Mundial de La Infancia 2019*, 24. <https://www.unicef.org/mexico/media/2436/file/Resumen ejecutivo español.pdf>
- Gil G., M., & Sánchez G., O. (2019). Educación inicial o preescolar: El niño y la niña menores de tres años. Algunas orientaciones a los docentes. *2004*, 11.
- González, N., López, G., & Prado, L. (2016). Importancia de la nutrición: Primeros 1,000 días de vida. *Acta Pediátrica Hondureña*, *7(1)*, 597-607.
- GUTIÉRREZ DUARTE, S., & RUIZ LEÓN, M. (22 de Mayo de 2018). IMPACTO DE LA EDUCACIÓN INICIAL Y PREESCOLAR EN EL NEURODESARROLLO INFANTIL. *IE REVISTA DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA DE LA REDIECH*, *9(17)*. Obtenido de [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2448-85502018000200033#:~:text=Los%20resultados%20se%20C3%B1alan%20que%20los,presentan%20mayor%20nivel%20de%20neurodesarrollo](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-85502018000200033#:~:text=Los%20resultados%20se%20C3%B1alan%20que%20los,presentan%20mayor%20nivel%20de%20neurodesarrollo)
- Llorent-Bedmar, V., & Cobano-Delgado, V. (2019). La formación en educación para la salud del alumnado universitario del grado de educación infantil en España. *Ciència & Saúde Coletiva*, *24(8)*, 3067-3078. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018248.28642017>
- López Robles, G. A., González Hernández, N., & Prado López, L. M. (2019). Importancia de la nutrición: Primeros 1,000 días de vida. *Acta Pediátrica Hondureña*, *7(1)*, 597-607.
- Luna Hernández, J., Hernández Arteaga, I., Rojas Zapata, A., & Cadena Chala, M. (2018). Estado nutricional y neurodesarrollo en la primera infancia. *Revista Cubana de Salud Pública*, *44(4)*. Obtenido de <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/957/1171>
- Martínez, A. I. M., Lucero Guadalupe Gordillo, S., y Esteban Jaime Camacho, R. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista Chilena de Nutricion*, *39(3)*, 40–43. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182012000300006>
- Miguel Soriano, J., Aldas-Manzano, J., & Rodrigo-Cano, S. (2016). Valoración de la efectividad de la educación alimentaria en niños preescolares, padres y educadores. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, *20(1)*, 32 - 39. Obtenido de <https://renhyd.org/index.php/renhyd/article/view/182/15>.
- Nuria Burgos, C. (2007). *Abril\_Art23*. Alimentación y nutrición en edad escolar. *Revista Digital Universitaria*. Volumen 8 Número 4, ISSN: 1067-6079. [https://www.revista.unam.mx/vol.8/num4/art23/abril\\_art23.pdf](https://www.revista.unam.mx/vol.8/num4/art23/abril_art23.pdf)
- Polanco Allué, I. (2005). Alimentación del niño en edad preescolar y escolar. *Anales de Pediatría Monografías*, *3(1)*, 54-63.
- Quintana, L. P., Mar, L. R., Santana, D. G., y Alimentos, I. (2010). Alimentación del preescolar y escolar. *Asociación Española de Pediatría*, 297–305. [https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/3-alimentacion\\_escolar.pdf](https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/3-alimentacion_escolar.pdf)
- Robledo-Castro, C., Amador-Pineda, L., & Ñáñez-Rodríguez, J. (2019). Políticas públicas y políticas educativas para la primera infancia: desafíos de la formación del educador infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, *17(1)*, 169 - 191. doi:<https://dx.doi.org/10.11600/1692715x.17110>
- Tarazona Rueda, G. (2021). Conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional en niños preescolares. *SciELO Perú*, *82(41)*, 269-274. Obtenido de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-55832021000400269](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832021000400269)

Torres-Lista, V. (2020). Healthy lifestyle habits and their impact on the performance of the TERCE test in Panamanian children of school age. *Nutricion Clinica y Dietetica Hospitalaria*, 4, 116-121. <https://doi.org/10.12873/3943torres>

*Artículo escrito en normas APA 7ma. Edición.*



Artículo de **libre acceso** bajo los términos de la **Licencia Creative Commons Reconocimiento – NoComercial – CompartirIgual 4.0 Internacional**. Se permite, sin restricciones, el uso, distribución, traducción y reproducción del documento, siempre y cuando se realice sin fines comerciales y estén debidamente citados bajo la misma licencia.