

**DIPLOMATURA DE ESTUDIOS AVANZADOS EN  
NUTRICIÓN Y SALUD PÚBLICA (CEI - UNR)**

**“La educación alimentaria nutricional (EAN) como política pública integrada a los  
ejes curriculares del nivel inicial”**

**AUTORES:  
FERRETTI, ROMINA ANDREA  
OREGLIA, MARÍA ALEJANDRA**



**AÑO: 2025**



**UNR** Universidad  
Nacional de Rosario

## **ÍNDICE**

Tema	2
Fundamentación	2
Diagnóstico de situación	6
• Marco metodológico	6
• Población y muestra	6
• Recolección de datos	7
• Posibles estrategias de articulación	8
Objetivo general	10
Objetivos específicos	10
Identificación y priorización de problemas	11
Planificación de actividades	13
Proceso de seguimiento y evaluación	16
Conclusión	16
Bibliografía	18
Anexo	21

**Tema:** “La educación alimentaria nutricional (EAN) como política pública integrada a los ejes curriculares del nivel inicial”.

### **Fundamentación:**

El siguiente proyecto pretende analizar y facilitar la implementación de la Educación Alimentaria Nutricional (EAN) en las instituciones educativas de nivel inicial, con el fin de que pueda establecerse como parte de la currícula de las mismas. Esto se lograría estableciendo **vínculos efectivos con las diferentes políticas y normativas vigentes** (involucrando al Ministerio de Educación), la **Interdisciplina y la transversalidad**, uniendo institución educativa, profesionales de la salud, familia y la sociedad en conjunto, con la mirada hacia una nueva política pública.

Cuando hablamos de **Educación Alimentaria Nutricional (EAN)** se hace referencia a un proceso educativo que busca promover en las personas la **adopción voluntaria de hábitos alimentarios saludables**, combinando conocimientos, motivación y condiciones del entorno con el fin de alcanzar un estado óptimo de salud y bienestar. Se integran saberes interdisciplinarios que abarcan lo pedagógico, lo educativo y los enfoques propios del campo de la salud.

El concepto de **salud** nos ha interpelado desde siempre a lo largo del tiempo, y en este sentido, ha sido comprendido desde distintas perspectivas: limitado a la cura de enfermedades en un comienzo para luego pensar en la prevención. En este sentido la promoción de la salud, juega un rol fundamental, siendo función esencial en la Salud Pública.

La OMS define a la salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencias”. El proceso salud-enfermedad es un continuo dinámico, determinado por múltiples factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales.

Ahora bien, **¿por qué resulta relevante lograr que la EAN se implemente dentro de las políticas públicas de las instituciones educativas sobre todo en nivel inicial?**

Veamos:

1. Porque al desglosar este binomio salud- enfermedad decimos que es un proceso

dinámico multifactorial. Desde el punto de vista biológico, se relaciona con la genética, la alimentación, el ejercicio, etc. Desde lo **psicológico** con gestionar las emociones, entre ellas el estrés, la autoestima. Decía Carl Rogers “**Cada individuo tiene dentro de sí vastos recursos para auto comprenderse y para cambiar.**” Desde lo **social** debemos abarcar las condiciones de vida y la red de apoyo del individuo. Y, por último, desde lo **cultural y ambiental**, no dejar de lado los hábitos, el entorno, y las políticas públicas.

2. Entonces, al hablar de **políticas públicas** afirmamos que comprenden el conjunto de acciones gubernamentales orientadas a atender las variadas necesidades de la sociedad. Cuando nos referimos a **políticas de salud**, se asume la salud como un asunto de interés público en el que el Estado adopta una postura activa y claramente definida. Por lo tanto, formular políticas de salud equivale a decidir el papel que el Estado desempeñará en la promoción y protección del bienestar colectivo.
3. El **diseño y ejecución de estos programas sanitarios puede favorecer o menoscabar los derechos humanos**, especialmente el derecho a la salud. Adoptar iniciativas enfocadas en el respeto y la salvaguarda de dichos derechos refuerza la responsabilidad del sistema de salud en el cuidado de cada persona.
4. Es necesario considerar la alimentación como un fenómeno complejo atravesado por diversos aspectos: biológicos, sociales, psicológicos, geográficos, religiosos y culturales. En este sentido, los patrones alimentarios de una población se ven incididos en gran medida por la accesibilidad, disponibilidad, el costo, costumbres, creencias, como también, la información que se provee acerca de los alimentos y los hábitos alimentarios, etc.

Retomando lo que concierne al estilo de vida actual de nuestra sociedad, reconocemos que vivimos casi tratando de ganarle casi al mismo reloj. Es así que la escasez de tiempo incide notoriamente en la forma en la que nos alimentamos.

Sabemos que una parte muy importante de dicha sociedad la conforman niñas y niños cuyos padres y madres trabajan varias horas fuera de sus hogares, requiriendo en muchos casos, el apoyo de las instituciones escolares para el cuidado de los más pequeños. Lo cierto es que esto lleva a dedicar cada vez menos tiempo a preparar los alimentos, a dar lugar a las comidas rápidas y a la adquisición de productos procesados y ultraprocesados que dan la chance a salir “airosos” a la hora de cumplir con una merienda, una colación o comida. Y cuando nos referimos a comida, a

alimentación, sabemos que es un fenómeno social, que se construye, se comparte, se disfruta y se necesita.

5. Considerando la importancia que tiene el estilo de vida y la influencia de la nutrición en la patogenia de las **Enfermedades Crónicas No transmisibles (ECNT)**, es fundamental la incorporación de conocimientos adecuados y el desarrollo de hábitos saludables para la toma de decisiones responsables en materia alimentaria. En la actualidad, las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (cardíacas, derrames cerebrales y cáncer), resultan la principal causa de muerte en todo el mundo (representa aproximadamente 70% de las muertes).
6. Como ya dijimos debemos pensar la **alimentación** no sólo como un proceso biológico que permite cumplir **funciones homeostáticas** sino también como aquellas que se relacionan a la **alimentación hedónica**, las propulsadas por el simple placer de comer.

Es aquí cuando resulta fundamental trabajar en los hábitos alimentarios en una etapa de la vida en la que los niños se encuentran fuera de sus hogares, probando y desarrollando su autonomía; realizando actividades con otros adultos, y con otros niños, sus pares, con quienes aprenderán a compartir, jugar, socializar, discernir, aceptar y rechazar, mientras está en juego el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de los niños y niñas preescolares.

7. No podemos dejar de mencionar lo que concierne a la seguridad alimentaria..." **La seguridad alimentaria existe cuando todas las personas tienen, en todo momento, acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos que satisfacen sus necesidades energéticas diarias y preferencias alimentarias para llevar una vida activa y sana**". (Cumbre Mundial sobre la Alimentación, (1996)). Es la condición ineludible para que pueda existir una alimentación adecuada. Sin el acceso estable a alimentos nutritivos, no se puede garantizar una dieta saludable. Tanto la seguridad alimentaria como una alimentación adecuada requieren de políticas públicas integrales que aborden desde la producción hasta el consumo.
8. Además, debemos enmarcar nuestro proyecto considerando los **ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenible)**, una agenda global impulsada por la **Organización de las Naciones Unidas (ONU)** en 2015, que propone **17 objetivos** para transformar el mundo hacia un modelo más justo, equitativo y sostenible para el año 2030. Sus

características claves son:

- **Universales:** aplican a todos los países, sin importar su nivel de desarrollo.
  - **Interconectados:** los avances en un objetivo impactan en otros (por ejemplo, salud y educación).
  - **Multidimensionales:** integran lo económico, lo social y lo ambiental.
  - **Transformadores:** promueven un cambio profundo en las políticas públicas y en la cultura global. Nuestro proyecto abarca de los 17 ODS, el tercero relacionado a salud y bienestar, y el cuarto asociado a educación de calidad.
9. Por todo lo expuesto, entendemos que en el contexto de la **Educación Alimentaria Nutricional (EAN)**, las acciones se traducirían en promover decisiones conscientes y saludables que consideran el contexto de cada persona y en este proyecto en particular, promover hábitos saludables desde la infancia. Reconociendo que la alimentación está atravesada por factores sociales y culturales, se deberían articular **acciones educativas con políticas públicas de salud.**
10. **El proyecto está diseñado para ser aplicado en el nivel inicial ya que se conoce que la infancia es una etapa fundamental** en la formación de hábitos alimentarios. El nivel inicial representa una oportunidad privilegiada para sembrar las bases de una alimentación saludable, variada y consciente. Además, el acceso a alimentos nutritivos y seguros es un derecho de niños y niñas. En esta etapa, están especialmente receptivos al aprendizaje a través del juego, la exploración sensorial y la imitación de modelos significativos como los docentes y las familias.

Diversos documentos ponen énfasis en el respeto de los derechos de niños y niñas.

Según el diseño curricular de nivel inicial de la provincia de Santa Fe (Resolución Ministerial N° 1307/23) se debe garantizar el derecho a una educación que promueva aprendizajes sustantivos.

La Ley N° 26.206/06 de Educación Nacional (LEN) regula el ejercicio del derecho de enseñar y aprender, considera a niños y niñas como sujetos de derecho y partícipes activos de un proceso de formación integral, capaces de desarrollar la creatividad y la adquisición de conocimientos a partir de experiencias concretas, como las que formularemos más adelante, en relación a la temática propuesta.

Las estrategias metodológicas que se muestran en nuestro proyecto también se encuentran en consonancia con los objetivos educativos escolares y las competencias que se espera que adquieran niños y niñas, las que además vinculan el eje “Cuidado del cuerpo” con otras

competencias tales como: el desarrollo de la capacidad de expresión y comunicación a través de los distintos lenguajes, verbales y no verbales: el movimiento, la expresión plástica, la participación de las familias en el cuidado y la tarea educativa promoviendo la comunicación y el respeto mutuo.

Nuestro trabajo exhibe una correlación directa con el eje curricular “El cuerpo humano y el cuidado de la salud”, donde se mencionan contenidos tales como: los alimentos, la alimentación adecuada y nutritiva, la alimentación como derecho, promoción de la salud: hábitos para el cuidado personal y colectivo.

### **Diagnóstico de Situación:**

#### **Marco Metodológico:**

Nuestro proyecto de extensión propone vincular una institución educativa (nivel inicial) con la comunidad, comprendida por familias, alumnado, docentes y vecinos.

Es una forma de comunicar el saber académico y llevarlo a dicha comunidad. Para lograrlo es fundamental trabajar de manera interdisciplinaria.

Integrar saberes de distintas áreas nos llevaría a una intervención más amplia. Hacer partícipes a docentes, profesionales de la salud, con el aporte de las familias para que exista participación activa. Así, lograr una transformación social generando impacto positivo en la comunidad.

Con las actividades propuestas para la resolución de los problemas planteados, buscaremos aportar formación educativa tanto para estudiantes como para la comunidad en conjunto.

Respecto a la sustentabilidad, hemos contemplado que pueda llevarse a cabo en un tiempo de mediano a largo plazo. Además, se han incluido formas de evaluación del impacto alcanzado y propuestas para alcanzar mejoras a largo plazo.

#### **Población y muestra**

La escuela en la que se desarrollará este proyecto es una institución de gestión privada, ubicada en la zona céntrica de la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe.

Recibe a 210 niños y niñas de entre 3 y 5 años.

Se efectuó una **encuesta anónima y voluntaria dirigida a las familias**, compuesta por cinco preguntas cerradas con opción múltiple, orientadas a relevar los hábitos de merienda,

la incorporación de alimentos saludables, el conocimiento de la ley de promoción de alimentación saludable y la disposición a recibir educación alimentaria desde el ámbito escolar.

### Recolección de datos

Como mencionamos, se utilizó como instrumento una encuesta en formato papel de la que participaron 81 familias de forma voluntaria y anónima.

Podemos decir que esta muestra es representativa por varias razones:

- Tiene cantidad suficiente: casi el 40 % de participación es un número alto, que permite obtener resultados confiables y detectar ideas, opiniones o necesidades comunes entre las familias.
- Hay variedad de edades: como participaron familias de todas las salas (3, 4 y 5 años), se logró incluir distintas experiencias y miradas, lo que hace que el análisis resulte más completo.
- Hubo participación libre y anónima: al no tener que identificarse, las familias pudieron responder con mayor sinceridad, brindando información más certera.
- Es un grupo definido: al tratarse de una comunidad educativa concreta, no es necesario aplicar métodos estadísticos complejos para que los resultados sean útiles y reflejen la realidad del grupo.

Herramienta encuesta: resultados

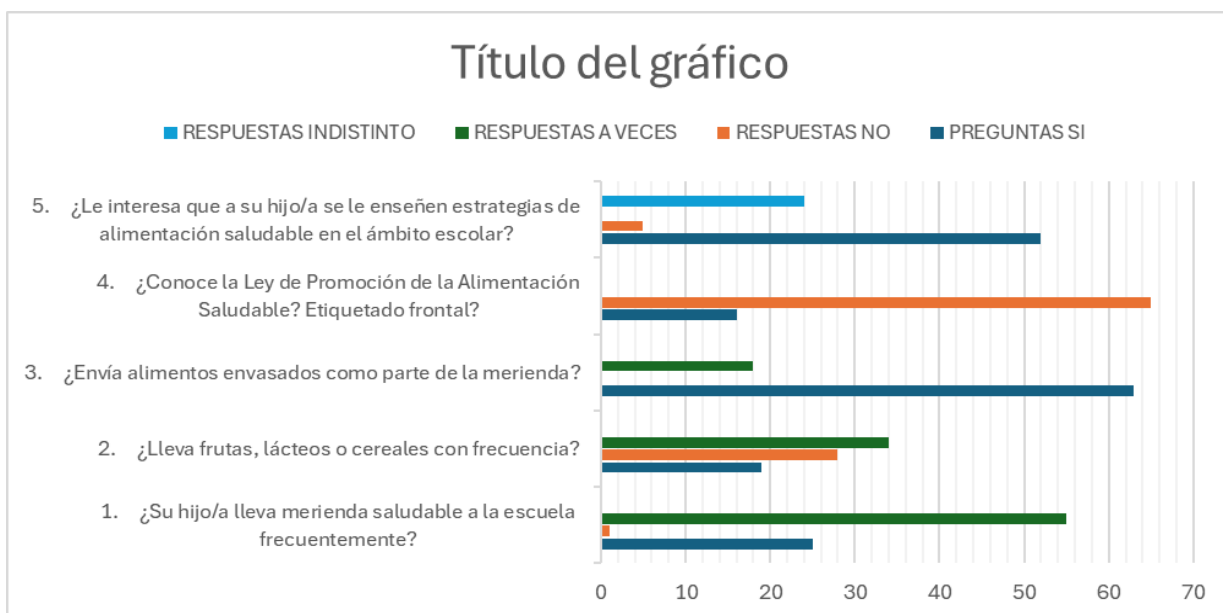


Gráfico 1. Encuesta (ver anexo)

Se puede observar que:

- La mayoría de los niños lleva merienda saludable solo de forma ocasional, aunque el interés en estrategias educativas sobre nutrición es alto.
- Predominan los alimentos envasados en las loncheras, con menor frecuencia de frutas, lácteos o cereales.
- Un alto porcentaje de encuestados desconoce la existencia de la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable (**Ley 27.642**).

### **Posibles estrategias de articulación**

Si bien la institución aborda aspectos vinculados al bienestar en distintas áreas, **no cuenta actualmente con una propuesta sistemática de Educación Alimentaria Nutricional (EAN)**, lo que deja la construcción de hábitos alimentarios saludables exclusivamente en manos del entorno familiar, con un frágil acompañamiento pedagógico desde la escuela.

En la ciudad de Rosario, muchos establecimientos educativos de gestión privada; como la institución que enmarca este proyecto; no planifican institucionalmente la merienda en nivel inicial, dejando su composición bajo libre elección familiar. Si bien esta modalidad respeta la autonomía de cada hogar, también puede perpetuar la presencia de productos ultra procesados, con alto contenido de azúcares, sodio y grasas no saludables.

Se nos presentó la inquietud de cómo podemos articular este proyecto con los ejes de PROSANE (**Programa Nacional de Salud Escolar**).

**EI PROSANE** es una iniciativa del Ministerio de Salud de Argentina que busca garantizar el cuidado integral de niños, niñas y adolescentes en edad escolar, tanto en escuelas públicas como privadas de todo el país. Se halla enmarcado en la **Ley N. ° 26.061** de Protección Integral de los Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes, reforzando su legitimidad institucional.

Este programa promueve una **Política Integrada de Cuidado** entre salud y educación, y nuestra intervención se alinearía con varios de sus ejes clave:

Eje de PROSANE	¿Cómo se vincula con el proyecto?
Promoción de hábitos saludables	Actividades lúdicas sobre alimentación, meriendas saludables, talleres con familias.
Articulación entre salud y educación	Participación de docentes, nutricionistas, familias y centros de salud.
Control Integral de Salud	Encuestas iniciales y seguimiento longitudinal de prácticas alimentarias.
Participación comunitaria	Involucramiento activo de la comunidad escolar en el diseño y ejecución del proyecto.
Educación como derecho	Enfoque inclusivo, accesible y humanista, centrado en el bienestar infantil.

También nos preguntamos cómo articular la EAN con Contenidos curriculares del nivel inicial en Santa Fe. El nuevo Diseño Curricular 2023 de la provincia propone los siguientes **Ámbitos de Experiencias Educativas** que nos aporta el terreno para trabajar:

Ámbito curricular	Vínculo con Educación Alimentaria Nutricional
Formación Personal y Social	Hábitos de higiene, cuidado del cuerpo, alimentación como acto de autocuidado.
Experiencias del Ambiente	Reconocimiento de alimentos, origen natural, procesos de producción.
Experiencias Estéticas	Juegos con colores, formas y texturas de alimentos; arte con frutas y verduras.
Prácticas Sociales de Lectura y Escritura	Lectura de cuentos sobre alimentación, armado de recetarios ilustrados.
Experiencias Matemáticas	Clasificación de alimentos, conteo de frutas, gráficos de consumo.
Ludomotrices y Corporalidad	Juegos que integren movimiento y alimentación (ej. "carrera de frutas").

Además, el diseño curricular incorpora **contenidos transversales** como:

- **Educación Ambiental Integral:** vínculo entre alimentación y sostenibilidad.
- **Ciudadanía y Tecnologías Digitales:** uso de herramientas como Canva o formularios para comunicar y registrar avances.
- **Educación Sexual Integral:** cuidado del cuerpo y respeto por la diversidad alimentaria.

Por otra parte, en Argentina, la **malnutrición por exceso**, tanto la prevalencia de sobrepeso

como de obesidad, **presenta un crecimiento sostenido en los últimos años** (Ministerio de Salud de la República Argentina, 2005; 2009; 2013; Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación, 2018), afectando no solo a los jóvenes y adultos mayores de 18 años, sino también a adolescentes, niñas y niños (Ministerio de Salud de la Nación, 2009; 2012; 2013; Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación, 2018b; 2019).

La **Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS)** de 2005 permitió señalar que el sobrepeso/obesidad y la baja talla eran los principales problemas antropométricos nutricionales de la primera infancia. Esta situación **ha empeorado según la segunda ENNyS realizada en 2019**, confirmando la urgencia de implementar políticas y proyectos de prevención desde los primeros años de vida.

La ENNyS ofrece datos con desagregación regional, lo que hace fundamental que cada provincia cuente con sus propios registros. En la provincia de Santa Fe, se elaboró un primer informe de situación nutricional en 2018 (Ministerio de Salud de la provincia de Santa Fe, 2019). El presente estudio da continuidad a ese trabajo incorporando un análisis de la calidad de los datos. Contar con estos dos informes permite **observar tendencias y planificar intervenciones locales basadas en evidencia**, como las que este proyecto propone.

### **Objetivo general:**

Promover la adquisición y fortalecimiento de hábitos alimentarios saludables en niños y niñas de 3 a 5 años del nivel inicial de una institución educativa de gestión privada de la ciudad de Rosario, posicionando a la escuela como un entorno activo de aprendizaje en alimentación saludable, con proyección hacia el nivel primario.

### **Objetivos específicos:**

1. **Favorecer la construcción de conocimientos básicos sobre alimentación saludable** a través de actividades lúdicas y pedagógicas adaptadas a la edad.
2. **Sensibilizar a las familias** sobre la importancia de ofrecer meriendas saludables y su influencia en el desarrollo infantil.
3. **Fomentar una cultura alimentaria escolar saludable** que prepare a los niños para enfrentar contextos más permisivos, como el acceso al kiosco escolar en la educación primaria.
4. **Generar un modelo de abordaje educativo replicable** en otras instituciones del sistema educativo provincial.

## **Identificación y priorización de problemas**

A partir del análisis institucional, la encuesta, observación directa y evidencia bibliográfica, se identifican múltiples factores que obstaculizan la promoción efectiva de hábitos alimentarios saludables desde el nivel inicial referidos en la lista de problemas generales, de los cuales se priorizan dos.

<b>IDENTIFICACIÓN</b>	<b>PRIORIZACIÓN</b>
<b>Problemas generales</b>	<b>Problemas priorizados</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• No hay certeza de que exista la fiscalización de entornos escolares saludables.</li><li>• La provincia de Santa Fe no adhirió a la Ley Nacional de Promoción Saludable.</li><li>• Escasa articulación de actividades referidas a la temática en cuestión, que profundicen contenidos desde el nivel inicial hasta el final del nivel primario.</li><li>• El equipo directivo del nivel inicial estaría dispuesto a la recepción del proyecto en contrapartida al nivel primario, lo que dificulta la continuidad</li><li>• Ausencia de planificación institucional de estrategias pedagógicas respecto de la alimentación saludable en el nivel inicial.</li><li>• Mayor oferta de alimentos ultraprocesados en el kiosco escolar desde el ingreso al nivel primario, sin continuidad de estrategias educativas previas que favorezcan elecciones saludables.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ausencia de planificación institucional de estrategias pedagógicas respecto de la alimentación saludable en el nivel inicial.</li><li>• Mayor oferta de alimentos ultraprocesados en el kiosco escolar desde el ingreso al nivel primario, sin continuidad de estrategias educativas previas que favorezcan elecciones saludables.</li></ul>

### **Problema 1: Ausencia de planificación institucional de estrategias pedagógicas respecto de la alimentación saludable en el nivel inicial.**

**Descripción:** Si bien la población escolar pertenece a un nivel socioeconómico medio, con buen acceso a alimentos frescos y nutritivos, la institución no ha desarrollado propuestas pedagógicas concretas ni lineamientos claros en torno a la alimentación saludable. Esta omisión se da a pesar de la existencia de un marco legal (Ley 27.642 y ordenanzas locales) que impulsa la Educación Alimentaria Nutricional (EAN) como política pública.

**Consecuencias:** La falta de conciencia institucional y familiar genera una disonancia: se desaprovecha una oportunidad clave para formar hábitos desde edades tempranas, cuando se establecen preferencias alimentarias duraderas. Esta ausencia de formación crítica y sistemática debilita el rol de la escuela como agente de salud y prevención, y no acompaña

ni guía a las familias en el armado de meriendas saludables.

**Problema 2: Mayor oferta de alimentos ultraprocesados en el kiosco escolar desde el ingreso al nivel primario, sin continuidad de estrategias educativas previas que favorezcan elecciones saludables.**

**Descripción:** Al pasar del nivel inicial al primario, los niños acceden al kiosco escolar, que ofrece productos ultraprocesados no contemplados por la Ley 27.642. Esta oferta no está regulada ni acompañada de una propuesta formativa en EAN que prepare a los alumnos para tomar decisiones conscientes.

**Consecuencias:** La falta de continuidad pedagógica entre niveles favorece la adopción de hábitos no saludables en una etapa clave del desarrollo. Se corre el riesgo de que, al acceder a esta oferta sin formación previa, los niños naturalicen el consumo de productos ultraprocesados como parte de su rutina escolar.

## Planificación de actividades: Planificación inicial

PROBLEMA	OBJETIVOS	METAS	ACTIVIDADES	INDICADORES
<p>Problema 1:</p> <p>Ausencia de planificación institucional de estrategias pedagógicas respecto de la alimentación saludable en el nivel inicial.</p>	<p><u>General</u> Favorecer la construcción de conocimientos básicos sobre alimentación saludable a través de actividades lúdicas y pedagógicas adaptadas a la edad.</p> <p><u>Específico</u> Fomentar el reconocimiento de los grupos alimentarios y la construcción del plato saludable mediante actividades visuales e interactivas en el aula, integrando la participación familiar a través de un Padlet vinculado por QR desde el cuaderno de comunicaciones.</p>	<p>Lograr que el 70% de los niños que pasan a nivel primario hayan adquirido hábitos saludables y puedan sostenerlo en el tiempo.</p> <p>Alcanzar un porcentaje similar de familias que hayan participado de la actividad interactiva.</p>	<p><u>Actividad 1:</u> “Explorando los alimentos”</p> <p><u>Actividad 2:</u> “Armamos el plato saludable, un viaje entre el aula y el hogar”</p>	<p>Nº de niños que participaron activamente de las propuestas.</p> <p>Nº de niños que han modificado hábitos alimenticios.</p>
<p>Problema 2:</p> <p>Mayor oferta de alimentos ultraprocesados en el kiosco escolar desde el ingreso al nivel primario, sin continuidad de estrategias educativas previas que favorezcan elecciones saludables.</p>	<p>Sensibilizar a los docentes en conceptos básicos de alimentación saludable, con el fin de que puedan promover hábitos alimenticios adecuados en sus estudiantes. Brindar herramientas pedagógicas a docentes para integrar contenidos de alimentación en sus clases, fortaleciendo su rol como agentes de cambio en el entorno escolar</p>	<p>Lograr que el 70% de los docentes implementen estrategias educativas para favorecer una cultura alimentaria escolar saludable que prepare a los niños para enfrentar contextos más permisivos, como el acceso al kiosco escolar en la educación primaria</p>	<p><u>Actividad 1:</u> Capacitaciones a través del manual de aplicación de las GAPA.</p> <p><u>Actividad 2:</u> Talleres a cargo de profesionales de la salud implementando material didáctico para explorar en los diferentes grupos alimenticios y sus beneficios, con el armado de platos saludables.</p>	<p>Número de docentes que adhieren a las pautas pedagógicas del manual de GAPA.</p> <p>Número de docentes que asistieron a los talleres de capacitación.</p>

## **Planificación desarrollada**

### **Problema 1:**

#### **Título actividad 1: “Explorando los alimentos”**

#### **Objetivo general**

Promover el reconocimiento y diferenciación de alimentos naturales y procesados a través de actividades integradas en las áreas de ciencias, matemática, arte y juego simbólico, fomentando hábitos saludables en los niños y niñas de nivel inicial.

#### **Metodología**

#### **Actividad con planificación semanal**

Para esta actividad se les entregará a las docentes material infográfico: cartones para el bingo, láminas para mandalas, láminas con imágenes de alimentos naturales y procesados. Las láminas quedarán en los salones que designen las docentes, y en este caso, las familias deberán enviar cajitas de cartón y envoltorios de productos ultraprocesados con su respectivo etiquetado frontal.

	<b><u>LUNES</u></b>	<b><u>MARTES</u></b>	<b><u>MIÉRCOLES</u></b>	<b><u>JUEVES</u></b>	<b><u>VIERNES</u></b>
<b><u>Actividad:</u></b>	Charla introductoria con imágenes: ¿Qué comemos? Natural vs. procesado	Visita a la verdulería del barrio.	Bingo de frutas y verduras	Pintado de mandalas de frutas y verduras	Juego simbólico: compra en el supermercado
<b><u>Área curricular</u></b>	Ciencias Sociales / Salud.	Ciencias Naturales	Matemática	Arte / Educación emocional	Juego / Ciencias Sociales
<b><u>Propósito:</u></b>	Reconocer diferentes tipos de alimentos y sus orígenes.	Identificar alimentos naturales, fortalecer vínculos comunitarios.	Asociar imágenes, nombres y cantidades; trabajar lógica y memoria.	Expresar libremente, trabajar motricidad fina y percepción visual.	Diferenciar alimentos, reconocer etiquetado frontal y roles sociales.

## **Titulo actividad 2: “Armamos del plato saludable, un viaje entre el aula y el hogar”**

### **Objetivos:**

Fomentar el reconocimiento de los grupos alimentarios y la construcción del plato saludable mediante actividades visuales e interactivas en el aula, integrando la participación familiar a través de un Padlet vinculado por QR desde el cuaderno de comunicaciones.

### **Metodología:**

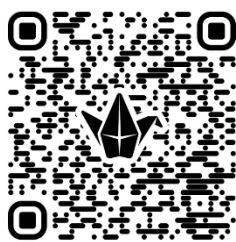
**Se llevará a cabo en el aula con planificación mensual, designada por las docentes.**

- Exposición de láminas y dibujos que representan los grupos principales según definen las GAPA.
- En grupo, los niños y niñas armarán un “plato saludable” en papel o cartulina empleando recortes y dibujos.
- En cada sector del aula se colocan **láminas impresas con un código QR** que dirigen a un **Padlet colaborativo** donde se podrán visualizar ejemplos de platos saludables.

Por medio del cuaderno de comunicaciones se enviará una breve explicación a las familias, con el mismo QR y la propuesta:

- “Armen en casa una receta saludable para la vianda o merienda, súbanla al Padlet, y ayuden a construir nuestro Libro Viajero de Recetas Saludables.”

Aclaración: Las familias podrán subir textos, fotos o audios al Padlet, dando forma a un archivo colectivo que luego podrá imprimirse, compartirse o proyectarse.



### **Áreas curriculares involucradas**

- Ciencias Naturales (grupos alimentarios, salud).
- Lenguaje (narración de recetas en familia).
- Educación tecnológica (uso de herramientas digitales: QR y Padlet).
- Educación artística (construcción visual del plato).

## **Problema 2:**

**Título actividad 1:** Introducción a las GAPA (Guías Alimentarias para la Población Argentina).

**Objetivo:** Capacitación docente a través de las GAPA

### **Metodología**

En el marco de jornadas institucionales educativas, con profesionales de la salud como invitados, se le ofrecerá a personal docente y no docente capacitaciones a través del manual de aplicación de las GAPA.

**Título actividad 2:** Talleres interactivos

**Objetivo:** Exponer los conocimientos adquiridos

### **Metodología**

Talleres para evaluar conocimientos adquiridos a través de actividades de armado de platos saludables, aplicando los contenidos de la actividad 1.

## **Proceso de seguimiento y evaluación:**

A través de la observación directa del resto del cursado en nivel inicial, teniendo en cuenta la modificación de los alimentos que envían en sus meriendas.

Luego, repetir encuesta al año y al iniciar nivel primario.

## **Conclusión:**

En conclusión, la implementación de la Educación Alimentaria Nutricional (EAN) como política pública en el nivel inicial constituye una estrategia clave para promover hábitos saludables desde la infancia, articulando la escuela, la familia, el sistema de salud y la comunidad.

Este proyecto demuestra que, al integrar contenidos curriculares, marcos normativos y acciones interdisciplinarias, es posible generar entornos escolares más conscientes, inclusivos y protectores, que garanticen el derecho de niños y niñas a una alimentación adecuada.

La evidencia recogida y las actividades propuestas ofrecen una base sólida y replicable para transformar la cultura alimentaria escolar, contribuyendo no solo a la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, sino también al desarrollo integral y sostenible de

la población infantil, en coherencia con los Objetivos de Desarrollo Sostenible y el fortalecimiento de la salud pública.

## **Bibliografía**

- Argibay, J. C. (2009). Muestra en investigación cuantitativa. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 13(1), 13–29
- Armani, María F., Romero, Iris B., Buffarini, Romina y Cormick, Gabriela. (2024). Consumo de alimentos ultraprocesados en niños de 6 a 23 meses según la Segunda Encuesta Nacional de Nutrición y Salud de Argentina. *Archivo Argentino de Pediatría*, 122 (2), 9. <https://dx.doi.org/10.5546/aap.2023-1005>
- Barrero, G., Cardozo, D., González, M. N., Grabino, V., Viñar, M. E., Lamas, G., & Santos, C. (2015). Formulación de proyectos de extensión universitaria. Cuadernos de Extensión No. 4. Comisión Sectorial de Extensión y Actividades en el Medio (CSEAM), Universidad de la República.
- Bisquerra, R. (2009). Metodología de la investigación educativa. La Muralla.
- Bueno-Fernández, Mario Mitsuo, Salazar-Echeagaray, Teresa Irina, Carrasco-Valenzuela, América Cynthia, & Hagelsieb-Dórame, Luis Alonso. (2025). El derecho fundamental a la seguridad alimentaria en Latinoamérica. Un estudio comparado. *Iustitia Socialis. Revista Arbitrada de Ciencias Jurídicas y Criminalísticas*, 10(18), 128-150. Epub 20 de marzo de 2025. <https://doi.org/10.35381/racji.v10i18.4371>
- Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil (CESNI). (Año). \*Título del documento en cursiva\*. <https://www.cesni.org.ar>
- Congreso de la Nación Argentina. (2021). *Ley 27.642 de Promoción de la Alimentación Saludable*. Recuperado de: <https://www.argentina.gob.ar/nutricion/ley-de-promocion-de-la-alimentacion-saludable>
- Consejo Nacional de Coordinación de Políticas Sociales. Planes, programas, proyectos y estrategias alineadas a las metas priorizadas de los 17 ODS. Bs. As. 2021.
- De La Guardia M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. *Journal of negative & no positive results*. 2020;5(1):81-90. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n1/2529-850X-jonnpr-5-01-81.pdf>
- ENNyS (Encuesta Nacional de Nutrición y Salud). (2005). *Primera Encuesta Nacional de Nutrición y Salud*. Ministerio de Salud de la Nación, Argentina. Recuperado de: <https://bancos.salud.gob.ar>
- ENNyS (Encuesta Nacional de Nutrición y Salud). (2019). *Segunda Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2)*. Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. Recuperado de: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/segunda-encuesta-nacional-de-nutricion-y-salud-ennys-2>

- Flick, U. (2007). Introducción a la investigación cualitativa. Ediciones Morata.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Kilstein, J y Parodi, R. Enfermedades crónicas no transmisibles. Centro de estudios interdisciplinarios - UNR. Rosario. 2021
- Ley Nacional de Educación N° 26.206/06: Artículos 1 y 3. Ley N° 26.892/13 para la promoción de la convivencia y el abordaje de la conflictividad social en las instituciones educativas. Promoción de la convivencia. Resolución del C.F.E N° 239/14: «Pautas y criterios federales para la elaboración de acuerdos de convivencia para Nivel inicial y Primaria». Resoluciones del C.F.E N° 93/09 y N° 188/12, entre otras.
- Longhi, Fernando, Gómez, Alicia y Olmos, María Fernanda. (2020). Desnutrición e infancia en Argentina: dimensiones, tendencias y perspectivas actuales del problema a partir de la combinación de un diseño observacional y cualitativo. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 24 (3), 203-217. Publicación electrónica, 16 de agosto de 2021. <https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.24.3.933>
- Ministerio de Salud de la Nación Argentina. (2016). Guías alimentarias para la población argentina. Dirección de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades No Transmisibles
- Ministerio de Salud de la Nación. (2005, 2009, 2012, 2013). *Informes nacionales de situación nutricional*. Argentina.
- Ministerio de Salud de la provincia de Santa Fe. (2019). *Informe de situación nutricional*. Gobierno de la Provincia de Santa Fe. Recuperado de: <https://www.santafe.gob.ar/ms/>
- Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. (2018a). *Indicadores de malnutrición por exceso en Argentina*. Buenos Aires: Presidencia de la Nación.
- Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. (2018b, 2019). *Evaluación nutricional y situación alimentaria de niños, niñas y adolescentes en Argentina*.
- Municipalidad de Rosario. (2023). *Expediente 267320-P-2023 sobre promoción de alimentación saludable en entornos escolares*. Rosario, Santa Fe.
- Nutrición en la primera infancia. Estrategias para la mejora de la nutrición de las niñas y niños de 0 a 6 años en entornos familiares, de cuidado, educativos y de consumo masivo. (<https://www.unicef.org/argentina/nutrici%C3%B3n-en-la-primera-infancia>).
- OPS - Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Alimentación escolar y entornos*

*saludables: Marco de referencia regional para políticas públicas.* Washington, D.C.: OPS.

Recuperado de: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/54424>

- Programa CE-FAO . La Seguridad Alimentaria: Información para la toma de decisiones. 2011 . sitio web: <http://www.foodsec.org/>
- Royo Bordonada, M. Á. (coord.). Nutrición en salud pública. Madrid: Escuela Nacional de Sanidad, Instituto de Salud Carlos III, 2017.
- Stake, R. E. (1999). The Art of Case Study Research. SAGE Publications.
- Subsecretaría de desarrollo Curricular y Formación Docente. Diseño Curricular en Educación Inicial. Resolución Ministerial N° 1307/23. Ministerio de Educación. Provincia de Santa Fe.
- UNICEF Argentina. (2019). *La alimentación en la primera infancia: Claves para una nutrición adecuada desde el nacimiento.*  
Recuperado de: <https://www.unicef.org/argentina/media/7021/file>
- Yin, R. K. (2003). Estudio de caso: Diseño y métodos. Sage Publications.

## ANEXO

### ANEXO 1

Herramienta encuesta:



**ENCUESTA**

La siguiente encuesta es anónima. Solicitamos elija una opción.

	SI	NO	A VECES	INDISTINTO
¿Su hijo/a lleva merienda saludable a la escuela frecuentemente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿Lleva frutas, lácteos o cereales con frecuencia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3. ¿Envía alimentos envasados como parte de la merienda?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4. ¿Conoce la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
5. ¿Le interesa que a su hijo/a se le enseñen estrategias de alimentación saludable en el ámbito escolar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

## ANEXO 2

Presupuesto actividades:

<b>Estacion Loyola</b>		<b>Presupuesto</b>		
		Fecha: 31/7/2025 Nro: 6991753		
Razón Social: 0 - Consumidor Final		Domicilio: ----		
		Teléfono: ----		
Código	Nombre	Cantidad	Precio Final	Total
IC3	IMPRESION COLOR A3	6	\$1.400,00	\$8.400,00
IC1	IMPRESION COLOR A4/OFICIO	150	\$700,00	\$105.000,00
UCA4120	CHAMBRIL A4 120G X UNIDAD	150	\$200,00	\$30.000,00
UCA3120	CHAMBRIL A3 120 G X UNIDAD	6	\$400,00	\$2.400,00
			<b>Total</b>	<b>\$145800</b>

## ANEXO 3

### EL BINGO DE LAS FRUTAS Y LAS VERDURAS



Objetivo general: Que los niños puedan reconocer las distintas frutas y verduras.

Objetivos específicos: Que los niños participantes logren:

Reforzar la importancia de incorporar diariamente este grupo de alimentos.

Reforzar la identificación de frutas y verduras

Contenidos:

Frutas y verduras

Beneficios para la salud.

Desarrollo: Juego "Bingo de las Frutas y las Verduras".

Recursos:

2 cartones gigantes de bingo

Imágenes de frutas y verduras

Bolsa

Fichas de colores

Hojas para pintar

Crayones Afiche blanco

## ANEXO 4

### RECONOCIENDO FRUTAS Y VERDURAS

Objetivo general: Que los niños puedan reconocer las distintas frutas y las verduras.

Que los niños participantes:

Reconozcan la importancia de incorporar diariamente este grupo de alimentos.

Contenidos:

Frutas y Verduras: Variedad y Colores.

Importancia de su consumo diario.

Estrategias:

Desarrollo: Reconocimiento de imágenes de frutas y verduras. Cierre: Colorear imágenes de frutas y las verduras

Recursos:

Kit de imágenes de frutas y verduras.

Hojas para colorear con imágenes de frutas y verduras Crayones

Cartulina en blanco para pegar los dibujos



## ANEXO 5

### ARMANDO EL PLATO SALUDABLE

Objetivo general: Que los niños participantes conozcan la Gráfica Alimentaria Argentina y comprendan la importancia de consumir todos los grupos alimentarios como hábito saludable.

Objetivos específicos:

Que los niños participantes logren:

Identificar los diferentes grupos de alimentos y la proporción que debe ocupar cada uno en la alimentación diaria.

Reconocer los alimentos de cada grupo alimentario.

Contenidos:

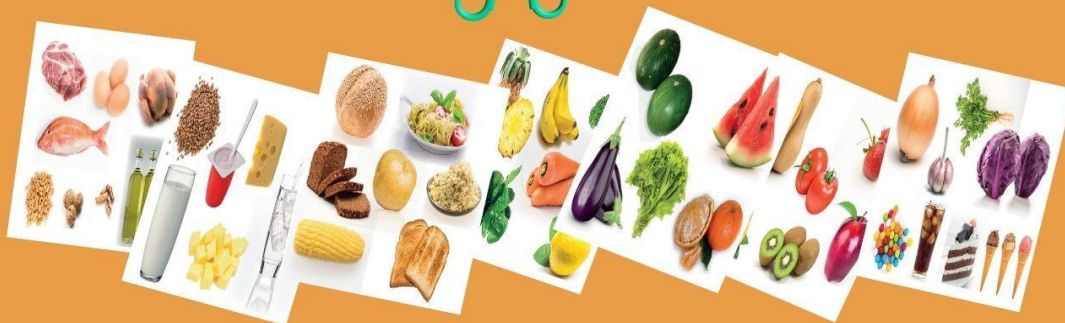
- Gráfica Alimentaria Argentina
- Importancia de una alimentación variada y completa
- Reforzar el concepto de los alimentos que son para todos los días o de consumo ocasional.

Estrategias:

- Desarrollo: Juego, Rompecabezas Alimentario.

Recursos:

- Rompecabezas Alimentario
- Lámina de la Gráfica Saludable.



## ANEXO 6

### ARMANDO EL PLATO SALUDABLE

Láminas e infografía para el aula:



### LOS 10 MENSAJES DE LAS GAPA

1. Incorporar a diario alimentos de todos los grupos y realizar al menos 30 minutos de actividad física.
2. Tomar a diario 8 vasos de agua segura.
3. Consumir a diario 5 porciones de frutas y verduras en variedad de tipos y colores.
4. Reducir el uso de sal y el consumo de alimentos con alto contenido de sodio.
5. Limitar el consumo de bebidas azucaradas y de alimentos con elevado contenido de grasas, azúcar y sal.
6. Consumir diariamente leche, yogur o queso, preferentemente descremados.
7. Al consumir carnes quitarle la grasa visible, aumentar el consumo de pescado e incluir huevo.
8. Consumir legumbres, cereales preferentemente integrales, papa, batata, choclo o mandioca.
9. Consumir aceite crudo como condimento, frutos secos o semillas.
10. El consumo de bebidas alcohólicas debe ser responsable. Los niños, adolescentes y mujeres embarazadas no deben consumirlos. Evitar siempre al conducir.

