

## Artículo Científico

**Integración de la educación alimentaria en la primera infancia: Rol de los docentes y su impacto en la seguridad alimentaria****Integrating food education in early childhood: Role of teachers and its impact on food security**Leslie Alexandra JumboVélez<sup>1</sup> , Cinthya Johana Jumbo Vélez<sup>2</sup> , Holger Marcelo Jumbo Vélez<sup>3</sup> <sup>1</sup> Instituto Superior Tecnológico Cariamanga, la\_jumbov@institutocariamanga.edu.ec, Cariamanga, Ecuador<sup>2</sup> Unidad Educativa Fiscomisional Santiago Fernández García, cinthya.jumbo@educacion.gob.ec, Cariamanga, Ecuador<sup>3</sup> Mancomunidad de Municipalidades del Sur Occidente de la Provincia de Loja, desarrolloeconomicosolidariomb@gmail.com, Loja, Ecuador

Autor para correspondencia: la\_jumbov@institutocariamanga.edu.ec

**RESUMEN**

Esta investigación analiza el papel activo que juegan los docentes junto con la adecuada integración de la educación nutricional en los planes de estudio de educación preescolar en Ecuador y su relación con la seguridad alimentaria de los niños; a partir de datos bibliográficos, se revisan y analizan varios estudios sobre la aplicación de programas educativos en nutrición para niños en situaciones vulnerables. La investigación mostró resultados positivos cuando los programas se implementaron de manera integral y obtuvieron el respaldo y participación activa de los maestros, esto no solo mejorará el rendimiento académico de los niños, sino que su salud física general y su desarrollo cognitivo se verán potenciados. Con la implementación de huertos escolares, se prevea que ayuda a fomentar la producción alimentaria autosuficiente y fomentar la conciencia sobre el mantenimiento de una dieta equilibrada desde una edad temprana, convirtiéndose así en una solución auto-sostenible. Se subraya la necesidad de robustecer la formación docente en nutrición y asegurar que existan los recursos para la puesta en marcha de estos programas, de igual forma se recomienda integrar educación alimentaria dentro del currículo escolar, como una estrategia clave para promover la seguridad alimentaria y el bienestar infantil a largo plazo.

**Palabras clave:** Educación alimentaria; Seguridad alimentaria; Docentes; Nutrición; Educación infantil.

**ABSTRACT**

This research analyzes the active role teachers play in the proper integration of nutrition education into preschool curricula in Ecuador and its relationship to children's food security. Based on bibliographic data, several studies on the implementation of nutrition education programs for children in vulnerable situations are reviewed and analyzed. The research showed positive results when the programs were implemented comprehensively and obtained the support and active participation of teachers. This not only improved children's academic performance but also enhanced their overall physical health and cognitive development. The implementation of school gardens is expected to help foster self-sufficient food production and raise awareness about maintaining a balanced diet from an early age, thus becoming a self-sustaining solution. The need to strengthen teacher training in nutrition and ensure the availability of resources for the implementation of these programs is emphasized. Furthermore, the integration of food education into the school curriculum is recommended as a key strategy for promoting long-term food security and child well-being.

**Key words:** Food education; Food security; Teachers; Nutrition; Early childhood education.

**Copyright**

Los originales publicados en las ediciones impresa y electrónica de esta revista son propiedad del Instituto Superior Tecnológico Universitario Rumiñahui, por ello, es necesario citar la procedencia en cualquier reproducción parcial o total. Todos los contenidos de la revista electrónica se distribuyen bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-4.0 Internacional.

**Citas**

Jumbo Vélez, L., Jumbo Vélez, C., & Jumbo Vélez, H. (2025). Integración de la educación alimentaria en la primera infancia: Rol de los docentes y su impacto en la seguridad alimentaria. *CONECTIVIDAD*, 6(3). <https://doi.org/10.37431/conectividad.v6i3.265>

## 1. INTRODUCCIÓN

La seguridad alimentaria y la educación en nutrición son fundamentales para el desarrollo integral de los niños, con personal énfasis en la primera infancia, que es la época donde se cimenta el desarrollo físico y cognitivo del individuo. De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), la seguridad alimentaria radica en la garantía de que todas las personas posean, en todo momento, acceso físico y económico a suficientes alimentos de calidad, seguros y nutritivos que les permitan llevar una vida activa y saludable (FAO, 2017). En países en vías de desarrollo como Ecuador, esta problemática adquiere notabilidad por el alto índice de desnutrición infantil. Datos de UNICEF estiman que cerca de un 25% de los menores de cinco años en el país sufren de desnutrición crónica, lo que ubica a Ecuador como uno de los países con mayores desafíos en esta problemática en América Latina (UNICEF, 2019).

La situación es aún más severa en las zonas rurales donde cuantiosas familias enfrentan retos para acceder a alimentos nutritivos y necesitan de conocimientos adecuados sobre prácticas de alimentación saludable. En este contexto, la educación nutricional surge como una estrategia alimentaria que ciertamente puede mejorar la nutrición y fomentar un mejor rendimiento académico. Varios estudios han defendido que la adopción de prácticas de vida saludable desde la primera infancia puede reducir la prevalencia de la desnutrición y, al mismo tiempo, tener un efecto positivo en el rendimiento escolar (Rodríguez, 2020).

Este estudio consideró cómo la incorporación de la educación sobre temas alimentarios en los currículos de nivel preescolar en Ecuador y la participación activa de los docentes pueden ir a una seguridad alimentaria a nivel infantil. En este sentido, se realizó una revisión bibliográfica para recopilar y sintetizar documentos esenciales dirigidos a programas educativos en nutrición y su efecto en la calidad de vida de los niños, particularmente aquellos que enfrentan inseguridad alimentaria.

La instrucción de los docentes es fundamental para lograr dicha finalidad, investigaciones recientes sugieren que la práctica de construir huertos escolares está fomentando hábitos saludables en la niñez al incentivar el consumo de alimentos más nutritivos, así como crear una mayor conciencia sobre la alimentación equilibrada (Maruri et al. 2023). Mediante el uso de pedagogías activas, como el “aprender haciendo”, los chicos no solo aprenden los conceptos de nutrición a nivel teórico, sino que aprenden a realizar muchas de estas acciones, lo que hace que realmente puedan mantener hábitos saludables (Lomas et al., 2024).

## 2. MATERIALES Y MÉTODOS

Esta investigación adopta métodos cualitativos y cuantitativos para entender de forma integral cómo se relacionan la educación alimentaria en la primera infancia y la seguridad alimentaria infantil en Ecuador, utilizando un abordaje sistémico, estrategia que facilita el acceso a información particular sobre exposición a ciertos indicadores como desnutrición, obesidad, bajo rendimiento escolar, y también ofrece una explicación cualitativa, a partir de la acción

que los docentes ejercen por medio de sus lecciones y planificaciones de clases, tales como el manejo de huertos escolares como pedagogía educativa activa.

La investigación se concentró en la revisión de artículos relacionados a educación alimentaria y métodos de enseñanza en el país, se obtuvieron artículos de años recientes (2019-2024) localizados en Google Scholar y SciELO, cuya validez era indiscutible. La búsqueda se llevó a cabo con frases claves tales como “educación alimentaria en la primera infancia”, “rol del docente en el programa de alimentación escolar” e “inseguridad alimentaria en la primera infancia”, que ayudaron a encontrar los estudios más relevantes en relación a nuestro País.

La revisión se llevó a cabo en dos fases, en la primera se buscó literatura académica relevante basada en los términos establecidos, posteriormente se seleccionaron los estudios que cumplieron con criterios de selección como estar en español, incluir educación para niños de 3 a 7 años y estar directamente relacionados con el currículo ecuatoriano y se excluyeron aquellos estudios sin datos concretos, enfocados en otras etapas del desarrollo infantil, o que no incluían el rol del docente en los procesos educativos.

Para analizar los estudios seleccionados, se utilizó el modelo de análisis de contenido desarrollado por Bardin (2016) que permite una categorización de los hallazgos en: la inclusión de la educación alimentaria en el currículo, el rol del docente en la adopción de comportamientos saludables, y el impacto de estas acciones en asegurar alimentos para los niños, a partir de lo cual se realizó una triangulación de datos al comparar estudios de diferentes regiones y utilizar diferentes metodologías con el fin de identificar patrones frecuentes y evaluar el impacto que los programas educativos tuvieron en las conductas alimenticias habituales de los niños.

Ambas metodologías, cualitativas y cuantitativas, son necesarias al intentar resolver un problema que tiene facetas sociales, educativas y económicas simultáneamente conforme lo sostiene Creswell (2013) que afirma que la fusión de ambos tipos de datos proporciona una mayor validez y una riqueza más profunda a los hallazgos debido a la visión más amplia que se brinda sobre el fenómeno, los datos cuantitativos de estudios previos sugieren mejoras significativas en la salud infantil y el rendimiento escolar, mientras que los datos cualitativos de revisiones sistemáticas y análisis de contenido proporcionan valiosos conocimientos sobre las percepciones, actitudes y prácticas de los docentes respecto a la educación nutricional (Maruri et al., 2023; Lomas Tapia et al., 2024).

El uso de la triangulación metodológica como un enfoque de confianza acrecienta la precisión de los resultados al buscar patrones recurrentes, como el resultado positivo asociado con la adopción de la educación nutricional y la implementación de prácticas de vida saludable, junto a áreas crónicas de preocupación, como la inadecuada preparación de los educadores en nutrición (FAO, 2017; Tuberoso, 2022). Esto hace posible armonizar diversas evidencias para desarrollar recomendaciones sólidas que aborden objetivos a largo plazo factibles orientados a mejorar la seguridad alimentaria de los niños y su bienestar general.

### 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis de la revisión subrayó la necesidad de aumentar el enfoque de la educación alimentaria durante la primera infancia, especialmente con respecto a la seguridad alimentaria del niño y el rendimiento académico en Ecuador, mediante la triangulación de datos, han surgido algunos patrones monótonos y algunas inconsistencias en los enfoques, lo que permite desarrollar conclusiones generales para el estudio.

#### *Impacto de la Educación Alimentaria en el Rendimiento Académico de los Estudiantes*

Muchos estudios han intentado abordar la relación que existe entre una nutrición adecuada y el rendimiento académico, tanto Lomas et al. (2024) como Ceme (2021) concuerdan en que el equilibrio en la dieta mejora el desarrollo del cerebro y, por ende, la capacidad de aprendizaje del niño. Se ha notado que los malos hábitos alimentarios junto con la falta de una nutrición adecuada pueden dificultar la concentración, lo que afecta negativamente el rendimiento educativo. En este sentido, Palma y Ponce (2024) señalan que, en las zonas rurales de Ecuador, donde hay una mayor prevalencia de niños desnutridos, se observa un mayor bajo rendimiento académico.

Estos hallazgos amparan la necesidad de integrar la educación nutricional como parte del currículo escolar, es esencial que los niños no solo aprendan sobre nutrición, sino que también practiquen hábitos de alimentación saludable que tendrán un impacto positivo en su rendimiento físico y académico; por lo que, es imperante la necesidad de capacitar a los docentes en nutrición para que puedan adoptar estrategias que aborden los problemas de desnutrición y mejoren el logro educativo.

#### *Rol del Docente en el Establecimiento de Patrones de Alimentación Saludable*

Tuberoso (2022) enfatiza fuertemente el papel de los educadores en la promoción de prácticas de alimentación saludable y llama la atención sobre ello en el análisis de los estudios revisados, se supone que los educadores deben ejercer esa responsabilidad animando a los niños a tener una dieta nutritiva y equilibrada desde una edad temprana. Sin embargo, la investigación de Alcívar y Ubillus (2024) junto con Pacheco y Novillo-Luzuriaga (2023) indica que un número considerable de docentes carece de la capacitación adecuada en nutrición, lo que socava su capacidad para asumir esta responsabilidad.

La falta de recursos junto con la ausencia de apoyo institucional tiende a obstaculizar el desarrollo de estos programas educativos, pese a que se ha reconocido a los docentes como actores clave dentro del ámbito de la educación nutricional, su impacto es limitado debido a la falta de capacitación adecuada.

#### *Integración de la Educación Alimentaria Dentro del Currículo Escolar*

Uno de los temas más controvertidos en los estudios gira en torno a la necesidad de incluir formalmente la educación alimentaria como una materia independiente dentro del currículo escolar, Maruri et al. (2023) y Montaleza y Torres (2022) señalaron que herramientas educativas

como los huertos escolares no solo enseñan buenas prácticas alimentarias, sino que también fomentan valores cívicos y ambientales, estas estrategias permiten a los niños experimentar la aplicación práctica de los conceptos que aprenden, mejorando así su comprensión y mejorando su nutrición.

Pacheco y Novillo-Luzuriaga (2023) destacan la importancia de agregar cursos específicos de nutrición a la formación de los docentes. Esto permitiría a los educadores implementar programas de promoción de la salud y apoyar la práctica de buenos hábitos dietéticos entre sus alumnos, especialmente aquellos de grupos poblacionales vulnerables.

### ***Impacto en la Seguridad Alimentaria***

Limay et al. (2023) y Tuberoso (2022) argumentan que enseñar a los niños sobre alimentación saludable desde una edad temprana es fundamental para reducir enfermedades relacionadas con la nutrición y mejorar la salud y el bienestar de los niños en contextos altamente sociales y económicamente vulnerables, la educación nutricional se convierte en una herramienta esencial en la lucha contra la desnutrición. Palma y Ponce (2024) demuestran cómo iniciativas como los huertos escolares no solo mejoran el estado nutricional de los niños, sino que también refuerzan la seguridad alimentaria de las comunidades de los niños; estos programas son efectivos a largo plazo porque promueven la producción y el consumo de alimentos nutritivos en las escuelas y los hogares.

Como se presenta en la Tabla 1. los estudios revisados confirman el impacto que una nutrición adecuada provoca en el rendimiento académico, especialmente en áreas rurales donde la desnutrición es un problema. Hay que reconocer también que esta no está formalmente entrenada, considerando que el capital disponible es tan limitado, la ausencia de recursos formativos y de materiales didácticos constituye la principal barrera, demostrando la necesidad de políticas sobre desarrollo profesional en educación nutricional.

Una alimentación balanceada es solo el empuje de una buena calidad de vida, las acciones planificadas junto a la reestructuración de programas preescolares permiten incorporar e implementar el aprendizaje en nutrición en el currículo, brindando la promoción que la iniciativa necesita para perdurar con el tiempo; la intención es que no solamente se optimice la alimentación de los escolares, sino que se controle los alimentos que consumen a través del fomento de la autonomía sostenible cultivada en sus comunidades

**Tabla 1.** Estudios por categorías y resultados

| Categoría  | Estudios  | Hallazgos Relevantes  |
|--|---|---|
| Impacto de la Educación Alimentaria en el Rendimiento Académico    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lomas et al. (2024)</li> <li>- Mendoza (2021)</li> <li>- Palma y Ponce (2024)</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- La implementación de programas de educación alimentaria en las escuelas ha demostrado ser un factor clave en el aumento de la productividad y en el fortalecimiento del desarrollo cognitivo en los niños. Con la provisión de una nutrición adecuada y la información correcta sobre un estilo de vida saludable, una persona puede concentrarse mejor y asimilar eficientemente los conocimientos.</li> <li>- La combinación de dietas inadecuadas y desnutrición tiene un efecto directo en la capacidad de atención y en las capacidades de aprendizaje de los estudiantes. Si los niños no reciben una nutrición adecuada, experimentarán fatiga, problemas de memoria y un bajo rendimiento académico, lo que obstaculizará su crecimiento.</li> <li>- La introducción de políticas dirigidas a la promoción de dietas saludables para los niños no solo aumenta el nivel de vida de los niños, sino que también ayuda en la soberanía alimentaria de la comunidad.</li> </ul> |
| Rol del Docente en la Promoción de Hábitos Alimentarios Saludables | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tuberoso (2022)</li> <li>- Alcívar (2024)</li> <li>- Pacheco y Novillo (2023)</li> </ul>                           | <p>El profesorado es un agente primordial dentro del proceso de enseñanza de hábitos alimentarios saludables, aunque a menudo, por razones de baja capacitación y escasez de materiales, se ven sometidos a cuantos restringidos.</p> <p>Su participación activa mejora significativamente los resultados de los programas educativos en nutrición.</p>   |
| Integración de la Educación Alimentaria en el Currículo Escolar    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Maruri et al. (2023)</li> <li>- Montaleza y Torres (2022)</li> <li>- Pacheco y Novillo-Luzuriaga (2023)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- El propósito de incluir materias de nutrición en el currículo escolar tiene relación con la continuidad de estos programas, así como también con la capacitación de los docentes.</li> <li>- Herramientas como los huertos escolares promueven hábitos saludables y valores ambientales.</li> </ul>  |
| Efectos en la Seguridad Alimentaria                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ángeles et al. (2023)</li> <li>- Tuberoso (2022)</li> <li>- Palma y Ponce (2024)</li> </ul>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estos programas ayudarán a reducir la morbilidad de las enfermedades de nutrición, además de mejorar la calidad de vida de los menores.</li> <li>- Los jardines de infantes y primarias establecen huertos y esto ayuda a la soberanía alimentaria y promueve el activismo social.</li> </ul>  |

Los primeros estudios revisados y citados en la Tabla 2 revelan las consecuencias positivas que la educación, especialmente a nivel escolar, tiene en los niños, se puede afirmar que la implementación de programas de educación alimentaria desde la primera infancia no solo fomenta el desarrollo de elecciones de estilo de vida, sino que también afecta positivamente el rendimiento académico, particularmente entre los niños más en riesgo de inseguridad alimentaria.

En cualquier caso, uno de los temas más críticos discutidos en estos estudios es la falta de formación que se brinda a los docentes en el ámbito de la nutrición lo que representa un obstáculo considerable para el éxito de los programas educativos. Por lo tanto, es esencial que la formación docente se mejore para dotarles de materiales que les permitan participar activamente en la promoción de una alimentación saludable dentro del aula.

Uno de los temas que llama la atención por su grado de relevancia es la integración de la educación alimentaria dentro de la educación formal, aunque estudios realizados muestran algún avance, es necesario reforzar la incorporación dentro del sistema educativo para que los programas sean sostenibles, permanentes y accesibles a todos los niños y niñas, sin importar su situación socioeconómica.

El análisis integrado de datos cualitativos y cuantitativos nos informa que hay tres áreas clave

donde los programas han tenido un impacto significativo, estas incluyen: la mejora en las prácticas dietéticas de los estudiantes, el aumento del conocimiento sobre nutrición dentro de los hogares y la disminución de las tasas de malnutrición y obesidad infantil. Estos hallazgos destacan la necesidad de continuar desarrollando estrategias educativas que promuevan la alimentación saludable desde una edad temprana.

### ***Educación Alimentaria y sus Efectos en el Rendimiento Académico***

Los hallazgos obtenidos en una variedad de estudios indican que una nutrición adecuada contribuye a la preservación de la salud física de un niño, así como a su desarrollo cognitivo y rendimiento escolar. Las conclusiones alcanzadas respecto a la implementación de programas de educación alimentaria en el currículo ofrecen nuevas oportunidades en cuanto al impacto positivo que estos programas tienen en el desarrollo de hábitos alimenticios saludables y en el rendimiento académico.

Esto ha sido evidente en la investigación que ha incluido programas educativos centrados en la nutrición a nivel primario. Se controlará que en las escuelas donde los programas se implementen de manera integral, con todo el personal plenamente implicado, los niños comenzaron a adoptar hábitos alimenticios más saludables. Esto se refleja en el aumento del consumo de alimentos saludables y en la disminución del consumo de alimentos ultraprocesados. Esta tendencia no se limita al entorno escolar; los propios niños refuerzan el aprendizaje en casa, lo que fomentó este cambio.

La investigación de la nutrición carece de información relevante en los sectores rurales y de escasos recursos, siendo un fenómeno peculiar debido a que esos niños no solo se convirtieron en defensores dentro de su casa, sino que internamente continúan siéndolo a sus familias a mejorar su alimentación. Ellos ajustaron positivamente la alimentación y la nutrición no solo en su hogar, sino en muchas otras familias de la zona, contribuyendo así a la reducción de la desnutrición. En consecuencia, se mejoró la alimentación, incrementando la seguridad alimentaria y promoviendo un estilo de vida más saludable. En conjunto a las ventajas que programas de educación alimentaria brindan, también se da un impacto positivo en el aumento de la obesidad y el desnutrimiento infantil. Los beneficios derivados evidencian que el bienestar emocional y cognitivo de estos niños se ha visto favorable. Estos niños que han sido parte de estos programas están demostrando mayor atención y concentración incrementando su desempeño en las actividades académicas, lo que refleja su nivel cognitivo.

Como indican diversas fuentes, los beneficios resultantes de la educación alimentaria se abordan desde una perspectiva sistémica con la integración activa de docentes y padres son evidentes, mejora en la salud física y bienestar emocional, sino también en el rendimiento académico. Por tanto, es fundamental la enseñanza de la alimentación saludable como parte del currículo escolar de manera sostenible, asegurándose que los docentes cuenten con la capacitación y los materiales necesarios.

## **Educación Alimentaria y su Relación con el Desempeño Académico**

El intercambio de alimentos y rendimiento académico en América Latina parece ser una de las pocas filosofías intactas. Por ejemplo, un estudio en Brasil de Oliveira et al (2019) establece que los niños en edad escolar que tuvieron acceso a alimentos nutritivos no solo tuvieron un mejor rendimiento, sino que también mostraron niveles de concentración apreciables. Esto enfatiza el importante papel que los programas de alimentación escolar tienen en el desarrollo cognitivo y académico de los estudiantes, particularmente en los llamados contextos vulnerables.

Además, en México, un estudio de Morales-Ruán et al. (2020) muestra que los niños en riesgo que participaron en programas de modelos de enseñanza combinada obtuvieron mejores resultados en pruebas estandarizadas de Matemáticas y Lectura. Estos resultados son consistentes con los de Ecuador y otros países de la región que subrayan la necesidad de incorporar la educación nutricional como parte del currículo escolar, comenzando desde la educación primaria temprana.

El papel del educador en el desarrollo de hábitos alimenticios saludables es otro aspecto vital que se ha investigado es el papel activo que cumplen los educadores en el desarrollo y promoción de hábitos alimenticios saludables, en Chile, un estudio de Reyes et al. (2018) destacó cómo los docentes bien capacitados pueden influir en los hábitos alimenticios de sus estudiantes y, posteriormente, mejorar su bienestar físico y rendimiento académico. Sin embargo, al igual que en muchos otros países de la región, el estudio mostró que aún existe una falta de capacitación específica en nutrición que impide la implementación efectiva de estos programas.

En el caso de Perú, un estudio anterior de Álvarez et al. señaló que los docentes tienen una influencia significativa sobre los estudiantes cuando la educación alimentaria y nutricional se incorpora al currículo escolar de manera pedagógica a través de la jardinería escolar. Sin embargo, la ausencia de materiales instructivos, junto con una capacitación inadecuada en nutrición, plantea profundas dificultades para los instructores.

## **Integrando la Educación Alimentaria en el Currículo Escolar**

Dentro de las políticas educativas, varios investigadores afirman que la integración de la educación alimentaria en el currículo escolar mejora la seguridad alimentaria de los estudiantes, en Argentina, Martínez et al. (2021) han demostrado que los programas educativos que incluyen la enseñanza sobre alimentos saludables han disminuido la desnutrición y fomentado dietas equilibradas. Sin embargo, los investigadores enfatizaron la necesidad de políticas públicas sólidas que apoyen la capacitación de maestros y proporcionen recursos adecuados para una implementación apropiada.

En Colombia, un estudio realizado por López-Salazar et al. (2019) evaluaron el impacto de los huertos escolares como una herramienta educativa destinada a mejorar la nutrición de los estudiantes, estos proyectos incorporados en el currículo escolar no solo mejoraron la seguridad alimentaria de los estudiantes, sino también sus habilidades sociales y ambientales. Esto está en línea con los hallazgos de Ecuador sobre el uso de huertos escolar como una herramienta de enseñanza efectiva.

### ***Implicaciones para la Educación Superior y la Docencia***

En el contexto de la educación superior, estos estudios destacan la necesidad de considerar la integración de cursos de nutrición en los programas de formación docente en Ecuador y otros países de América Latina. La formación en nutrición y seguridad alimentaria es importante para que los docentes puedan participar activamente en el desarrollo de estilos de vida saludables desde la escuela.

Esto subraya el hecho de que hay un impacto directo de la enseñanza de la nutrición en la salud de los niños, así como en su rendimiento académico, aunque, aún hay mucho por mejorar en cuanto a la práctica docente, especialmente en lo que respecta a la profundidad de la integración de enfoques interdisciplinarios sobre estos aspectos en el currículo.

Como se discutió, la inclusión de políticas sobre educación alimentaria dentro del currículo escolar de manera sistemática haría posible obtener resultados positivos, los estudiantes son notoriamente más saludables y son capaces de rendir incluso mejor en diversos casos, a pesar de todo, hay algunas cuestiones que aún no se han resuelto, tales como la escasez de recursos docentes o materiales instructivos que están a su disposición. Es fundamental elaborar estrategias didácticas que tengan como objetivo clave atender estas necesidades que garanticen la continuidad de los efectos a largo plazo de estas obras.

### **4. CONCLUSIONES**

El presente trabajo ha permitido estudiar a fondo la relación entre la educación alimentaria y su impacto en la seguridad alimentaria infantil en Ecuador, destacando el papel fundamental de los docentes en la promoción de hábitos saludables desde la primera infancia, se han identificado múltiples beneficios que estos programas generan en la salud y el rendimiento académico de los niños, especialmente en estado de vulnerabilidad.

Uno de los principales objetivos de esta revisión fue evaluar el impacto de la educación alimentaria en la salud y el rendimiento académico de los niños ecuatorianos, se ha validado que la integración de aspectos de nutrición saludable en el currículo ayuda a aliviar la desnutrición y a mejorar el logro de habilidades educativas en este caso específico sobre Ecuador. Esto es consistente con la investigación realizada en Brasil y México que ha confirmado que los programas de alimentación escolar mejoran el rendimiento académico y la concentración de los estudiantes (Oliveira et al., 2019; Morales-Ruán et al., 2020).

Las evidencias examinadas muestran que una ingesta dietética adecuada mejora el desarrollo cognitivo al mejorar la atención y las habilidades para resolver problemas, como también la mitigación de la mala nutrición entre los niños ayudándolos a crecer sanos y saludables.

Otro aspecto en el que se centró este estudio fue el papel del educador en la enseñanza de hábitos alimentarios adecuados, los docentes, como partes interesadas en la implementación de cualquier programa de educación alimentaria, no parecían ejercer mucha influencia debido a la falta de capacitación en nutrición y materiales de enseñanza diseñados para ellos. Esto no es solo

un problema para Ecuador, ya que estudios de Chile y Perú revelan preocupaciones similares. Los estudios de Reyes et al.(2018) y Álvarez et al. (2020) enfatizan que los docentes para que cumplan con sus responsabilidades en la educación alimentaria, necesitan ser capacitados en nutrición como parte de los requisitos, adicionalmente mencionan que las instituciones educativas necesitan contar con ayudas y materiales como huertos escolares, que han demostrado estimular el interés de los niños en la alimentación saludable a través del aprendizaje activo. Incorporar la educación nutricional en un plan de estudios es uno de los enfoques más efectivos para garantizar su impacto duradero y sustentable; para Argentina y Colombia, incorporar estos temas en el plan de estudios escolares ha demostrado elevar una mejor conciencia sobre la alimentación saludable a una edad temprana (Martínez et al., 2021; López-Salazar et al., 2019).

Este tipo de enfoque curricular integrado no solo mejora la nutrición de los aprendices, sino que fortalece la seguridad alimentaria a largo plazo al aumentar la autosuficiencia alimentaria entre comunidades de bajos ingresos y rurales, presentando una oportunidad estratégica para abordar la prevalencia de la desnutrición y mejorar la calidad de vida de los niños.

El material recopilado indica que los sistemas de enseñanza alimentaria en Ecuador han influido positivamente en la seguridad alimentaria de infantes y de sus familias cuyo efecto es la reducción de la desnutrición infantil y de la obesidad, lo cual pone de manifiesto la necesidad de implementar y cultivar hábitos alimentarios saludables dentro del ambiente escolar, es importante rescatar las iniciativas como los huertos escolares han mostrado ser un método para promover la seguridad alimentaria sostenible y educar a la población sobre la importancia de mantener una dieta equilibrada, especialmente en las zonas más vulnerables.

En el contexto de programas diferenciales, es posible extender el detalle integrando estudios escritos en inglés o portugués para comparación entre países, en los casos más avanzados, es apropiado proponer estudios longitudinales sobre el impacto de tales iniciativas en la seguridad alimentaria y el rendimiento académico a lo largo del tiempo, estas iniciativas deben complementarse con la construcción de modelos que incorporen el estudio de la enseñanza de la nutrición y la alimentación desde perspectivas pedagógicas y de ciencias sociales. Por último, es altamente relevante analizar la educación nutricional en relación con herramientas tecnológicas y evaluar activamente las políticas públicas que apoyan la implementación e institucionalización de estas medidas en el sistema educativo.

## REFERENCIAS

- Alcívar, M. G., y Ubillus, S. P. (2024). Educación alimentaria para la prevención de problemas de salud en niños de educación inicial. *Revista Sinapsis*, 24(1), 1-19. <https://www.itsup.edu.ec/sinapsis>
- Limay, D., Collazos, G. L., y Cunaique, E. (2023). Hábitos alimenticios saludables en niños del II ciclo de educación inicial. *Revista de Salud Infantil*, 7(5), 45-63.
- Ceme, V. R. (2021). Hábitos alimenticios y su incidencia en el desarrollo cognitivo de los niños. *Revista de Nutrición y Desarrollo Cognitivo Infantil*, 9(3), 56-78.
- FAO. (2017). Seguridad alimentaria y nutrición. Organización de las Naciones Unidas para la

Alimentación y la Agricultura.

- Lomas, K. R., Trujillo, C. A., Guzmán, X., y Paz, M. Y. (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*, 4(1), 390-404.
- López-Salazar, J., et al. (2019). School gardens and their impact on food security in Colombia. *Journal of Environmental Education*.
- Maruri, W. K., Maruri, M. W., Gallo, I. E., y Patiño Robinson, L. J. (2023). Huertos escolares orgánicos como recursos didácticos de los alumnos de la Escuela de Educación Básica “General Quisquis”. *Maestro y Sociedad*, 20(3), 753-761. <https://maestrosociedad.uo.edu.cu>
- Martínez, P., et al. (2021). Inclusion of food education in Argentine school curricula. *Revista de Ciencias de la Educación*.
- Montaleza, D. E., t Torres, M. A. (2022). Educación alimentaria y nutricional en niños de 4 a 5 años del CEI Rita Chávez de Muñoz. *Revista de Educación y Nutrición Infantil*, 15(4), 87-102.
- Monteiro, C. A., et al. (2020). School feeding programs and their impact on food security in rural Brazil. *Brazilian Journal of Public Health*.
- Morales-Ruán, C. D., et al. (2020). School nutrition programs and academic performance in Mexican primary schools. *Journal of Public Health*.
- Oliveira, D. R., Silva, A. P., y Santos, C. R. (2019). Impact of school feeding on academic performance in Brazilian children. *Revista de Nutrição Escolar*.
- Pacheco, S. R., y Novillo-Luzuriaga, N. N. (2023). Importancia de la inclusión de la asignatura Nutrición en el Currículo de la Carrera de Educación Inicial. *Revista Científica UPSE*, 10(2), 198-214.
- Palma B. L., y Ponce, K. R. (2024). La desnutrición y el bajo rendimiento escolar en niños de educación básica. *Revista Maestro y Sociedad*, 43(2), 245-256.
- Reyes, F. J., et al. (2018). Teacher’s role in promoting healthy eating habits in Chilean primary schools. *International Journal of Child Health and Nutrition*.
- Tagle, A. M. (2021). Acciones didácticas para la educación alimentaria en segundo grado. *Revista de Educación Básica*, 18(2), 15-30.
- Torres, M. A., & Ceme Mendoza, V. R. (2021). Relación entre la alimentación saludable y el aprendizaje en educación inicial. *Revista Científica de Educación y Nutrición Infantil*, 12(1), 56-72.
- Tuberoso, M. (2022). El docente como promotor de hábitos alimenticios saludables. Análisis pedagógico de la práctica docente, Escuela N°10.
- Unicef. (2019). Estado mundial de la infancia 2019: Niños, alimentos y nutrición. Fondo de las Naciones Unidas.