

**TRANSFORMACIÓN PEDAGÓGICA EN EDUCACIÓN INICIAL:
ALIMENTACIÓN SALUDABLE COMO EJE PARA EL DESARROLLO
ACADÉMICO INTEGRAL**

**PEDAGOGICAL TRANSFORMATION IN EARLY CHILDHOOD
EDUCATION: HEALTHY EATING AS A CORE AXIS FOR HOLISTIC
ACADEMIC DEVELOPMENT**

Tatiana Romina Loza Ramírez.

Maestrante

Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí Postgrado Ext. Sucre
tati27.1998@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-9008-4726>

Ana Gabriela Marazita Vera

Docente

Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí Postgrado Ext. Sucre
ana.marazita@uleam.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0004-2176-711X>

Resumen

La presente investigación analiza la problemática de los hábitos alimenticios inadecuados en niños de educación inicial y su influencia en su desarrollo académico integral, considerando que, aunque existe conciencia sobre la importancia de una alimentación saludable, aún se mantiene prácticas poco favorables en el entorno familiar. El objetivo fue analizar la alimentación saludable como eje de la transformación pedagógica y su incidencia en el desarrollo académico integral. El estudio se desarrolló bajo un enfoque mixto, con un diseño no experimental de tipo descriptivo-correlacional y corte transversal. La población estuvo conformada por 82 participantes, entre padres de familia y docentes quienes se aplicaron encuestas tipo Likert y entrevistas semiestructuradas; los datos fueron procesados mediante el software SPSS versión 26. Los resultados demuestran una consideración favorable en cuanto a la importancia de la alimentación saludable, donde más del 90% indica su influencia con el aprendizaje, el comportamiento y el rendimiento académico. También se identificó la persistencia del consumo de alimentos procesados en las loncheras escolares, así como la necesidad de potenciar hábitos alimenticios en algunos hogares. Dentro de la entrevista se reconoce que la alimentación equilibrada favorece la concentración, la participación y la

disposición para aprender, mientras que una alimentación incorrecta puede generar distracción y fatiga. En conclusión, la alimentación saludable se consolida como un eje clave dentro de la transformación pedagógica, al incidir en el desarrollo integral de los niños, siendo fundamental fortalecer la articulación entre la familia y la escuela.

Palabras clave: Transformación pedagógica, alimentación saludable, Educación Inicial, rendimiento académico.

Abstract

This study examines the issue of inadequate eating habits among early childhood students and their influence on comprehensive academic development, considering that, although there is awareness of the importance of healthy nutrition, unfavorable practices still persist within the family environment. The main objective was to analyze healthy eating as a key axis of pedagogical transformation and its impact on comprehensive academic development. The research was conducted using a mixed-methods approach, with a non-experimental, descriptive-correlational, and cross-sectional design. The study population consisted of 82 participants, including parents and teachers, who were administered Likert-scale surveys and semi-structured interviews. Data were processed using SPSS software (version 26). The findings indicate a generally favorable perception regarding the importance of healthy eating, with more than 90% of participants acknowledging its influence on learning, behavior, and academic performance. However, the continued consumption of processed foods in school lunchboxes was also identified, along with the need to strengthen healthy eating habits in some households. Interview results further highlight that a balance diet enhances concentration, participation, and readiness to learn, whereas poor nutrition may lead to distraction and fatigue. In conclusion, healthy eating emerges as a key component of pedagogical transformation, as it significantly influences children's holistic development. Strengthening the connection between family and school is therefore essential.

Keywords: Pedagogical transformation, healthy eating, early childhood education, academic performance.

Introducción

En los últimos años, la educación inicial ha venido experimentando cambios importantes que están orientados hacia una formación más integral del estudiante, en la que no solo prevalece el aprendizaje cognitivo, sino también su bienestar emocional, social y físico. Por lo que, en este marco la alimentación saludable emerge como un factor importante dentro de la transformación pedagógica, puesto que puede influir directamente en el desempeño académico de los niños.

Según la Organización Mundial de la Salud (2020), la nutrición en niveles de educación inicial es un factor esencial en el desarrollo cognitivo y físico. Así mismo, UNICEF (2019) señala que la alimentación saludable contribuye al desarrollo integral de los niños porque abarca tanto dimensiones intelectuales como emocionales y sociales.

En la provincia de Manabí, Ruiz & Pincay (2023) resaltan que el escaso conocimiento de los padres de familia sobre una alimentación adecuada en conjunto con la situación económica y nivel de educación influyen en prácticas alimenticias muy poco adecuadas en los hogares. Debido a esta realidad se estipula necesario replantear prácticas educativas desde un enfoque de transformación pedagógica, donde la alimentación saludable se integre como un eje esencial que permita contribuir al desarrollo académico integral de los estudiantes de educación inicial.

Estos estudios han examinado la relación entre la nutrición y el aprendizaje, validando que una alimentación adecuada en la primera infancia contribuye a habilidades como la memoria, la participación en el salón y la concentración. No obstante, aún persisten problemáticas relacionadas con hábitos alimenticios inadecuados.

La presente investigación se enfoca en analizar a la alimentación saludable como parte de la transformación pedagógica en estudiantes de educación inicial I y II, considerando su incidencia en el desarrollo académico integral. De igual manera, pretende comprender como los hábitos alimenticios influyen en procesos como la atención, el aprendizaje y la participación en el entorno escolar.

El objetivo radica en analizar la alimentación saludable como eje de la transformación pedagógica y su influencia en el desarrollo académico integral en estudiantes de educación inicial.

Desarrollo

Investigaciones como la de Mamani et al. (2023) destaca que los niños edad preescolar no cumplen con las recomendaciones mínimas de una alimentación saludable, destacándose un bajo consumo de frutas, pescado, verduras y legumbres, por el contrario, existe un alto consumo de productos procesados.

De igual forma, Gonzáles & Yesami (2025) mencionan que la deficiencia de nutrientes se relaciona con un propósito poco favorable en el rendimiento académico. Por otra parte, Vera et al. (2023) comprueban que los hábitos alimenticios en la infancia están relacionados a un proceso de transformación nutricional, donde es predominante el alto consumo de carbohidratos y una escasa ingesta de proteínas y grasas.

Asimismo, varios autores han resaltado la importancia de la alimentación saludable en el proceso educativo. Acosta et al. (2025) revelan que en educación inicial el rendimiento académico está muy relacionado con los hábitos alimenticios, dado que una dieta equilibrada favorece mayores niveles de energía y concentración en los estudiantes.

Por otra parte, Casagallo et al. (2025) muestran que una alimentación no adecuada puede generar dificultades de aprendizaje, disminuye la atención y estados de fatiga. Mientras que, Pesantez (2025) sostiene que la nutrición influye directamente en el desarrollo de habilidades cognitivas, evidenciando que una dieta equilibrada beneficia el desempeño académico, mientras que una alimentación deficiente puede afectar de manera negativa el desarrollo integral.

Desde una perspectiva conceptual, Campuzano et al. (2024) definen la alimentación saludable consumo adecuado de nutrientes necesarios para el correcto funcionamiento del organismo, prevención de enfermedades y desarrollo mental y físico. Asimismo, Rico (2021) destaca lo importante que es promover acciones educativas que sensibilicen sobre la necesidad de mejorar los hábitos alimenticios, mientras que Chillogalli et al. (2022) enfatizan el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes orientadas a la toma de decisiones saludables.

Desde la transformación pedagógica se busca integrar la educación alimentaria en el proceso de enseñanza y aprendizaje para permitir cambios que generen transformaciones relevantes en los hábitos de los estudiantes, promoviendo entornos educativos dinámicos,

también inclusivos y saludables. Además, proporciona a los docentes herramientas para identificar y promover prácticas que influyan de manera positiva en el rendimiento académico.

Por lo tanto, la investigación se justifica en la necesidad de fortalecer una educación inicial que promueva el desarrollo integral de los estudiantes, considerando la alimentación saludable como un pilar fundamental influyente en el desarrollo intelectual, la energía y la capacidad de aprender. Asimismo, busca contribuir a la comprensión de la relación entre nutrición y educación, generando aportes relevantes tanto para el ámbito educativo como familiar.

Materiales y métodos

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, al integrar métodos cuantitativos y cualitativos con el propósito de analizar la alimentación saludable como eje de la transformación pedagógica en el desarrollo académico integral de los niños en educación inicial.

Des la perspectiva cuantitativa, se analizaron datos numéricos obtenidos mediante la aplicación de encuestas a padres de familia; mientras que, desde el enfoque cualitativo, se recogieron percepciones y experiencias de docente respecto a la incidencia de la alimentación en el proceso educativo. En este sentido, Castillo et al (2023) sostienen que la integración de ambos enfoques permite comprender de manera más amplia los factores que interviene en el aprendizaje.

El estudio se enmarco en un tipo de investigación no experimental, debido a que las variables no fueron manipuladas, sino observadas en su contexto natural. Asimismo, correspondió a un nivel descriptivo-correlacional, ya que permitió, por un lado, describir los hábitos alimenticios de los niños y, por otro, analizar su relación con el desarrollo académico integral. Pilay (2021), menciona que este tipo de investigación facilita la comprensión de prácticas determinadas que inciden en el entorno educativo.

El diseño de investigación fue transversal, puesto que la recolección de datos se realizo es un único momento durante el periodo 2026, en Unidad Educativa fiscal técnico San Vicente, lo que facilito obtener una visión general del fenómeno en el contexto estudiado. La población estuvo conformada por 82 participantes, distribuidos en 80 padres de familia y dos docentes de

educación inicial, siendo la muestra seleccionada 40 padres de familia que corresponde a un paralelo para la realización de la encuesta.

Dentro de las técnicas e instrumentos de recolección de datos, se utilizó la encuesta dirigida a los padres de familia, mediante un cuestionario estructurado con 10 preguntad en escala de Likert, con opciones desde “totalmente en desacuerdo” hasta “totalmente de acuerdo”, con la finalidad de analizar los hábitos alimenticios y su relación con el desarrollo académico.

Por último, se aplicaron entrevistas semiestructuradas a los docentes de Inicial I y II, orientada a conocer su percepción sobre la influencia de la alimentación en el desarrollo infantil. Finalmente, los datos obtenidos fuero procesados mediante el software estadístico SPSS versión 26, lo que permitió organizar, sistematizar y analizar la información de manera precisa.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados cuantitativos que permiten comprender, desde la experiencia de las familias, como perciben la alimentación saludable y su influencia en el desarrollo de sus hijos, donde se refleja tendencias claves relacionadas con los hábitos en el hogar, la preparación de loncheras nutritivas y la valoración de la alimentación como un aspecto importante en aprendizaje, rendimiento y comportamiento escolar.

Tabla 1

¿Cree usted que en el hogar se deba consumir alimentos saludables como frutas o vegetales?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	5,0
	De acuerdo	11	27,5
	Totalmente de acuerdo	25	62,5
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

Los resultados evidencian que 62,5% de los encuestados está totalmente de acuerdo y el 27,5% de acuerdo con el consumo de alimentos saludables en el hogar, sumando un 90,0% de percepción favorable. No obstante, un 5,0% se mantiene neutral y un 2.5% expresa desacuerdo,

lo que indica la presencia de casos aislados donde aún no se consolidan hábitos alimenticios adecuados.

Tabla 2

¿Está usted de acuerdo en incluir opciones nutritivas al preparar la lonchera de su hijo?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	5,0
	De acuerdo	12	30,0
	Totalmente de acuerdo	24	60,0
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

Se observa que el 60,0% de los participantes está totalmente de acuerdo y el 30,0% de acuerdo en incluir alimentos nutritivos en las loncheras escolares, representando un 90,0% de respuestas positivas. Sin embargo, un 5,0% se mantiene neutral y un 2,5% en desacuerdo, lo que sugiere la necesidad de fortalecer la constancia en algunos hogares.

Tabla 3

¿Considera usted que su hijo muestra interés al probar alimentos saludables y novedosos cuando está a su alcance?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	5	12,5
	De acuerdo	7	17,5
	Totalmente de acuerdo	26	65,0
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

Se evidencia una tendencia muy favorable hacia el interés de los niños, donde el 65,0% de los encuestados manifestó estar totalmente de acuerdo y un 17,5% de acuerdo, mientras el 12,5% se mantiene en una postura neutral y un 2,5% expresa desacuerdo, reflejando que, aunque

predomina la percepción positiva, aun aún ciertos niveles de resistencia que requiere ser atendidos a través de estrategias pedagógicas contextualizadas y motivadoras.

Tabla 4

¿Cree usted que el diálogo en familia sobre la importancia de mantener una alimentación equilibrada es necesario?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	5	12,5
	De acuerdo	8	20,0
	Totalmente de acuerdo	25	62,5
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

Los datos muestran que el 62,5% de los encuestados está totalmente de acuerdo y el 20,0% de acuerdo, reflejando una valoración positiva sobre la comunicación en familiar respecto a la alimentación saludable, mientras el 12,5% se mantiene neutral y el 2,5% en desacuerdo, siendo así que algunos hogares deben fortalecer este aspecto.

Tabla 5

¿Esta de acuerdo en que cuando su hijo se alimenta correctamente esta más animado y tiene mayor predisposición para participar en actividades escolares?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	7,5
	De acuerdo	7	17,5
	Totalmente de acuerdo	28	70,0
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

Se identifica que el 70,0% de los encuestados está totalmente de acuerdo y el 17,5% de acuerdo con la relación entre alimentación y comportamiento escolar, representando un 87,5% de

percepción positiva. Un 7,5% se muestra neutral y uno 2,5% en desacuerdo, lo que indica una alta conciencia sobre esta relación.

Tabla 6

¿Cree usted que la alimentación incide en la capacidad de su hijo para prestar atención y aprender?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	7,5
	De acuerdo	6	15,0
	Totalmente de acuerdo	29	72,5
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

El 72,5% de los encuestados esta totalmente de acuerdo y el 15,0% de acuerdo. Por otro lado, el 7,5% se mantiene neutral y un 2,5% en desacuerdo, reflejando una percepción favorable sobre la influencia de la alimentación la capacidad de aprendizaje.

Tabla 7

¿Usted considera que su hijo presenta un mejor desempeño académico cuando ha ingerido una alimentación adecuada?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	5,0
	De acuerdo	6	15,0
	Totalmente de acuerdo	30	75,0
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

Los datos reflejan que el 75,0% esta totalmente de acuerdo y el 15,0% de acuerdo, mientras el 5,0% se mantiene neutral y un 2,5% en desacuerdo, demostrando aceptación respecto a la influencia de la alimentación dentro del entorno académico.

Tabla 8

¿Está usted de acuerdo en que la institución debe promover actividades que permitan enseñar a lo niños la importancia de una buena alimentación?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	5,0
	De acuerdo	5	12,5
	Totalmente de acuerdo	31	77,5
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

El 77,5% de los encuetados manifestó estar totalmente de acuerdo, el 12,5% de acuerdo, el 5,0% se mantiene neutral, el 2,5% en desacuerdo, lo que denota que, aunque hay interés por parte de los padres de familia existen brechas que puede fortalecerse por medio de propuesta pedagógicas motivadora e inclusiva.

Tabla 9

¿Considera usted que abordar la alimentación saludable en el salón de clases puede generar experiencias de aprendizaje en los niños?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	2,5
	De acuerdo	5	12,5
	Totalmente de acuerdo	32	80,0
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

Se evidencia que el 80,0% de los participantes esta totalmente de acuerdo y el 12,5% de acuerdo, sin embargo, un 2,5% se mantiene neutral y un 2,5% en desacuerdo. Esto refleja que la mayoría reconoce la importancia de la educación alimentaria en el aprendizaje, aunque aún existe percepciones que podrían fortalecerse mediante estrategias pedagógicas significativas.

Tabla 10

¿Cree usted que enseñar a los niños en primera infancia sobre hábitos alimenticios saludables contribuyen al desarrollo integral?

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Totalmente en desacuerdo	1	2,5
	En desacuerdo	1	2,5
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	2,5
	De acuerdo	5	12,5
	Totalmente de acuerdo	32	80,0
	Total	40	100,0

Nota. Elaboración propia a partir de la encuesta aplicada en 2026.

Finalmente, el 80,0% de los encuestados está totalmente de acuerdo y el 12,5% de acuerdo en que la educación alimentaria contribuye al desarrollo integral de los niños, representando un 92,5% de aceptación. Por otro lado, un 2,5% se mantiene neutral y un 2,5% en desacuerdo, lo que confirma que, aunque la percepción es ampliamente positiva, aún existen opiniones divergentes en menor proporción

Los resultados cualitativos obtenidos a partir de las entrevistas realizadas a los docentes de educación inicial evidencian percepciones semejantes en torno a la influencia de la alimentación en el desarrollo integral de los niños. En primer lugar, se identifica que, en el día a día, predomina el consumo de alimentos procesados en las loncheras escolares, tales como galletas, jugos industrializados y snacks, aunque en menor proporción también se incluyen frutas, yogurt y alimentos preparados en casa.

Los docentes coincidían que la mayoría lleva comida chatarra y que pocos son los niños que comen frutas, reflejando la persistencia de hábitos alimenticios poco saludables en el entorno familiar. Además, se mencionó que el refrigerio escolar proporcionado por el Ministerio de Educación, es un aporte para la Institución educativa, dado que contribuye supliendo ciertas necesidades nutricionales de los niños y niñas, siendo así un completo a la alimentación que reciben en sus hogares, la cual puede ser saludable o no.

De acuerdo con el impacto de la alimentación en el ámbito escolar, los docentes coinciden que existe una relación directa entre una dieta equilibrada y un mejor desempeño académico, donde se destaca que los niños que consumen alimentos nutritivos se concentran mas que otros niños, son participativos y tienden a estar dispuestos a aprender. Por el contrario, los niños que

consumen productos altos en azúcar se distraen, están cansados y cambian su estado ánimo repentinamente.

Finalmente, los docentes destacan la importancia de la participación conjunta entre familia e institución educativa para promover una alimentación saludable, señalando que su integración en la prácticas pedagógicas favorece el desarrollo cognitivo, emocional y social de los niños.

Discusión

Diversos autores destacan que una alimentación equilibrada favorece procesos cognitivos esenciales como la memoria, la atención y la concentración. Guevara et al. (2025) menciona que una adecuada nutrición en la primera infancia influye directamente en el desarrollo intelectual y el rendimiento académico de los estudiantes.

Cusme y Villavicencio (2026) señalan que los hábitos alimenticios saludables además de aportar el desempeño escolar también contribuyen al desarrollo integral de niño, debido a que favorece dimensiones cognitivas, socioemocionales y físicas. Por otro lado, Franco et al. (2025) destacan que una adecuada alimentación en el nivel de inicial se posiciona dentro la transformación pedagógica como un elemento clave, dado que permite integrar la educación alimentaria con los procesos de enseñanza y aprendizaje de manera integral.

De acuerdo a los resultados cuantitativos se reflejó una alta valoración por parte de las familias respecto a la importancia de los hábitos alimenticios, lo cual se manifiesta en los elevados porcentajes de aceptación, sin embargo, dentro de los resultados cualitativos se manifestó que en la cotidianidad de las aulas de clases se observa que en las loncheras no siempre los padres de familias envían alimentos saludables. Por lo tanto, hay días en que los niños también consumen alimentos ultra procesados, evidenciando que existe cierta persistencia de hábitos alimenticios en el entorno familiar.

Los resultados cualitativos respaldan las concepciones de los autores al evidenciar que los docentes han detectado mejoras en la participación y predisposición de los niños que mantienen una dieta equilibrada. Por otro lado, también han identificado que, aunque el refrigerio proporcionado por Ministerio de Educación está diseñado para cubrir las necesidades nutricionales básicas, no siempre es consumido por los niños, puesto que ellos lo consideran poco atractivos o repetitivo, lo que genera desinterés o rechazo en algunos casos de ingerirlos.

Los hallazgos del presente estudio han evidenciado que existe una valoración positiva por parte de los padres de familia acerca de la importancia de la alimentación saludable, dado que existen brechas entre el conocimiento y la práctica cotidiana, reflejado en los alimentos ultra procesado que envían desde los hogares y en la poca aceptación de los niños hacia los refrigerios enviados por el Estado.

Por lo tanto, estos resultados sugieren el fortalecimiento de estrategias pedagógicas integrales que además de informar promuevan cambios sostenibles en los hábitos alimenticios, donde se involucre a los padres y considerando los gustos de los estudiantes. promoviendo no solo el bienestar físico, sino también el desarrollo cognitivo, emocional y social de los niños en sus primeras etapas educativas.

En este caso es importante fortalecer programas de educación alimentaria dirigidos a padres de familia, con el fin de mejorar el conocimiento sobre la preparación de loncheras saludables y equilibradas, puesto que la evidencia muestra que, aunque existe conciencia sobre su importancia, persisten prácticas inadecuadas, siendo necesario promover espacios formativos continuos que articulen la teoría con la práctica cotidiana en el hogar.

También sería apropiado integrar de manera sistemática la alimentación saludable dentro de la planificación pedagógica en educación inicial, pero no como un contenido aislado sino como un eje transversal, donde se puedan incorporar estrategias didácticas como juegos, huertos escolares y actividades vivenciales, con el fin de consolidar aprendizajes significativos y fomentar hábitos sostenibles en niños de edades tempranas.

Conclusiones

Se concluye que la alimentación saludable se consolida como un eje fundamental dentro de la transformación pedagógica en educación inicial, al evidenciar su influencia directa en el desarrollo académico integral, donde los hallazgos demuestran que los hábitos alimenticios adecuados favorecen cognitivos como la atención, la concentración y la participación, validando su papel dentro del entorno educativo.

Los resultados permiten afirmar que, aunque existe una alta valoración de la alimentación saludable por parte de las familias, persisten prácticas inadecuadas que limitan su impacto en el aprendizaje, siendo así, esta dualidad evidencia la necesidad de fortalecer la articulación entre

familia e institución educativa para garantizar la consolidación de hábitos alimenticios coherentes y sostenibles.

Finalmente, se determina que la integración de la educación alimentaria en las prácticas pedagógicas contribuye significativamente al desarrollo integral de los niños, no solo en el ámbito académico, sino también en lo emocional y social, posicionando a la alimentación saludable como un componente transversal indispensable para promover aprendizajes significativos desde las primeras etapas educativas.

Referencias

- Acosta Arroyo, P., Loor Justillo, E., Pasquel Yaranga, M. B., & Quelal Monroy, M. (2025). Revisión Sistemática: La alimentación y su incidencia en el rendimiento escolar en los niños de inicial. *Psicología UNEMI*, 9(16), 141-152. doi:<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol9iss16.2025pp%pp>
- Campuzano Martín, S. H., Hernández Hernández, & Coronel Rodríguez, C. (2025). Nutrición en el preescolar y escolar. *Pediatría Integral*, 29(2), 102 - 108. doi:<https://doi.org/10.63149/j.pedint.17>
- Casagallo Lugmaña, E. M., Sandoval Alban, A. M., Romero Silva, V. E., Paredes Cela, H. P., & Manosalvas Guevara, A. C. (2025). Influencia de los Hábitos Alimenticios en el Rendimiento Escolar de los Niños y Niñas del Tercer Año de Educación General Básica en la Ciudad de Quito en el Año lectivo 2024-2025. *Estudios Y Perspectivas Revista Científica Y Académica*, 5(1), 2980 - 3000. doi:<https://doi.org/10.61384/r.c.a.v5i1.1032>
- Chillo Galli Duchitanga, M. A., Álvarez Santana, C. L., & Ochoa Encalada, S. C. (2022). Alimentación y rendimiento escolar de niños de 6 a 8 años en Educación Intercultural Bilingüe. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 7(1), 249-269. doi:<https://doi.org/10.35381/r.k.v7i1.1788>
- Cusme Zambrano, L. Y., & Velez Villavicencio, C. (2026). Alimentación neurosaludable y destrezas cognitivas en la primera infancia. *Alternancia Revista De Educación E Investigación*, 8(14), 3 - 16 . doi:<https://doi.org/10.37260/alternancia.v8n14.01>
- Franco Naranjo, A. E., Ronquillo Dume, K. M., & Zambrano Zambrano, V. I. (2025). La relación entre la salud alimentaria y el desarrollo integral en niños de 3 a 5 años del

nivel inicial en la urbanización brisas, y su impacto en el aprendizaje y bienestar infantil.

Revista Académica Yachakuna, 2(2), 121 - 133.

doi:<https://doi.org/10.70557/2025.ychkn.2.2.p121-133>

González Almeyda, N. Y. (2025). Alimentación saludable y rendimiento académico en estudiantes de primaria. *Universidad de Ciencias y Humanidades*. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12872/1063>

Guevara Espinoza, R. E., Neira Paredes, M. D., Espinoza Philco, A. S., & García Yagual, D. F. (2025). Nutrición en el Desarrollo cognitivo de niños de 3 a 4 años. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(3), 5210 -5229. doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i3.18157

Mamani Rosas, A. M., Albino Morales, R. C., Yampara Mango, R. C., Coelho Borchard, J. H., & Orellana Aguilar, M. L. (2023). Alimentación y rendimiento académico, una combinación trascendental. *Revista Científica de Salud UNITEPC*, 10(1), 27 - 33. doi:<https://doi.org/10.36716/unitepc.v10i1.475>

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Mejorar el desarrollo en la primera infancia*. Obtenido de https://www.who.int/Publications/i/Item/97892400020986?utm_source=chatgpt.com

Pesantez Jara , N. C. (2025). Impacto de la alimentación en el rendimiento académico. *Universidad Estatal de Milagro*, 2(67), 1321 - 1331. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10191597>

Pilay Bravo, L. A. (2021). Hábitos alimenticios en adolescentes de 13 a 19 años en el centro de salud Junín en tiempos de pandemia. *Repositorio Digital UNESUM*, 86. Obtenido de <https://repositorio.unesum.edu.ec/handle/53000/2899>

Rico Sapena, N. (2021). Nuevas estrategias de promoción y educación en alimentación y nutrición a escolares. *Universidad de Alicante*, 363. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10045/124900>

Ruiz Sánchez, S. Y., & Pincay Reyes, Y. E. (2023). Factores de riesgo que inciden en los hábitos alimenticios en niños menores de 5 años del centro de salud “La Encantada”. *Revista Investigación Y Educación En Salud*, 2(1), 117 - 127. doi:<https://doi.org/10.47230/unesum-salud.v2.n1.2023.117-127>

UNICEF. (2019). *Nutrición en la primera infancia*. Obtenido de https://www.unicef.org/nutrition/early-childhood-nutrition?utm_source=chatgpt.com

Vera Malavé, C. L., Zambrano Vélez, W. A., & Ronquillo Bueno, S. J. (2023). Hábitos alimenticios en niños de 4 a 6 años de una Institución Educativa de la provincia de Santa Elena – Ecuador. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 1631–1639. doi:<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.364>

Williams Macias, T. L., Intriago Alcívar, G. C., Williams Macias, A. E., & Lucas Williams, E. J. (2025). El rendimiento académico: la influencia del programa de alimentación escolar en estudiantes de básica, cantón Valencia. *Revista Científico Académica Multidisciplinaria*, 10(5), 19. Obtenido de <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/9583>