

GUÍA DOCENTE DE LA ASIGNATURA

Educación nutricional y para la salud

Fecha de aprobación: 30/06/2025

GRADO	Grado en Educación Infantil	RAMA	Ciencias Sociales y Jurídicas				
MÓDULO	Infancia, Salud y Alimentación	MATERIA	Educación para la Salud y la Alimentación en la infancia				
CURSO:	1º	SEMESTRE:	2º	CRÉDITOS:	6	TIPO:	Troncal

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

Dominar las competencias básicas de la Enseñanza Secundaria Obligatoria y los contenidos mínimos de las disciplinas científicas hasta el nivel de 3º E.S.O.

Según la normativa vigente en la Universidad de Granada en lo que refiere a Prevención de Riesgos Laborales (Ley de Prevención de Riesgos Laborales y RD 664/1997), es requisito indispensable el uso de bata de laboratorio para el acceso a los laboratorios. En consecuencia cada estudiante deberá traer su propia bata de laboratorio para las sesiones de seminario.

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (según memoria de verificación del Grado)

- Factores y prácticas cotidianas que favorecen o no la salud.
- Actitudes y hábitos referidos al descanso, higiene y actividad infantil.
- Alimentación y educación nutricional en la edad infantil.
- Problemas de desarrollo infantil relacionados con la alimentación.
- Educación, medio ambiente y hábitos saludables.
- Estrategias y recursos educativos para la adquisición de hábitos saludables.
- Consumo, publicidad y moda: influencias en la educación para la salud.
- Problemáticas actuales en educación para la salud.
- La comprensión infantil de la salud y la enfermedad.

COMPETENCIAS**Competencias generales**

- CG02 – Promover y facilitar los aprendizajes en la primera infancia, desde una perspectiva globalizadora e integradora de las diferentes dimensiones cognitiva, emocional, psicomotora y volitiva.
- CG03- Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad que atiendan a las singulares necesidades educativas de los estudiantes, a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos.
- CG08 – Conocer los fundamentos de dietética e higiene infantiles. Conocer los fundamentos de atención temprana y las bases y desarrollos que permitan comprender los procesos psicológicos, de aprendizaje y de construcción de la personalidad en la primera infancia.
- CG12 – Comprender la función, las posibilidades y los límites de la educación en la sociedad actual y las competencias fundamentales que afectan a los colegios de Educación Infantil y a sus profesionales. Conocer modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros educativos.

Competencias específicas

- CE15 – Conocer e identificar los principios básicos de un desarrollo y comportamientos saludables.
- CE16 – Identificar trastornos en el sueño, la alimentación, el desarrollo psicomotor, la atención y la percepción auditiva y visual.
- CE17 – Colaborar con los profesionales especializados para solucionar dichos trastornos.
- CE18 – Detectar carencias afectivas, alimenticias y de bienestar que perturben el desarrollo físico y psíquico adecuado de los estudiantes.

OBJETIVOS (expresados como resultados esperables de la enseñanza)

Se pretende ofrecer al alumno las herramientas, conceptos e información básica sobre los principios fundamentales de la alimentación y la salud, su influencia en los procesos de desarrollo del individuo en sus etapas tempranas y la importancia de hábitos saludables por su repercusión en periodos posteriores de su vida.

Así pues, tras cursar la asignatura, el alumno debe:

- Conocer, identificar y diferenciar los conceptos de nutrición, nutriente, alimentación y alimento.
- Identificar los distintos tipos y funciones de los nutrientes.
- Identificar y aprender a valorar los componentes que determinan las necesidades nutricionales del niño en distintas situaciones fisiológicas.
- Adquirir los conocimientos necesarios sobre el tipo y características de los distintos grupos de alimentos y proporciones en las que éstos deben estar presentes para disponer de una dieta sana y equilibrada.
- Conocer las técnicas de valoración del estado nutricional del sujeto e identificar algunas de las principales aplicaciones en la edad infantil.
- Conocer las relaciones entre alimentación y desarrollo físico del niño.
- Identificar y conocer el significado de los distintos códigos y simbología en el etiquetado de los productos directamente relacionados con la alimentación y salud del niño.
- Desarrollar una capacidad de análisis crítico frente a los mensajes publicitarios en el campo de la alimentación y la salud.
- Conocer la realidad profesional requerida a los maestros de educación infantil sobre alimentación, higiene y salud en los centros escolares.
- Saber llevar al aula los conceptos de nutrición y salud aprendidos para el fomento y promoción de hábitos saludables en los escolares.

PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

Temario teórico

A lo largo de la asignatura se desarrollará el siguiente contenido:

- Alimentación y nutrición
- Procesos de la nutrición
- Nutrientes y alimentos
- Disponibilidad de alimentos
- Cultura y alimentación
- Alimentación y crecimiento Requerimientos nutricionales en la infancia Ingestas recomendadas
- Objetivos nutricionales en la infancia
- Valoración del estado nutricional en la infancia y la niñez
- Valoración nutricional de la ingesta en la infancia
- El comedor escolar
- Alimentación y salud
- Enfermedades carenciales y malnutrición

- Trastornos de la alimentación
- Sistema inmune, alergias e intolerancias
- Trastornos metabólicos relacionados con la alimentación
- Educación, medio ambiente y hábitos saludables
- Consumo, medios de comunicación y alimentación
- Higiene, salud y hábitos saludables
- Recursos didácticos
- Metodología
- Programas de intervención en el aula: elaboración, implementación y evaluación

Temario práctico

Posibles sesiones de laboratorio y salidas:

- Dietoterapia Infantil.
- Técnicas de valoración del estado nutricional
- Análisis de dietas infantiles
- Medición de pH en alimentos y bebidas.
- Determinación de gluten.

Posibles seminarios y talleres de aula Fermentaciones.

- Fermentaciones.
- Diseño de un programa de intervención educativa en nutrición y salud.
- Elaboración de estrategias educativas y del material didáctico para la educación nutricional y la salud.
- Análisis de códigos publicitarios.
- Elaboración de contrapublicidad.
- Análisis comparativo de productos alimenticios.
- Diseño y elaboración de huerto escolar.
- Actividades con Realidad Virtual.
- Análisis de libros de texto: contenidos, imágenes y actividades.
- Uso de analogías y modelos analógicos como recurso didáctico.
- Planteamiento y solución didáctica de situaciones de clase: estudio de casos.

BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía fundamental:

- Aktac, S., Kızıltan, G. y Avci, S. (2019). The effect of family participation in nutrition education intervention on the nutritional status of preschool age children. *Eğitim Ve Bilim*, 44(199), 415-431. <https://doi.org/10.15390/EB.2019.7819>
- Ania Palacio, J. M. (2007). *Guía para el diseño y la mejora de proyectos pedagógicos de educación y promoción de la salud*. Ministerio de Educación y Ciencia, Secretaría General Técnica.
- Aranceta Bartrina, J. y Gil, A. (2010). *Alimentos funcionales y salud en la etapa infantil y juvenil*. Editorial Médica Panamericana.
- Azpiazu, M.V. y Mota Moreno, E. (2016). *Aprender a comer es divertido: estrategias didácticas para la educación alimentaria*. Akadia.
- Burgos García, A. (2015) *La seguridad y salud como materia de enseñanza de la Educación Infantil. Guía para el profesorado*.

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

- Cabezuelo Huerta, G. (2007). Alimentación sana y crecimiento en niños y adolescentes: guía para padres. Síntesis.
- Calderón García, A., Marrodán Serrano, M. D., Villarino Marín, A. y Martínez Álvarez, J. R. (2019). Assessment of nutritional status, and habits and food preferences in a child-youth population (7 to 16 years) of the Community of Madrid. *Nutricion Hospitalaria*, 36(2), 394-404. <https://doi.org/10.20960/nh.2244>
- Castillo Sánchez, M. D. y León Espinosa de los Monteros, Maria Teresa. (2010). *Educación sanitaria en alimentación y nutrición (5th ed.)*. Formación Alcalá.
- Costa Cabanillas, M. y López Méndez, E. (2008). *Educación para la salud: guía práctica para promover estilos de vida saludables*. Pirámide.
- Flores Bienert, M. D. (2003). *La promoción de la salud: una perspectiva pedagógica*. NAU Llibres. Grande Covián, F. (1998). Nutrición y salud. Temas de Hoy.
- Grande Covián, F. (2001). *Nutrición y salud (23rd ed.)*. Temas de Hoy.
- Isoldi, K. K., Dalton, S., Rodríguez, D. P. y Nestle M. (2012). Classroom “cupcake” celebrations: observations of foods offered and consumed. *Journal Nutrition Education and Behavior*, 44(1), 71-75. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2011.03.144>
- Johnson S. L. (2016). Developmental and environmental influences on young children’s vegetable preferences and consumption. *Advances in Nutrition*, 7(1), 220S-31S. <https://doi.org/10.3945/an.115.008706>
- Lahora, C. (2013). *Las aulas de 0 a 3 años: su organización y funcionamiento*. Narcea Ediciones.
- Lambert. L. G., Chang, Y., Varner, J. y Monroe, A. (2016). Allowing and using foods of low nutritional value in elementary school classrooms: the implications of teachers' beliefs. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 48(2), 86-92. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2015.08.022>
- Martínez Álvarez, J. R. (2011). *Nutrición y alimentación en el ámbito escolar*. Ergón.
- Martínez Álvarez, J. R. y Polanco Allué, I. (2010). *Libro blanco de la alimentación escolar*. McGraw-Hill Interamericana.
- Mataix Verdú, J. y Carazo Marín, E. (2005). *Nutrición para educadores*. Fundación Universitaria Iberoamericana.
- Metos, J. M., Sarnoff, K. y Jordan K. C. (2019). Teachers' perceived and desired roles in nutrition education. *Journal of School Health*, 89(1), 68-76. <https://doi.org/10.1111/josh.12712>
- Monsanto Dum, R., Cruz Sánchez y Ernesto, E. (2013). *Teoría y didáctica de la alimentación y nutrición infantil: modelo teórico-didáctico basado en la creatividad y orientado el abordaje de la alimentación y nutrición infantil*. Editorial Académica Española.
- Moro Serrano, M., Málaga Guerrero, S. y Madero López, L. (2014). *Tratado de pediatría (11th ed.)*. Editorial Médica Panamericana.
- Navarro, A. y Del campo, M. L. (2015). *Hacia una didáctica de la nutrición: herramientas pedagógicas para la educación alimentaria nutricional*. Brujas.
- Nelson, M. R. y Kehr, D. P. (2016). Food-focused advertising literacy can increase nutrition knowledge in elementary school students. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 48(10), 749-751. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2016.08.013>
- Nicklas, T. A. y Hayes, D. (2008). Position of the American Dietetic Association: Nutrition guidance for healthy children ages 2 to 11 years. *Journal of the American Dietetic Association*, 108(6), 1038-1044. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2008.04.005>
- O'Connell, M. L., Henderson, K. E., Luedicke, J. y Schwartz, M. B. (2012). Repeated exposure in a natural setting: A preschool intervention to increase vegetable consumption. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 112(2), 230-234. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2011.10.003>
- Pérez Blasco, M. E. (2015). *ABC de la alimentación infantil: el aprendizaje alimentario, la nutrición saludable, consejos para padres y educadores (2^a ed.)*. Mercurio.
- Ruiz Jiménez, M. Á. (2007). *El gran libro de la nutrición infantil*. Oniro.
- Serra Majem, L. y Aranceta Bartrina, J. (2004a). *Nutrición infantil y juvenil*. Masson.
- Serra Majem, L. y Aranceta Bartrina, J. (2004b). *Obesidad infantil y juvenil (1^a ed.)*. Masson.
- Serra Majem, L., Ribas Barba, L. y Pérez Rodrigo, C. (2004). *Desayuno y equilibrio alimentario (1^a ed.)*. Masson.
- Stage, V. C., Wilkerson, K., Hegde, A., Lisson, S., Babatunde, O. T. y Goodell, L. S. (2018). Head start administrator and teacher perceptions of parental influence on preschool children’s nutrition education. *Journal of Early Childhood Research*, 16(2), 160-175. <https://doi.org/10.1177/1476718X17705415>
- Zarnowiecki, D., Dollman, J. y Sinn, N. (2011). A tool for assessing healthy food knowledge in 5-6 year-old Australian children. *Public Health Nutrition*, 14(7), 1177-1183. <https://doi.org/10.1017/S1368980010003721>

Bibliografía complementaria:

- Aguilar Cordero, M. J. (1993). *Cuidados y nutrición del niño: manual de enfermería*. Universidad de Granada.
- Alemany, M. (1995). *Enciclopedia de las dietas y la nutrición*. Planeta.
- Barahona, M. T. y Pijpers, E. (2014). *¡Qué divertido es comer fruta!* Cuento de Luz.
- Barness, L. A. (1994). *Manual de nutrición pediátrica*. (3ª ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Basulto, J., Blanquer, M., Manera, M. y Serrano, P. (2020). *Alimentación vegetariana en la infancia: las respuestas definitivas a todas tus veggie-dudas*. Debolsillo.
- Christensen Pons, S., Coral, J. D., Irigaray, S. M. y Martínez Tabares, B. (2018). *Mi primer Larousse del cuerpo humano*. Larousse.
- García, M. (2019). El jamón de york no existe: guía para comprar saludable y descubrir los secretos del supermercado / Marián García (6a ed.). La esfera de los libros.
- García, M., y Rodríguez González, C. (2019). El moco radiactivo: y otros desvelos de padres primerizos (4th ed.). La Esfera de los Libros.
- Madeira, A. y Charlier, T. (2013). *Sopa verde*. OQO.
- Martínez-González, M. A. y Guisasola, M. (2020). *¿Qué comes?: ciencia y conciencia para resistir*. Editorial Planeta.
- Parker, S. y Winston, R. (2008). *El cuerpo humano*. AKal.
- Robles, B. (2020). *Come seguro comiendo de todo*. Editorial Planeta.
- Russolillo Femenías, G. y Martínez Hernández, J. A. (2002). *Nutrición saludable y dietas de adelgazamiento*. Everest.
- Sánchez Marchori, M. (2009). *La mesa y los buenos modales: programa escolar de educación alimentaria*. (2ª ed.). Brief.
- Sanz, Y. (2007). *Alimentación infantil*. Aguilar.
- Strasser, S. (2019). *La ballena se baña*. Juventud.
- Zafrilla, M. y Peluso, M. (2019). *Las camisetas no somos servilletas*. Cuento de Luz.

ENLACES RECOMENDADOS**Junta Andalucía, Consejería de Salud y Consumo.**

- Información alimentaria facilitada al consumidor:
<https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyconsumo/areas/seguridad-alimentaria/salud-alimentos/paginas/informacion-alimentaria-consumidor.html>
- Nuevos alimentos: <https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyconsumo/areas/seguridad-alimentaria/salud-alimentos/paginas/nuevos-alimentos.html>
- Plan para la promoción de la actividad física y la alimentación equilibrada (PAFAE):
<https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyconsumo/areas/planificacion/planes-integrales/paginas/pafae.html>
- Proyectos PAFAE: <https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyconsumo/areas/salud-vida/adulta/paginas/proyectos-pafae.html>
- Campañas y materiales de promoción de alimentación equilibrada y actividad física:
<https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyconsumo/areas/salud-vida/adulta/paginas/alimentacion-saludable-materiales.html>

Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN)

- Educa NAOS: <https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/educaNAOS.htm>
- Estrategia NAOS: https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/subhomes/nutricion/aecosan_nutricion.htm
- Publicidad:
https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/marketing_y_publicidad_dirigida_a_menores.htm
- Observatorio de la Nutrición y de Estudio de la Obesidad:
<https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/observatorio.htm>

Estudio científico ANIBES: <https://www.fen.org.es/anibes/es/inicio>

Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria: <https://www.efsa.europa.eu/>

Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es>

Revista Consumer:

- Alimentación: <http://www.consumer.es/alimentacion/>
- Salud: <https://www.consumer.es/salud>

METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01: Aprendizaje cooperativo. Desarrollar aprendizajes activos y significativos de forma cooperativa.
- MD02: Aprendizaje por proyectos. Realización de proyectos para la resolución de un problema, aplicando habilidades y conocimientos adquiridos.
- MD03: Estudio de casos. Adquisición de aprendizajes mediante el análisis de casos reales o simulados.

EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final.)

Evaluación ordinaria:

Instrumentos de evaluación

- EV-I1. Pruebas escritas: de ensayo, de respuesta breve, objetivas, casos o supuestos, resolución de problemas.
- EV-I2. Pruebas orales: exposición de trabajos (individuales o en grupos), entrevistas, debates.
- EV-I3. Escalas de observación.
- EV-I4. Portafolios, informes, diarios, documentos sobre actividades.

En todos los instrumentos de evaluación **se exigirá una redacción correcta** o, en su caso, una **expresión oral adecuada**.

Criterios de evaluación

- EV-C1 (40-70%). Constatación del dominio de los contenidos, teóricos y prácticos, y elaboración crítica de los mismos. Es requisito superar este apartado con una calificación mínima de 5 puntos sobre 10 para sumar con el resto.
- EV-C2 (30-55%). Valoración de los trabajos y/o pruebas realizadas tanto en las sesiones de contenido práctico como teórico, realizados individualmente o en equipo, atendiendo a la presentación, redacción y claridad de ideas, estructura y nivel científico, creatividad, justificación de lo que se argumenta, capacidad y riqueza de la crítica que se realiza, así como pertinencia de la bibliografía consultada.
- EV-C3 (0-10%). Grado de implicación y actitud del alumnado manifestada en su participación responsable y constructiva en foros, exposiciones, debates, sesiones de puesta en común y actividades propuestas.

Será la evaluación, por defecto y con carácter general, del alumnado que asiste con regularidad a las clases de gran grupo y grupo reducido.

Para superar los componentes EV-C1 y EV-C2 es necesario obtener una puntuación mínima de 5 puntos sobre 10 en ambos y en cada una de las partes impartidas por los profesores de la asignatura.

Además, los componentes EV-C2 y EV-C3 se aplicarán exclusivamente en los casos en los que se haya obtenido y superado el EV-C1, mediante prueba final de conocimientos, debiendo obtener en ella una puntuación mínima de 5 puntos sobre 10.

En todos los instrumentos de evaluación se exigirá una redacción correcta o, en su caso, una expresión oral adecuada.

Evaluación extraordinaria:**Instrumentos de evaluación**

- EV-I1. Prueba escrita sobre el temario teórico: constatación del dominio de los contenidos teóricos y elaboración crítica de los mismos.
- EV-I2. Prueba escrita sobre temario práctico: constatación del dominio de las competencias específicas de carácter científico y didáctico relativas a los contenidos prácticos de la materia.

En todos los instrumentos de evaluación **se exigirá una redacción correcta** o, en su caso, una **expresión oral adecuada**.

Criterios de evaluación

- EV-C1 (50-60%). Prueba escrita sobre el temario teórico: constatación del dominio de los contenidos teóricos y elaboración crítica de los mismos

Es requisito superar este apartado con una calificación mínima de 5 para sumar con el resto.

- EV-C2 (40-50%). Prueba escrita sobre temario práctico: constatación del dominio de las competencias específicas de carácter científico y didáctico relativas a los contenidos prácticos de la materia. A discreción del profesorado se podrá tener en cuenta test de repaso de uno o varios temas.

Es requisito superar este apartado con una calificación mínima de 5 puntos sobre 10 para sumar con el resto.

En todos los instrumentos de evaluación se exigirá una redacción correcta o, en su caso, una expresión oral adecuada.

Evaluación única final:

Según la Normativa de evaluación y de calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada se contempla la realización de una Evaluación Única Final a la que se podrán acogerse aquellos estudiantes que, por motivos laborales, estado de salud o discapacidad o cualquier otra causa debidamente justificada no puede cumplir con el método de Evaluación Continua. Para acogerse a la Evaluación Única Final, el estudiante lo solicitará en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, o en las dos semanas siguientes a su matriculación si ésta se ha producido con posterioridad al inicio de la asignatura, a través del procedimiento electrónico, al director del Departamento acreditando las razones que le asisten para no poder seguir el sistema de evaluación continua.

Instrumentos de evaluación.

- **EV-I1** Prueba escrita sobre el temario teórico: constatación del dominio de los contenidos teóricos y elaboración crítica de los mismos.
- **EV-I2** Prueba escrita sobre temario práctico: constatación del dominio de las competencias específicas de carácter científico y didáctico relativas a los contenidos prácticos de la materia.

Criterios de evaluación

- **EV-C1** (50-60%). Prueba escrita sobre el temario teórico: constatación del dominio de los contenidos teóricos y elaboración crítica de los mismos.

Es requisito superar este apartado con una calificación mínima de 5 para sumar con el resto.

- **EV-C2** (40-50%). Prueba escrita sobre temario práctico: constatación del dominio de las competencias específicas de carácter científico y didáctico relativas a los contenidos prácticos de la materia.

Es requisito superar este apartado con una calificación mínima de 5 para sumar con el resto. En todos los instrumentos de evaluación se exigirá una redacción correcta o, en su caso, una expresión oral adecuada.

INFORMACIÓN ADICIONAL

- Las prácticas de la asignatura son obligatorias. Faltar a prácticas o a las sesiones de gran grupo implicará calificación de cero en dichas prácticas o en las tareas que se deriven de dichas sesiones.
- En la calificación de todas las pruebas evaluativas se podrá tener en cuenta la corrección gramatical y ortográfica.
- Se recomienda a todos los alumnos la atenta lectura de la normativa actualizada que sobre exámenes esta Universidad acuerda en Consejo de Gobierno, y hace pública, con el fin de que se conozcan plenamente los derechos que los estudiantes de la UGR tienen reconocidos.
- La metodología docente y la evaluación serán adaptadas a los estudiantes con necesidades específicas (NEAE), conforme al Artículo 11 de la Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada, publicada en el Boletín Oficial de la Universidad de Granada, nº 112, 9 de noviembre de 2016.
- Por acuerdo entre los profesores que imparten la asignatura ningún profesor podrá hacer otro tipo de evaluación que la que se reconoce en esta guía ni podrá alterar ninguna de las fechas de las convocatorias que se hagan públicas para esta asignatura, salvo únicamente en los casos y por los motivos que se contemplan expresamente en la mencionada norma.
- Se aconseja al alumnado consultar la Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada.
- Información de interés para estudiantado con discapacidad y/o Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE): Gestión de servicios y apoyos (<https://ve.ugr.es/servicios/atencion-social/estudiantes-con-discapacidad>).