

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i16.4196>

Rol de la enfermería en la promoción de hábitos alimenticios saludables en niños escolares

The role of nursing in promoting healthy eating habits in school children

Cecilia Pamela Pinargote-García

pamelaaitana23@gmail.com

Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Manabí
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-4641-8536>

Roxana Mercedes Regalado-Pincay

mregaladopincay@gmail.com

Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Manabí
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-5213-572X>

Katuska Lissette Ponce-Albuja

kati_ponce07@hotmail.com

Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Manabí
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0009-6868-8933>

Figueroa Chiquito Angelín-Geoconda

figuechi95@hotmail.com

Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Manabí
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0007-4445-8768>

Recibido: 18 de abril 2024

Revisado: 15 de mayo 2024

Aprobado: 01 de junio 2024

Publicado: 01 de julio de 2024

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

RESUMEN

Objetivo: Analizar el rol de la enfermería en la promoción de hábitos alimenticios saludables en niños escolares. **Método:** Se basó en la perspectiva cuantitativa utilizando la tipología documental-bibliográfica que ayuda a establecer el análisis del objeto de investigación. El material abordado se conformó por trabajos arbitrados. **Resultados:** La promoción de hábitos alimentarios saludables en los niños escolares por parte de las enfermeras es fundamental para el desarrollo integral de los pequeños y para prevenir enfermedades a largo plazo como la obesidad. **Conclusión:** Las enfermeras ayudan significativamente a mejorar la salud y el bienestar de los niños a través de la educación, la intervención familiar y la creación de entornos saludables, estableciendo bases sólidas para un futuro saludable. Además, su colaboración con el personal de los comedores escolares asegura que las comidas ofrecidas sean nutritivas y adecuadas para el desarrollo de los niños.

Descriptores: Enfermería; nutrición del niño; conducta alimentaria. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To analyze the role of nursing in promoting healthy eating habits in school children. **Method:** It was based on the quantitative perspective using the documentary-bibliographic typology that helps to establish the analysis of the object of research. The material addressed consisted of refereed works. **Results:** The promotion of healthy eating habits in school children by nurses is essential for the holistic development of children and for the prevention of long-term diseases such as obesity. **Conclusion:** Nurses significantly help to improve children's health and well-being through education, family intervention and the creation of healthy environments, laying a solid foundation for a healthy future. In addition, their collaboration with school canteen staff ensures that the meals offered are nutritious and developmentally appropriate for children.

Descriptors: Nursing; child nutrition; feeding behaviour. (Source: DeCS).

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la promoción de hábitos alimenticios saludables en los niños escolares es un tema crucial en el campo de la salud pública. La nutrición adecuada en la etapa escolar es esencial para el crecimiento y desarrollo adecuado de los niños y para prevenir enfermedades crónicas en el futuro. Los enfermeros juegan un papel importante en la educación y orientación de los niños, así como en colaboración con otros profesionales de la salud y la comunidad escolar. Por lo tanto, el papel de la enfermería en la promoción de hábitos alimenticios saludables es especialmente relevante.

Es importante destacar que la nutrición y la salud de los niños están estrechamente relacionadas con su desarrollo cognitivo y motor. Los programas de salud y nutrición de los niños pequeños deben incluir intervenciones educativas y afectivas que promuevan su desarrollo integral en un entorno seguro y motivador¹. En este orden la Organización Mundial de la Salud (OMS) define los hábitos alimentarios saludables como un conjunto de prácticas que afectan la forma en que las personas o grupos seleccionan, preparan y consumen alimentos, las cuales están influenciadas por su disponibilidad y acceso, así como por el nivel de educación alimentaria². En tal sentido, se cree que las intervenciones educativas que fomentan hábitos de vida saludables en el entorno escolar son esenciales para prevenir la obesidad y el sobrepeso infantil³. Así mismo, la familia transmite costumbres socioculturales y juega un papel importante en la adquisición de hábitos alimentarios durante los primeros años de vida⁴.

Por tanto, al abordar la desnutrición y la anemia infantil, es importante mencionar los factores que condicionan y tienen un gran impacto, mismos que afectan la salud y que incluyen la pobreza, la desigualdad de oportunidades, la exclusión y la discriminación⁵. En tal sentido, Sousa et al.⁶, indican que, de acuerdo con las necesidades dietéticas especiales de cada persona, y con los referentes culturales de la región, la alimentación adecuada y saludable es un derecho humano.

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

Por otro lado, en la infancia, la alimentación es el factor extrínseco más influyente en el crecimiento y el desarrollo. La ingesta insuficiente de alimentos (en cantidad y calidad), la falta de atención médica adecuada y la aparición de enfermedades infecciosas son los factores que contribuyen a la desnutrición⁷. En tal sentido, “la realización de acciones dirigidas hacia la infancia temprana en pro de un desarrollo saludable resulta especialmente necesarias y efectivas. Estas deben incluir la búsqueda de una alimentación adecuada y la realización de actividad física en ese grupo poblacional”⁸. Por ello, la sensibilización y la educación nutricional sobre la compra, selección y preparación de alimentos, así como su cantidad y calidad nutricional, son cruciales. La ingesta adecuada de alimentos ayudará a prevenir enfermedades degenerativas crónicas no contagiosas⁹.

Se formula como objetivo general analizar el rol de la enfermería en la promoción de hábitos alimenticios saludables en niños escolares.

MÉTODO

El método desarrollado en este estudio se basa en la perspectiva cuantitativa utilizando la tipología documental-bibliográfica que ayuda a establecer el análisis del objeto de investigación y tiene como objetivo describir el tema tratado¹⁰. El material abordado se conformó por trabajos arbitrados e investigaciones científicas, con la finalidad de descubrir características y relaciones entre los elementos, que conforman el problema abordado¹¹.

Criterios de Inclusión:

- Artículos originales.
- Relacionados al tema abordado tanto en idioma español e inglés.

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lisette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

Criterios de exclusión:

- Artículos no relacionados con el tema.

RESULTADOS

El rol de la enfermería a nivel comunitario es fundamental en la prevención y promoción de la salud, ya que permite abordar situaciones sanitarias que requieren educación y orientación para las familias¹². En este contexto, la formación en nutrición y alimentación es esencial para garantizar un adecuado aporte nutricional en la niñez y fomentar un estilo de vida saludable¹³ desde temprana edad. La evaluación de los comportamientos resultantes permite medir la efectividad del plan de acción en la promoción de la salud, así como determinar el nivel de compromiso con estilos de vida saludables, como una dieta equilibrada y la práctica regular de ejercicio.¹⁴

En este orden de ideas, el abordaje de contenido relevante sobre nutrición en el curriculum de enfermería es crucial para proporcionar conocimientos, actitudes y habilidades porque una enfermera debe desarrollar funciones relacionadas con los cuidados nutricionales en la práctica asistencial¹⁵. En tal sentido, la promoción de hábitos alimentarios saludables en los niños escolares por parte de las enfermeras es fundamental para el desarrollo integral de los pequeños y para prevenir enfermedades a largo plazo como la obesidad.

Por ello, la integración de un profesional médico en el ámbito educativo es crucial. La enfermera escolar es un profesional de enfermería que trabaja en la escuela, brindando atención y cuidados de salud a la comunidad educativa. Detecta, planifica y lleva a cabo intervenciones de salud en los colegios a través de la interacción diaria. En general, la enfermera escolar se presenta como una figura capaz de detectar necesidades y brindar atención¹⁶.

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

DISCUSIÓN

Las enfermeras escolares ofrecen programas de educación nutricional para concientizar a los niños sobre el valor de una dieta saludable. Se les enseña a identificar alimentos saludables y a adoptar hábitos alimentarios positivos que pueden extenderse a sus hogares a través de dinámicas interactivas. Así mismo, los grupos de alimentos, la importancia de una dieta variada y la moderación en el consumo de alimentos no saludables se abordan en talleres y sesiones informativas. Igualmente, la participación de los padres en el proceso educativo es fundamental. Las entrevistas motivacionales son utilizadas por las enfermeras para evaluar y mejorar los hábitos alimentarios de las familias. La enfermería escolar puede contribuir a crear comedores escolares saludables al fomentar la elección de menús saludables y garantizar que los niños tengan acceso a alimentos saludables durante el horario escolar. El asesoramiento a las familias es otro componente crucial porque extiende la educación nutricional más allá del entorno escolar y fomenta hábitos saludables en el hogar. Las enfermeras escolares ayudan a los padres y cuidadores a crear un entorno de apoyo que refuerza los mensajes de salud y nutrición. En tal sentido, las intervenciones enfermeras educativas en ámbito escolar influyen positivamente en la adquisición de hábitos de vida saludables permitiendo mejorar, en consecuencia, el sobrepeso y obesidad¹⁷.

CONCLUSIONES

El papel de la enfermería en la promoción de hábitos alimentarios saludables en los niños escolares es amplio y diverso. Las enfermeras ayudan significativamente a mejorar la salud y el bienestar de los niños a través de la educación, la intervención familiar y la creación de entornos saludables, estableciendo bases sólidas para un futuro saludable. Además, su colaboración con el personal de los comedores escolares asegura que las comidas ofrecidas sean nutritivas y adecuadas para el desarrollo de los niños. La detección temprana de problemas alimentarios y el seguimiento continuo permiten

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

abordar cualquier deficiencia o trastorno de manera oportuna, garantizando así un crecimiento y desarrollo óptimos.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A todos los agentes sociales involucrados en el proceso investigativo.

REFERENCIAS CONSULTADAS

1. Romero Viamonte K, Sánchez Martínez B, Sandoval Torres M. Atención de enfermería aplicada al estado nutricional de los alumnos de una Unidad Educativa. [Nursing care applied to the nutritional status of pupils in an educational unit]. Rev Cubana Med Gen Integr. 2018;34(3):30-39. <https://n9.cl/br3ny>
2. Ávila-Alpírez H, Gutiérrez-Sánchez G, Martínez-Aguilar M, Ruíz-Cerino J, Guerra-Ordoñez J. Conducta y hábitos alimentarios en estudiantes escolares. [Eating behavior and eating habits in school students]. Horiz. sanitario. 2018;17(3):217-225. <https://doi.org/10.19136/hs.a17n3.2113>.
3. Gámez-Calvo L, Hernández-Beltrán V, Pimienta-Sánchez L, Delgado-Gil S, Gamonales J. Revisión sistemática de programas de intervención para promover hábitos saludables de actividad física y nutrición en escolares españoles. [Systematic review of intervention programs to promote healthy physical activity and nutrition habits in Spanish schoolchildren]. ALAN. 2022;72(4):294-305. <https://doi.org/10.37527/2022.72.4.007>.

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

4. González-Jiménez R, León-Larios F, Lomas-Campos M, Albar M. Factores socioculturales determinantes de los hábitos alimentarios de niños de una escuela-jardín en Perú: estudio cualitativo. [Socio-cultural determinants of the eating habits of children in a nursery school in Peru: a qualitative study]. Rev. Perú. med. exp. salud pública. 2016;33(4):700-705. <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2016.334.2554>
5. Reyes Narváez S, Contreras Contreras A, Oyola Canto M. Anemia y desnutrición infantil en zonas rurales: impacto de una intervención integral a nivel comunitario. [Child anemia and malnutrition in rural areas: impact of a comprehensive intervention at community level]. Rev. investig. Altoandin. 2019;21(3):205-214. <http://dx.doi.org/10.18271/ria.2019.478>
6. Sousa IC, Catrib AMF, Medeiros NT, Pereira da Silva Godinho CC, Carioca A-AF, Marinho Holanda GP, et al. Conocimientos de los estudiantes de salud sobre alimentación saludable y factores asociados al entorno universitario. [Health students' knowledge of healthy eating and factors associated with the university environment] Rev Perú Med Exp Salud Pública. 2022;39(4):425-33. <https://n9.cl/hmsva>
7. Ballonga Paretas C, López Toledo S, Echevarría Pérez P, Vidal Corrons Ó, Canals Sans J, Arija Val V. Estado nutricional de los escolares de una zona rural de extrema pobreza de Ccorca, Perú. Proyecto INCOS. [Nutritional status of schoolchildren in a rural area of extreme poverty in Ccorca, Peru. INCOS Project]. ALAN. 2017;67(1):23-31. <https://n9.cl/us2lk>
8. Abadeano Sanipatin C, Mosquera Guilcapi M, Coello Viñán J, Coello Viñán B. Alimentación saludable en preescolares: un tema de interés para la salud pública. [Healthy eating in preschoolers: an issue of public health concern]. Rev Eug Esp. 2019;13(1):72-87. <https://doi.org/10.37135/ee.004.06.09>
9. Garófalo M, Sifontes Yaritza C, Cuenca A. Educación nutricional, un desafío en la actualidad venezolana. [Nutritional education, a challenge in today's Venezuela]. An Venez Nutr. 2020;33(2):161-168. <https://n9.cl/842ug>
10. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la Investigación [Investigation Methodology] (5ta Ed.). México: McGraw-Hill, 2014. <https://n9.cl/t6g8vh>

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

11. Rodríguez A, Pérez AO. Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. [Scientific methods of inquiry and knowledge construction]. Rev. EAN. 2017;82:179-200. <https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>
12. Pool-Góngora R, Balam-Gómez M, Tuyub-Itza M. Planes de cuidados de enfermería: propuesta para padres con escolares que padecen sobrepeso u obesidad. [Nursing care plans: a proposal for parents with overweight or obese schoolchildren]. Sanus. 2023;8:e301. <https://doi.org/10.36789/revsanus.vi1.301>.
13. Gil K. Seguridad alimentaria, comedores escolares y COVID-19. Reflexiones sobre el rol del nutricionista. [Food safety, school canteens and COVID-19. Reflections on the role of the nutritionist]. An Venez Nutr. 2020;33(1):80-90. <https://n9.cl/e0egg>
14. Herrera Molina A, Machado Herrera P, Tierra Tierra V, Coro Tierra E, Remache Ati K. El profesional de enfermería en la promoción de salud en el segundo nivel de atención. [The nursing professional in health promotion at the second level of care]. Rev Eug Esp. 2022;16(1):98-111. <https://doi.org/10.37135/ee.04.13.11>
15. Yust-Muñoz S, Zarandona-Calvo J, Arrúe-Mauleón M, Gravina-Alfonso L. Enseñanza y aprendizaje sobre nutrición en estudiantes de enfermería: revisión de alcance. [Teaching and learning about nutrition in nursing students: a scoping review]. Enferm. glob. 2023;22(70):522-554. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.537641>.
16. Bernedo-García M, Quiroga-Sánchez E, García-Murillo M, Márquez-Álvarez L, Arias-Ramos N, Trevisson-Redondo B. La necesidad de la Enfermería Escolar: una revisión integradora de la literatura. [The need for School Nursing: an integrative review of the literature]. Enferm. glob. 2023;22(72):490-516. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.560501>
17. Martil Marcos D, Calderón García S, Carmona Sánchez A, Brito Brito P. Efectividad de una intervención enfermera comunitaria en el ámbito escolar para la mejora de hábitos alimentarios, de actividad física y de sueño-descanso. [Effectiveness of a community nursing intervention in the school setting to improve eating habits, physical activity and sleep-rest] Ene. 2019;13(2):1322. <https://n9.cl/twmin>

Cecilia Pamela Pinargote-García; Roxana Mercedes Regalado-Ponce; Katuska Lissette Ponce-Albuja; Angelín Geoconda Figueroa-Chiquito

©2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

[\(https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)