TALLER N° 3: NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN EN LA ETAPA PREESCOLAR, ESCOLAR Y ADOLESCENCIA

OBJETIVOS:

- Reconocer los índices adecuados para valorar el crecimiento y desarrollo de las etapas correspondientes a preescolar, escolar y adolescencia.
- Comparar necesidades energéticas y proteicas teniendo en cuenta sexo, edad y nivel de actividad física de niños, niñas y adolescentes.
- Reconocer la importancia de los entornos físico, social y educativo en los procesos alimentarios nutricionales de niños, niñas y adolescentes.
- Identificar herramientas o estrategias para evaluar conductas y hábitos alimentarios que intervienen en el modo de alimentación en cada una de estas etapas y el rol del Licenciado en Nutrición en el acompañamiento de estos procesos.

Modalidad: Actividad teórico-práctica de resolución áulica grupal que se evaluará en un plenario integrador en la clase del 22 de octubre de 2026.



Para esta actividad práctica cada integrante del grupo deberá haber realizado la lectura analítica correspondiente a los capítulos “Niño/a en el Período Preescolar”, “El niño y la niña en la Segunda Infancia: Etapa Escolar” y “Adolescencia y Nutrición” del manual teórico así como del “Cuadernillo para la evaluación nutricional de niños, niñas y adolescentes”, que encontrarán disponible en Recursos prácticos del aula virtual.

ACTIVIDADES

1) Observen las imágenes que les presentamos abajo y describan el contexto en el cual se sitúan esos niños/as o adolescentes.

2) ¿Qué periodo transitan los niños/as en cada una de esas imágenes?

3) A partir de ahora trabajen las siguientes consignas en el grupo etario que fue asignado a su grupo (ver distribución de grupos en aula virtual).

a) Identifiquen los índices y referencias que utilizarían para realizar la evaluación antropométrica en estos chicos/as.

b) Piensen, discutan en grupo y luego expliquen ¿Cómo harían una evaluación alimentaria en ese grupo poblacional si tuvieran que desarrollar la tarea dentro de ese mismo contexto?

c) Además de la evaluación antropométrica y alimentaria realizada individualmente a cada niño/a o adolescente, ¿Qué otros aspectos individuales, familiares o contextuales creen que sería importante conocer?

d) ¿Cuáles creen que pueden ser las actividades que desarrollen los Lic. en Nutrición dentro de ese contexto?

e) Propongan una actividad concreta para realizar en el contexto analizado para promover una alimentación y estilo de vida saludables. La actividad que propongan NO PUEDE SER UN TALLER… a pensar y dejar fluir la creatividad!!!! 😊

4) Realicen un cuadro comparativo que integre cada una de las etapas (preescolar, escolar y adolescencia) en función de lo compartido en el plenario.



Imagen 1. *Obtenida en el marco de una actividad de extensión de la Cátedra Nutrición en la primera etapa del ciclo vital. Si*



***Imagen 2**. Obtenida de una actividad en terreno en el Jardín "Pollitos azules" por estudiantes de la Especialidad en Nutrición Pediátrica*



Imagen 3. *Obtenida de un taller sobre alimentación y nutrición en una escuela de Córdoba-Argentina.C*