

## 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 23 de octubre de 2025.

### ¡ATENCIÓN!

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 y de los archivos adjuntos “Informe Antropométrico y Alimentario Nutricional”, “Lineamientos para realizar Recomendaciones Alimentarias y Nutricionales” y “Tabla para el Cálculo del VET” compartidos anteriormente en el 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.



**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.