

Fecha de presentación: abril, 2020

Fecha de aceptación: junio, 2020

Fecha de publicación: agosto, 2020

04

LA ALIMENTACIÓN COMO FACTOR INFLUYENTE EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA

FOOD AS AN INFLUENCING FACTOR IN THE ACADEMIC PERFORMANCE OF CHILDREN IN BASIC EDUCATION

Eimy Eliana Espinoza Guamán¹
E-mail: espinozaguamane@gmail.com
ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-5716-1735>
¹ Universidad Católica de Cuenca. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Espinoza Guamán, E. E. (2020). La alimentación como factor influyente en el rendimiento académico de los niños de educación básica. *Revista Científica Agroecosistemas*, 8(2), 24-29.

RESUMEN

El presente artículo tiene el objetivo de socializar reflexiones que permitan conocer la importancia que tiene una alimentación saludable, equilibrada e integral en los estudiantes de la educación básica de Ecuador, ya que con ello se lograría mejorar sus condiciones físicas, su razonamiento analítico, la comunicación con los demás, y sobre todo su rendimiento académico. El mismo se sustenta en una estrategia metodológica que con predominio de la perspectiva cualitativa, permite describir y explicar la importancia de la alimentación como un factor importante que influye en el rendimiento académico escolar, mediante el empleo de una diversidad de métodos, procedimientos y técnicas para la recogida de información, con énfasis en la revisión bibliográfica y documental, los métodos histórico-lógico y analítico sintético, así como la observación. Como resultado se obtiene una profunda reflexión, descripción, explicación y argumentación sobre el tema en cuestión que puede ser útil para reorientar las estrategias educativas y las prácticas pedagógicas actuales en la educación básica.

Palabras clave:

Alimentación saludable, nutrición, rendimiento académico, educación básica.

ABSTRACT

This article aims to socialize reflections that allow us to know the importance of a healthy, balanced and integral diet in students of basic education in Ecuador, since this would be achieved improve their physical conditions, their analytical reasoning, communication with others, and especially their academic performance. It is based on a methodological strategy that, with a predominance of the qualitative perspective, allows us to describe and explain the importance of food as an important factor that influences school academic performance, by employing a variety of methods, procedures and techniques to the collection of information, with emphasis on bibliographic and documentary review, synthetic historical-logical and analytical methods, as well as observation. As a result, a deep reflection, description, explanation and argumentation on the subject in question can be obtained that can be useful to reorient current educational strategies and pedagogical practices in basic education.

Keywords:

Healthy feeding, nutrition, academic yield, basic education.

INTRODUCCIÓN

La alimentación es considerada una actividad de vital importancia la cual es realizada por todos los seres humanos, pudiendo influir de manera directa en la salud de los niños, se puede considerar que una alimentación inadecuada presenta desequilibrios e influye de manera negativa en el desempeño académico de los estudiantes, además se presentan problemas como la obesidad, desnutrición y desbalances nutricionales, una mala alimentación da lugar a enfermedades, es por este motivo que se considera a la alimentación como un factor influyente en el proceso educativo dado que los niños en esta etapa se desarrollan de manera íntegra, la influencia de los padres de familia es determinante en la manera en que alimentan a sus hijos, dado que estos en el hogar son los que deciden qué clases de alimentos se deben comprar y consumir.

En la actualidad la problemática de la alimentación en edad escolar es muy estudiada y discutida en diferentes escenarios, pues el consumo de alimentos saludables en estudiantes dentro de los hogares otorga al menor las herramientas necesarias para tener un desempeño óptimo dentro de las actividades a realizar dentro de las instituciones educativas.

La educación básica es una de las etapas más relevantes dentro de la formación de los niños, ya que es importante que los nuevos conocimientos que van adquirir sean asimilados y puestos en práctica de la mejor manera por lo cual una correcta alimentación será de gran provecho a la hora de realizar este proceso de aprendizaje ya que aquí el docente tendrá más facilidad de ayudar al alumno a construir sus conocimientos elementales a partir de los cuales profundiza su sentido intelectual y racional.

Se han evidenciado en la educación básica problemas de salud en niños y niñas al no tener una buena alimentación, lo que conlleva, por un lado, a padecer enfermedades porque no tienen noción de cómo llevar una alimentación correcta para mantener una buena salud y, por otro lado, un deficiente desarrollo del educando puesto de manifiesto en su débil rendimiento académico. También es una realidad que en muchos de los casos se suele ver a padres de familia que por sus limitaciones de tiempo les envían comidas rápidas a sus hijos, lo que afecta al niño porque eso no es una buena alimentación ya que debería estar mejor complementada con frutas o jugos nutritivos que revitalizan al estudiante.

El artículo es resultado de la aplicación de una estrategia metodológica que guio la investigación descriptiva basada predominantemente en el paradigma cualitativo y el empleo de los métodos de

observación, revisión bibliográfica y documental, histórico-lógico y analítico-sintético e inductivo-deductivo, siguiendo las orientaciones de Espinoza (2020), además de la información que ofrecen las instituciones, tesis, documentos, bases de datos, así como las fuentes electrónicas situadas en la red web. Es una metodología que permite como resultado reflexionar y profundizar en el conocimiento y comprensión de tan importante asunto para el sistema educacional y la sociedad ecuatoriana en general.

DESARROLLO

En el rendimiento escolar se considera al estudiante desde su perfil de conocimientos, habilidades, actitudes y valores los cuales en su mayoría son desarrollados por los niños cuando cruzan su etapa escolar dentro de la educación básica en el proceso de enseñanza y aprendizaje acompañado por parte del docente. Este hace referencia al diagnóstico del conocimiento obtenido en el campo escolar, secundario y universitario, por ello el estudiante que presente un rendimiento académico excelente es aquel que alcanza calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de una cursada según el criterio de Espinoza, Calvas & Chuquirima (2018).

En otras palabras, el rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo. También supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos. En este sentido, el rendimiento académico está vinculado a la aptitud (Fajardo, Maestres & Felipe, 2017).

También hay autores que resaltan que *“el rendimiento académico es la expresión de las habilidades, actitudes y valores que son desarrollados por el alumno a través del proceso de enseñanza-aprendizaje, es decir son todas aquellas acciones dirigidas a la explicación e interpretación de lo aprendido y que se sintetizan en valores cuantitativos o cualitativos”* (Avendaño, et al., 2016, p. 5)

Probablemente una de las dimensiones más importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje lo constituye el rendimiento académico del alumno. La complejidad del rendimiento académico inicia desde su conceptualización, en ocasiones se le denomina como aptitud escolar, desempeño académico o rendimiento escolar, pero generalmente las diferencias de concepto sólo se explican por cuestiones semánticas, ya que generalmente, en los textos. La vida escolar y la experiencia docente, son utilizadas como sinónimos.

El rendimiento académico ha sido muy estudiado por diferentes autores y existen muchas definiciones de éste. Algunas de ellas son las siguientes: el rendimiento académico es entendido como las capacidades que manifiesta el aprendiz a la hora de cumplir actividades relacionadas al proceso de enseñanza aprendizaje, podría decirse de forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación (Guamán, Espinoza & Herrera, 2020). El mismo autor, ahora desde una perspectiva propia del alumno, define el rendimiento como una capacidad respondiente de éste frente a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos pre-establecidos.

El rendimiento académico se define en forma operativa y tácita afirmando que se puede comprender el rendimiento escolar previo como el número de veces que el alumno ha repetido uno o más cursos. El rendimiento académico es el fin de todos los esfuerzos y todas las iniciativas escolares del maestro, de los padres de los mismos alumnos; el valor de la escuela y el maestro se juzga por los conocimientos adquiridos por los alumnos. El concepto de rendimiento está ligado al de aptitud, y sería el resultado de ésta, de factores volitivos, afectivos y emocionales, además de la ejercitación. Se puede definir el rendimiento académico como el producto que da el alumnado en los centros de enseñanza y que habitualmente se expresa a través de las calificaciones escolares. Es también considerado como el grado en que cada estudiante ha alcanzado los objetivos propuestos y las condiciones bajo las cuales se produjo ese logro.

De acuerdo a la normativa educativa vigente, el término rendimiento se define como el proceso alcanzado por los alumnos en función de los objetivos programáticos previstos, y que puede ser medido mediante la realización de actividades de evaluación.

El rendimiento académico concebido como capacidad intelectual es relacionado con la alimentación por autores los cuales resaltan que ***“el crecimiento y desarrollo del niño se caracteriza por una secuencia ordenada de eventos cronológicos los mismos que son provocados por la alimentación que se les otorga a los niños, los detalles en su expresión física y cognoscitiva, y por la gran variabilidad de resultados en cuanto a la capacidad física y funcional del individuo”*** (Daza, 1997, p. 96)

Resumiendo, el rendimiento académico es un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el alumno, por ello, el sistema educativo brinda tanta importancia a dicho indicador. En tal sentido, el

rendimiento académico se convierte en una tabla imaginaria de medida para el aprendizaje logrado en el aula, que constituye el objetivo central de la educación. Es un nivel de conocimientos demostrado en un área o materia, comparado con la norma de edad y nivel académico, por lo que el rendimiento del alumno debería ser entendido a partir de sus procesos de evaluación; sin embargo, la simple medición o evaluación de los rendimientos alcanzados por alumnos no provee, por sí misma, todas las pautas necesarias para la acción destinada al mejoramiento de la calidad educativa.

La alimentación es un tema de gran relevancia en la educación, ya que es en los primeros años de vida cuando los niños y niñas adquieren los hábitos y costumbres que les van a acompañar hasta que son adultos.

Se define como alimentación a la ingesta de alimentos por parte de los seres vivos, para obtener de ellos los nutrientes necesarios que nuestro cuerpo necesita para mantener o conservar la salud o para cumplir las funciones vitales en el organismo. Por tanto, resulta necesario distinguir entre la alimentación y la nutrición, pues la primera es un proceso voluntario y consciente que incluye varias etapas: selección, preparación e ingestión de los alimentos; mientras que la segunda es el proceso involuntario a través del cual el organismo absorbe y asimila las sustancias necesarias para el funcionamiento del cuerpo.

La práctica de inadecuados hábitos alimentarios en la población infantil es un problema que afecta en gran medida a los niños/as del Ecuador, produciendo un cambio en su estado nutricional. Problemática nacional y un factor interviniente y predominante, debido a que los infantes pasan alrededor de 6 horas en las escuelas. El cambio del estilo de vida de las familias, así como las horas de clase que se deben cumplir de acuerdo al sistema educativo, ha hecho que los niños pasen muchas horas en el entorno escolar.

La escuela es un espacio en el que socializan y se fomentan hábitos de alimentación adecuados, siendo indispensable que tengan una apropiada colación escolar (Martín, 2017).

La problemática de la alimentación en las escuelas se ocasiona por el consumo de alimentos que no son saludables, ya que en los bares de las instituciones educativas y los vendedores ambulantes que se encuentran en los alrededores, venden en gran medida comida chatarra, así como snacks. Además, los padres no proveen a sus niños de loncheras con alimentos nutritivos por el desconocimiento de

combinar en forma adecuada los alimentos ricos en proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales necesarios para el desarrollo integral del niño.

En el Ecuador se han generado planes alimentarios implementados por el gobierno dentro de las escuelas que permitan al niño tener las herramientas necesarias que faciliten en sí el poder tener un desempeño íntegro tanto en lo físico, psicológico, cognitivo y social, dado que una alimentación inadecuada limita las capacidades del niño y provoca retrocesos en sus actividades escolares (El Comercio, 2019).

En consecuencia esta problemática ha incitado a la creación de diferentes entidades y organizaciones que son las encargadas de implementar programas para tempranamente incentivar a las familias a que tengan buenos hábitos alimentarios, para así poder prevenir de la mortalidad infantil y del adulto gracias a que disminuyen el riesgo de contraer enfermedades infecciosas agudas y enfermedades no transmisibles, como la obesidad, la diabetes, la hipertensión arterial y las enfermedades coronarias.

El papel de la familia es fundamental, pues en ese contexto es que los niños tienen el primer contacto con los hábitos alimentarios, ya que sus integrantes ejercen una fuerte influencia en la dieta de los niños y en sus conductas relacionadas con la alimentación. Estos hábitos alimenticios son consideradas como las consecuencia de una edificación social y cultural, los hábitos alimentarios se forman dentro del hogar y se transforman como costumbres, otro modo de enseñanza se genera por medio de las diferentes preferencias y necesidades alimenticias de los niños en su etapa escolar, en donde estos últimos son expuestos repetidamente a una serie de alimentos que conocen a través del acto de comer enmarcado por encuentros entre padres e hijos.

Conscientes de la importancia que tiene la alimentación dentro del desarrollo mental y físico de los niños en su etapa escolar, se considera necesario que los padres estén informados de cómo alimentar a sus hijos de manera saludable y en que favorece al niño la misma, un niño que es alimentado de forma correcta puede desempeñarse de mejor forma que un niño que no lo es transformándose así en una necesidad, es indispensable que la alimentación saludable se transforme en un modo de vida de todas las familias que tienen niños que están atravesando su etapa escolar, puesto que la misma permite el poder desempeñarse de buena forma en todas las actividades que el profesor plantee dentro y fuera del aula de clase, si no se da una alimentación de forma adecuada a los niños estos pueden presentar retrocesos en su rendimiento académico, cansancio

o desmotivación, disminución de la atención y la memoria, a más de riesgos para su salud.

Alimentarse en forma sana y adecuada garantiza el desarrollo integral del ser humano, en especial de los niños y niñas. En esta etapa el niño se desarrolla tanto en el ámbito físico como psíquico, a medida que van avanzando en edad, debemos suministrar una correcta alimentación para garantizar sus condiciones físicas, motrices, capacidades lingüísticas y socio afectivas.

Beneficiosos para el desarrollo cognitivo en los niños con alimentación sana:

- Niños activos y dinámicos.
- Crecimiento corporal normal.
- Aspecto físico adecuado. Beneficios cognitivos.
- Atención de manera activa durante la clase.
- Asimilación permanente del aprendizaje.
- Niños competitivos e innovadores del conocimiento.
- Niños y niñas atentos.
- Niños con excelente retentiva.
- Niños escudriñadores y ávidos de saber.
- Niños con buena resolutiva.

Atendiendo a la importancia de este aspecto se puede precisar que *“es considerada una alimentación sana aquella que logre o cubra adecuadamente las necesidades básicas, funcionales en el organismo, y debe ser suficiente, completa y armónica”*. (Bajaña, et al., 2018, p. 35)

La escuela, sobre todo la de formación básica, tiene un papel fundamental en la formación de hábitos de alimentación adecuados, su énfasis, entonces, se debe accionar para erradicar las prácticas inadecuadas y los mitos en torno a los alimentos, y promover un mayor sentido crítico en relación a la alimentación. Para ello el docente debe estar plenamente consciente que sus gustos, valores y actitudes influyen en el comportamiento del niño ante los alimentos (De la Cruz, 2015).

En la etapa escolar el mundo del niño se amplía, al igual que las oportunidades de comer fuera del ambiente familiar, y se expone a diferentes alimentos y diversas formas de prepararlos, con distintos horarios y lugares.

La educación básica es una de las etapas más importante que los niños pueden recibir, ya que es aquella que le permite obtener los conocimientos elementales a partir de los cuales profundizará su sentido intelectual y racional. Durante esta etapa de la vida del escolar *“se procura en términos generales*

que los niños obtengan y desplieguen todas sus capacidades intelectuales principales” (Rendón, 2015, p. 8)

La educación básica es parte de lo que se conoce como educación formal, es decir, aquel tipo de enseñanza que está organizada en niveles o etapas, que tiene objetivos claros y que se imparte en instituciones especialmente designadas para ello (escuelas, colegios, institutos). Si bien también es posible que un niño reciba los conocimientos básicos de un tutor o incluso de su propia familia, la escuela es siempre la mayor responsable de transmitir a la mayor parte de la población lo que se considera como conocimientos elementales y necesarios para desenvolverse en la vida futura.

Por otro lado, en este período de la vida escolar, la alimentación inadecuada tiene una serie de inconvenientes puesto que al no comer bien los niños (as) no puede desarrollarse de manera adecuada ni aprender de forma correcta lo que el docente les indica, se enferman con frecuencia, por ello dejan de asistir a clases, estos niños tienden a abandonar la escuela muy pronto y esto desencadena que en el futuro no puedan conseguir un trabajo apropiado o adecuado (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, 2006).

En los hogares surgen una serie de inconvenientes al momento de proporcionar los alimentos apropiados para el desarrollo de sus hijos, dado que si este proceso alimenticio se lo hace de mala manera el mismo desencadena una serie de problemas en los niños que le impedirán desempeñarse de una buena forma dentro de las instituciones educativas generando problemas como sueños constantes, falta de interés en las clases, problemas que tendrán repercusiones en su historial académico y que afectarán directamente a sus notas y comportamiento (Vio, et al., 2014).

Ante esta situación se hace imprescindible proporcionar a los niños y niñas una alimentación saludable, para que desarrollen de una mejor manera su potencial de crecimiento y aprendizaje por ende se recomendaría a los padres de familia reflexionen y realicen la alimentación necesaria que deben tener los niños, más aún en etapa escolar.

Se entiende por alimentación saludable aquella que es nutricionalmente suficiente, equilibrada y completa para recuperar su gasto energético, proteico, vitamínico y mineral, lo cual permite la integridad de los tejidos y sistemas del cuerpo permitiendo el cumplimiento de todas las funciones propias de las personas, asegurando el crecimiento y el desarrollo en los niños; compuesta por gran variedad de alimentos,

incluida el agua segura (que no causa daño a la salud –no contaminada– ni al ambiente) nos permite, por un lado, que nuestro cuerpo funcione de tal manera que cubra nuestras necesidades biológicas básicas y por otro, previene o al menos reduce el riesgo de padecer ciertas alteraciones o enfermedades a corto, mediano y largo plazo (Montiel, 2016; Lejavitzer, 2016).

En tal sentido Miño (2014); y Redrobán (2015), conceden gran importancia a la buena nutrición de niños y niñas dentro de sus primeros años de vida y en su etapa escolar, dado que una dieta balanceada le genera ventaja frente a los demás niños ya que así tendrá las herramientas necesarias para poder ser una persona proactiva dentro del aula de clases, también una alimentación saludable contribuye al crecimiento y desarrollo en la edad adulta conservando una buena salud, una buena nutrición debe tener todas las vitaminas y minerales que el cuerpo de un niño necesita en su etapa de desarrollo, esto con la finalidad que desempeñen un papel importante dentro de las instituciones educativas, por medio de la alimentación adecuada se logra que el niño se mantenga saludable proporcionándole en cada porción de comida las suficientes calorías que le permitan tener la energía que se necesita en su rutina dentro de la vida diaria.

Por el contrario, para los niños en su etapa escolar una inadecuada nutrición influye directamente en sentido negativo en su rendimiento académico. Este se ve afectado negativamente por la inadecuada nutrición de los niños en edades escolares, ya que la desnutrición en los primeros años de vida afecta el crecimiento del cerebro y el desarrollo intelectual (Montiel, 2016).

CONCLUSIONES

La alimentación se presenta como un conjunto de acciones que tienen como finalidad el ingerir alimentos que constituyen los nutrientes necesarios que requiere el cuerpo humano para la función vital del organismo. Una alimentación saludable prepara al niño(a) para una mejor comprensión de los temas a tratar dentro de las aulas de clases y tener un mejor desempeño dentro del acto educativo, desarrollar adecuadamente sus capacidades intelectuales y habilidades; por eso, se puede resumir como una condición indispensable para el rendimiento académico de los estudiantes.

La alimentación es un factor que tiene influencia dentro del rendimiento escolar, dado que se da tanto en lugares internos y externos al hogar, por ello se puede concluir que el bajo rendimiento académico,

distracción escolar, disminución en la atención, dificultades para comunicarse con los demás tiene mucho que ver con la alimentación, para razonar analíticamente y para acomodarse a nuevos ambientes y personas, se puede considerar que una alimentación saludable representa para el niño un conjunto de defensas contra enfermedades infantiles que en muchos casos suelen dejar secuelas en los niños en su etapa de estudiantes y marcan su desarrollo físico e intelectual en la edad adulta.

Corresponde a la familia (sobre todo los padres y madres) y a la institución escolar (los educadores o maestros) la responsabilidad de formar en los niños hábitos y conductas alimentarias y de nutrición saludable, lo que se logra mediante la educación. Para ello, se debe tener en cuenta en la cotidianidad del hogar y de la escuela el consumo sistemático de granos, vegetales, verduras y frutas; moderado de carnes rojas, pollo, huevo y pan y alto de queso y leche. La educación nutricional y la adquisición de hábitos alimentarios, es parte de la cultura alimentaria que una persona adquiere a lo largo de su vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Avendaño, C. A., Gutiérrez, K. A., Salgado, C. F., & Alonso-Dos-Santos, M. (2016). Rendimiento Académico en Estudiantes de Ingeniería Comercial: Modelo por Competencias y Factores de Influencia. *Formación Universitaria*, 9(3), 3-10.
- Bajaña, R., Quimis, M., Sevilla, M., Vicuña, L., & Calderón, J. (2018). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. *Revista FacSalud UNE-MI*, 1(1), 34-39.
- Daza, C. H. (1997). Nutrición infantil y rendimiento escolar. *Revista, Colombia Médica*, 28(2), 92-98.
- De la Cruz, E. (2015). La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial. *Revista Paradigma*, 36(1).
- El Comercio. (2019). Focalización de alimento escolar se revisa. <https://www.elcomercio.com/actualidad/alimento-escolar-estudiantes-educacion-fiscal.html>
- Espinoza, E. (2020). La investigación formativa. Una reflexión teórica. *Revista Conrado*, 16(74), 45-53.
- Espinoza, E., Calvas, M., & Chuquirima, S. (2018). Reflexiones sobre una estrategia para enseñar geografía en la Educación Básica de Ecuador. *Maestro y Sociedad*, 109-120.
- Fajardo, F., Maestre, M., Felipe, E., León, B., & Polo, M. (2017). Análisis del rendimiento académico de los alumnos de educación secundaria obligatoria según las variables familiares. *Revista, Educación XX1*, 20(1), 209-232.
- Guamán, V., Espinoza, E., & Herrera, L. (2020). Fundamentos psicológicos de la actividad pedagógica. *Conrado*, 16(73), 303-311.
- Lejavitzer, A. (2016). Dieta saludable, alimentos puros y purificación en el mundo grecolatino. *Revista Nova Tellus*, 34(1), 109-121.
- Martín, D. (2017). *Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico escolar*. (Tesis de maestría). Universidad de Murcia.
- Miño, S. (2014). Nutrición y rendimiento escolar de niños de educación general básica de la Escuela Fiscal Mixta Río Blanco, San Miguel de los Bancos, período lectivo 2011-2012. (Tesis Licenciatura). Universidad Central del Ecuador.
- Montiel, S. (2016). *La alimentación y su incidencia en el rendimiento académico de los niños y niñas de la escuela de Educación Básica "Dr. Francisco Martínez Aguirre" de la ciudad de Vinces – provincia de los Ríos*. (Tesis Licenciatura). Universidad Técnica de Babahoyo.
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2006). *Crear y manejar un huerto escolar: un manual para profesores, padres y comunidades*. FAO. <http://www.fao.org/3/a0218s/a0218s00.htm>
- Redrobán, G. (2015). *La nutrición y su incidencia en el rendimiento académico de los niños de cuarto año paralelo "A" de la Unidad Educativa "Luis A. Martínez" del Cantón Ambato, provincia Tungurahua*. (Tesis Licenciatura). Universidad Técnica de Ambato.
- Rendón, T. (2015). El servicio público de educación básica en México. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 6(11), 421-441.
- Vio, F., Salinas, J., Montenegro, E., González, C., & Lera, L. (2014). Efecto de una intervención educativa en alimentación saludable en profesores y niños preescolares y escolares de la región de Valparaíso, Chile. *Revista, Nutrición Hospitalaria*, 29(6), 1298-1304.