

APUNTES, MANUALES, PRESENTACIONES



Universidad de Jaén

Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Apuntes básicos: la educación para la salud en el currículo de educación infantil

José Gabriel Soriano Sánchez

Fecha: 03/01/2005

Educación para la salud: aspectos didácticos y psicológicos



CREA

Apuntes Básicos: La Educación para la Salud en el Currículo de Educación Infantil



Índice

Introducción.....	02
1. Fundamentos Biológicos para la Salud	02
1.1. Justificación y Bases Conceptuales de la Educación para la Salud ...	02
1.2. Conceptos Básicos Relativos al Propio Cuerpo, la Higiene y la Alimentación	02
1.3. Nutrición, Nutrientes, Alimentos y Necesidades Energéticas.....	02
2. La Educación para la Salud en el Currículo de Educación Infantil	03
2.1. Componentes del Currículum Relacionados con la Educación para la Salud	03
2.2. Normativa de los Centros.....	03
3. Enseñanza y Aprendizaje de Cuestiones Relacionadas con la Alimentación, la Salud y el Desarrollo de Hábitos Saludables en Educación Infantil	03
3.1. Estrategias Metodológicas y Recursos Didácticos.....	03
3.2. Diseño y Desarrollo de Proyectos Educativos Relacionados con la Salud: Innovación en el Aula	04
4. Fundamentos Psicológicos para la Detección Temprana de Algunos Problemas de Salud en la Infancia	04
4.1. Hábitos Saludables en la Alimentación Infantil. Factores de Riesgo ..	04
4.2. Factores de Riesgo Relacionados con el Sueño y el Control de Esfínteres	04
5. Detección Precoz y Alteraciones del Desarrollo Físico, Motor y de la Percepción en la Edad Infantil	04
6. Otros Factores de Riesgo para la Salud Infantil.....	04
7. Conexión con los Objetivos de Desarrollo Sostenible	05
Conclusión.....	05
Referencias	05

Introducción

La educación para la salud en el ámbito de la Educación Infantil es una herramienta fundamental para promover hábitos saludables desde las primeras etapas de la vida. Esta formación no solo impacta directamente en el bienestar de los niños y niñas, sino que también contribuye a la construcción de una sociedad más consciente y responsable en términos de salud pública (Rubio y Mora, 2019). Este capítulo aborda los principales componentes relacionados con la educación para la salud, incluyendo estrategias didácticas, fundamentos biológicos y psicológicos, así como los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que este enfoque puede reforzar.

1. Fundamentos Biológicos para la Salud

1.1. Justificación y Bases Conceptuales de la Educación para la Salud

La educación para la salud se fundamenta en el derecho universal a la salud y en la necesidad de establecer una base sólida de conocimientos y hábitos saludables desde la infancia. Esta etapa es crucial, ya que durante los primeros años de vida se desarrollan patrones de comportamiento que persisten a lo largo del tiempo. La promoción de la salud debe incluir aspectos preventivos y educativos, integrándose de manera transversal en el currículo.

1.2. Conceptos Básicos Relativos al Propio Cuerpo, la Higiene y la Alimentación

En Educación Infantil, los niños y niñas comienzan a reconocer su cuerpo y su importancia. Los conceptos de higiene, como el lavado de manos y el cepillado dental, se trabajan de manera práctica y visual. Además, se introducen nociones simples sobre alimentación saludable, como la identificación de frutas y verduras (Vázquez-Gundín et al., 2010).

1.3. Nutrición, Nutrientes, Alimentos y Necesidades Energéticas

Es importante que los niños y niñas entiendan la función de los alimentos: el crecimiento, la energía y la prevención de enfermedades. Actividades como la clasificación de alimentos según su origen o el rol que desempeñan en el organismo ayudan a establecer una comprensión inicial sobre nutrición.

2. La Educación para la Salud en el Currículo de Educación Infantil

2.1. Componentes del Currículum Relacionados con la Educación para la Salud

Los objetivos generales incluyen fomentar hábitos saludables, habilidades motoras y conocimientos básicos relacionados con la salud y la alimentación. En este contexto, el currículo se alinea con principios como el cuidado del cuerpo, la higiene y una alimentación equilibrada. Los saberes básicos relacionados con la Educación para la Salud en la etapa de Educación Infantil se encuentran asociados al área *Crecimiento en Armonía*, establecida en la Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo de Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de atención a la diversidad y a las diferencias individuales, entre otros.

2.2. Normativa de los Centros

La normativa educativa exige la integración de actividades de promoción de la salud, tales como talleres de alimentación saludable y revisiones periódicas de las condiciones higiénicas de los espacios escolares. Estas actividades se incluyen en los proyectos educativos de los centros.

3. Enseñanza y Aprendizaje de Cuestiones Relacionadas con la Alimentación, la Salud y el Desarrollo de Hábitos Saludables en Educación Infantil

3.1. Estrategias Metodológicas y Recursos Didácticos

Las estrategias más eficaces incluyen el aprendizaje basado en juegos, el aprendizaje significativo y el aprendizaje cooperativo, con el uso de cuentos didácticos y la participación en actividades prácticas como la preparación de meriendas saludables. Recursos tecnológicos, así como material manipulativo, murales, canciones y talleres interactivos también favorecen la comprensión de los niños y niñas. Asimismo, la realización de actividades a través del diseño universal para el aprendizaje, contribuye al despertar de los sentidos y, en consecuencia, a la canalización sensorial.

3.2. Diseño y Desarrollo de Proyectos Educativos Relacionados con la Salud: Innovación en el Aula

Los proyectos integrados permiten trabajar varios objetivos simultáneamente. Por ejemplo, un proyecto sobre "Mi cuerpo y yo" puede incluir actividades sobre el cuidado de la higiene personal, la importancia de una dieta equilibrada y el ejercicio físico.

4. Fundamentos Psicológicos para la Detección Temprana de Algunos Problemas de Salud en la Infancia

4.1. Hábitos Saludables en la Alimentación Infantil. Factores de Riesgo

La detección temprana de problemas relacionados con la alimentación, como el rechazo a ciertos alimentos o el desarrollo de malos hábitos alimentarios, es esencial. Esto requiere observar patrones de conducta y mantener una comunicación fluida con las familias.

4.2. Factores de Riesgo Relacionados con el Sueño y el Control de Esfínteres

Los problemas de sueño, como la falta de descanso adecuado, o dificultades con el control de esfínteres pueden indicar problemas subyacentes. Los educadores deben colaborar con profesionales especializados cuando sea necesario.

5. Detección Precoz y Alteraciones del Desarrollo Físico, Motor y de la Percepción en la Edad Infantil

El seguimiento del desarrollo infantil incluye evaluar hitos motores, capacidades perceptivas y el crecimiento físico. Las actividades en el aula pueden incluir ejercicios de coordinación, exploración sensorial y juegos que fomenten el movimiento.

6. Otros Factores de Riesgo para la Salud Infantil

Además de los factores mencionados, es importante abordar riesgos como la exposición a tecnologías, el sedentarismo y la falta de interacción social, que pueden afectar tanto el desarrollo físico como psicológico de los niños y niñas.

7. Conexión con los Objetivos de Desarrollo Sostenible

El enfoque en la educación para la salud en Educación Infantil contribuye directamente al ODS3 (salud y bienestar) al promover una base de hábitos saludables desde la infancia, como indica la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2025). Además, la metodología utilizada fomenta el pensamiento crítico y la sostenibilidad, apoyando el ODS4 (educación de calidad). Estos esfuerzos integrales también refuerzan la sensibilización hacia la importancia de un desarrollo sostenible, como revela la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2021).

Conclusión

La educación para la salud en Educación Infantil es una pieza clave para formar generaciones más saludables y conscientes. Los educadores tienen la posibilidad de marcar una diferencia significativa en la vida del alumnado de Educación Infantil, mediante la promoción de hábitos saludables. Este enfoque no solo mejora la calidad de vida individual, sino que también contribuye al bienestar colectivo.

Referencias

Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determinan los procesos de tránsito entre ciclos y con Educación Primaria. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, núm. 104, de 2 de junio. <https://www.juntadeandalucia.es/boja/2023/104/38>

Organización de las Naciones Unidas [ONU] (2025). *Objetivos de Desarrollo Sostenible*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO] (2021). *Educación para el desarrollo sostenible*.

Rubio, S., y Mora, M. (2019). *Educación para la salud y el consumo en educación infantil*. Pirámide.

Vázquez-Gundín, J., Martínez, L., Moldes, L., Castedo, N., Quindós, M., Fernández, P., Presedo, A., Rodríguez, C., Rodríguez, L., y Novoa, B. (2010). *Alimentación, nutrición y dietética en educación infantil*. Lulu Press.