

Alternativa para la preparación a las familias en educación nutricional

Alternative for the preparation to the families in nutritional education

Odalís Copello-Guisao; Juana Daudinot-Gamboa

Dirección General de Educación Niceto Pérez García, Guantánamo, Cuba
Universidad de Guantánamo, Guantánamo, Cuba

Correo(s) electrónico(s):

063odaliscg@np.gu.rimed.cu

juanadg@cug.co.cu

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-3970-008X>

<https://orcid.org/0000-0003-0478-8678>

Recibido: de marzo de 2024

Aceptado: 16 de agosto de 2024

Resumen

El trabajo aborda la temática relacionada con la preparación de la familia, en la educación nutricional de sus hijos mediante el programa Educa a tu hijo. Ello obedece a la necesidad de solucionar la insuficiente preparación teórico - práctica que poseen las familias en este sentido, por lo que se plantea como objetivo: ofrecer una alternativa educativa para el trabajo con la familia en educación nutricional de sus hijos. Para ello se utilizaron métodos teóricos, empíricos y matemáticos, corroborándose las insuficiencias que se presentan en este orden. Los resultados revelaron mayor nivel de preparación y participación de las familias en aras de una mejor salud y calidad de vida de sus hijos.

Palabras clave: Preparación; Familia; Educación nutricional; Programa Educa a tu hijo.

Summary

The work approaches the thematic related with the preparation of the family, in the nutritional education of its children by means of the program "it educates your son". it obeys It the necessity of solving the theoretical insufficient preparation - practice that you/they possess the families in this sense, for what thinks about as objective: to offer an educational alternative for the work with the family in their children's nutritional education. For they were used it theoretical, empiric and mathematical methods, being corroborated the inadequacies that are presented in this order. The results revealed bigger preparation level and participation of the families for the sake of a better health and quality of their children's life.

Words key:Preparation;Family;Nutritionaleducation;ProgramsitEducates son.

Introducción

El programa social de atención educativa Educa a tu hijo, surge como un modelo educativo no institucional a raíz de investigaciones realizadas en Cuba, que tenía como objetivo preparar niños y niñas en edad preescolar, en zonas rurales y el plan turquino que carecían de espacios apropiados en sus comunidades. Una de sus características fundamentales es el carácter intersectorial que tiene como núcleo básico a la familia. Partiendo de ella, el programa lleva a cabo acciones educativas en el hogar con niños y niñas.

Estudios efectuados en el ámbito internacional, revelan que el desarrollo socioemocional y las habilidades cognitivas están estrechamente relacionadas, y que la salud y la nutrición en los primeros años de vida se vinculan al adecuado desarrollo del niño, lo que demuestra, el enfoque integral desde dónde garantizar el cumplimiento de los principios básicos de la alimentación; de este modo, quedó establecida en la II Conferencia Internacional sobre Nutrición auspiciada por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2014), la necesidad de brindar a la educación alimentaria nutricional un adecuado tratamiento.

En la educación nutricional de los niños, inciden agentes como el personal de salud pública, las instituciones educativas, la familia. Sin embargo, estos no siempre planifican sus influencias educativas de manera coordinada, de ahí la importancia de orientar correctamente a los agentes implicados en este proceso.

En la actualidad, el problema de la preparación a la familia, es de interés y motivo de análisis, ya que constituye una necesidad social, de interés y preocupación para todos, pues marca un salto cualitativo en el desarrollo psíquico, social y fisiológico de la personalidad del niño; es considerado esto como un derecho que abarca la atención a la salud, la nutrición, al desarrollo intelectual, moral socio-afectivo, motriz físico, para lograr el máximo desarrollo integral posible para cada niño; es decir, debe ser potenciado al máximo por el insustituible papel de la familia, por lo que debe ser constantemente preparada a partir de sus saberes y experiencias.

Un estudio efectuado por la autora, sobre los resultados alcanzados en la preparación a la familia para elevar la calidad de la atención integral de los niños y la experiencia práctica pedagógica en la coordinación del programa Educa a tu hijo, permitió identificar insuficiencias que inciden en la preparación a las familias para una educación nutricional de los niños de 2 a 5 años edad en zonas del plan turquino del municipio Niceto Pérez García. Entre ellas:

- En la preparación teórico - práctica sobre educación nutricional a las familias en el programa Educa a tu hijo.

- En el aprovechamiento de las potencialidades que ofrece el manual de alimentación en correspondencia con el acontecer actual en el trabajo con la familia.
- En la utilización óptima de los recursos naturales sobre la nutrición en correspondencia con el contexto actual.

Las mencionadas insuficiencias revelan la necesidad de contribuir con la preparación de las familias sobre la educación nutricional en los niños de 2 a 5 años mediante el programa Educa a tu hijo. Es por ello que el artículo está dirigido a ofrecer una alternativa educativa para el trabajo con la familia en educación nutricional de sus hijos, sustentada en las teorías y concepciones pedagógicas, psicológicas y sociológicas, en correspondencia con el actual perfeccionamiento educacional en la Educación de la Primera infancia.

Desarrollo

Es reconocido que, el lugar y la importancia decisiva de la familia en la educación de las nuevas generaciones, es una verdad científica y social compartida universalmente. Un acercamiento a las principales concepciones acerca del funcionamiento, educación y orientación de esta importante agencia educativa, permitiría comprender su lugar en el sistema de influencias educativas, necesarias para la contribución al desarrollo de la educación nutricional de sus hijos durante la primera infancia.

Al respecto Blanco (2001), distingue el papel de la familia, como:

Uno de los factores que ejerce mayor incidencia en la educación de la personalidad de sus hijos, desde los primeros años de vida, esencialmente y con trascendencia, con mayor o menor fuerza, a lo largo de la vida, vital para las condiciones con vista a la continuidad de la educación por otras vías. (p. 87)

A esto, se añade el hecho de que dicho papel, concretado en las funciones de la familia son consideradas como “obligaciones”, incluso aparecen recogidas y reguladas en los Códigos Legales de la mayoría de los países, en Cuba, en la Constitución de la República (2019), en el Código de las Familias (2022), y en el Código de la niñez y la juventud (1978).

Sin dudas, las preocupaciones y ocupaciones concernientes a la familia, como célula básica de la sociedad, ha sido objeto de investigación por no pocos investigadores de diferentes áreas: sociológica, médica, psicológica, pedagógica, entre otras. En este sentido, el estudio de la familia, su estructura, funcionamiento, así como su interrelación con instituciones educativas y sus regularidades, constituye base esencial para una mejor comprensión y profundización de situaciones que en la práctica educativa,

dígase en la primera infancia, es preciso resolver. Estas ideas tienen su origen en las contribuciones de: (Arés, 1990; Álvarez, 1999; Blanco 2001; Castro, 2004; Daudinot, 2013 y Núñez, 2005), entre otros.

A tales efectos, se considera importante asumir que la familia es:

(...) institución formada por un grupo de personas unidas por lazos consanguíneos y/o afectivos, que conviven en un espacio común durante un tiempo significativo, donde se satisfacen necesidades materiales y espirituales, se establecen relaciones afectivas estables; es el grupo donde se manifiestan importantes motivaciones psicológicas, con el cual se identifica y se desarrolla un fuerte sentimiento de pertenencia donde se enfrentan y se tratan de resolver los problemas de la vida en convivencia. (Castro y otros, 2004, p. 29)

Por ello, se asume que las diferentes actividades que se realizan en la familia, se agrupan en las funciones que realiza este grupo humano. En consecuencia, y atendiendo, a la esencia de la mayoría de los criterios, se percibe coincidencia en tres funciones básicas, que son: la biológica-social, la económica y la espiritual-cultural. La función educativa, se desarrolla en la misma medida que se producen las otras. De manera que, entre ellas se produce una interrelación e intercondicionamiento, por lo que una disfunción en cualesquiera, alteraría el sistema, debe existir coherencia y armonía en ello.

Estos elementos valorados, permiten comprender cómo en Cuba, se garantizan las condiciones para que todos los niños puedan beneficiarse y se propicie un sano desarrollo. Por lo que surge la necesidad de preparar a la familia para que esté en condiciones de cultivarla de forma sistemática, donde la educación nutricional constituye una vía importante para el desarrollo de la personalidad de los niños, pues, la formación de hábitos nutricionales en los niños de edad preescolar es de significativa importancia para su ulterior desarrollo. Esto se corrobora en los estudios de investigadores como: (Collado, 1988 y Labato, 2011), los que destacan el papel esencial de la familia en este sentido.

En este orden, Castro (1985), cubana concordaba en que la familia viene a convertirse en el espacio donde se inicia el proceso de desarrollo de la personalidad y por consiguiente es preciso garantizar las condiciones más adecuadas para el bienestar y desarrollo pleno de sus hijos, en tanto, *“es el seno de la familia donde se reproduce la vida humana”* (p. 35).

Según Lobato (2011), de brindar una orientación adecuada y oportuna a la familia y otros adultos responsables de la atención y cuidado de los niños, relacionada con el mejor proceder de manera que puedan desarrollarse conscientemente los mejores hábitos nutricionales y con ello garantizar el cuidado de la salud y bienestar de los niños, ya que lo bien o mal aprendidos, perdurarán hasta la edad adulta.

Desde esta mirada, es necesario trabajar para lograr en los niños la riqueza de lo que posteriormente será su vida espiritual y esto no es posible si la familia no desempeña un papel esencial, ello es posible mediante la preparación científica y pedagógica. Tal es el caso de la educación nutricional en los niños del Programa Educa a tu hijo.

Según estudio de Lobato (2011), la alimentación y nutrición están vinculadas con las metas de salud que se propone alcanzar el país, dado que constituye un sostén importante para su consecución. Está demostrado que la correcta nutrición es factor principal en la disminución de la mortalidad infantil y en la elevación de las expectativas de vida y tiene repercusión en el crecimiento y desarrollo físico e intelectual.

Como se aprecia, es evidente que la nutrición tiene relevancia, como uno de los factores condicionales que inducen de manera destacada en la salud del niño, pues en la medida que falten adecuados nutrientes en el momento oportuno, se producirá la detención de su desarrollo psicológico; por tanto, la educación nutricional constituye un medio importante para corregir informaciones erradas, así como para transmitir otras de carácter verdadero acerca de los alimentos y sus valores nutritivos. De ahí que, las consecuencias de la malnutrición son especialmente severas si esta se produce en edades muy tempranas.

Significa que, el suministro de nutrientes para un adecuado crecimiento y desarrollo constituye la base de la prevención de diferentes trastornos en la adultez, o sea, durante toda la vida, de ahí la enseñanza de una correcta alimentación desde la niñez. Dicho aspecto no puede ser ajeno en el funcionamiento del entorno familiar. Sin embargo, no siempre la familia no se encuentra siempre con el nivel óptimo de preparación en estos contenidos y es preciso dirigir dicha orientación desde las instituciones educativas. Las problemáticas que se evidencian en el ámbito educativo, con respecto al proceso de preparación a las familias del Programa Educa a tu hijo, en la educación nutricional, tiene como antecedentes la preparación que recibía el personal en las instituciones educacionales, no obstante, en la educación cubana y, particularmente, en la Educación Preescolar empieza a tomar auge a partir de la década de los años setenta, la preparación de la familia, si se tiene en cuenta los importantes cambios y transformaciones que se ejecutaron a partir de la Segunda Revolución Educacional (1972), de los cuales no estuvo exenta la Educación Preescolar.

En el país existen instituciones que posibilitan la atención sistemática a una parte de la población infantil; pero todavía resultan insuficientes. Por tal motivo, se creó el programa Educa a tu hijo, para atender a los niños y las niñas de cero a cinco años que no asisten a dichas instituciones. Este programa

se caracteriza por el trabajo conjunto de la familia y la comunidad, mediante la aplicación de diferentes variantes que propician la formación y desarrollo de esto siendo estas unas de las prioridades.

En la orientación educativa para el proceso de alimentación, desempeña un papel esencial el adulto, en este caso, la familia, la que orienta y controla el proceder del niño, requiriendo de forma oportuna en correspondencia con lo que se desea y lo que se está ejecutando, buscando el logro del desarrollo en la formación de hábitos nutricionales y con ello el desarrollo en el proceso de alimentación, logrando el autovalidismo.

Lo anterior se justifica, cuando se reconoce que:

La familia para sus miembros, es el grupo humano en que viven, satisfacen y desarrollan complejo procesos materiales y afectivos estrechamente relacionados, donde adquieren hábitos de conducta, normas de vida y valores. Por eso resulta una institución mediadora entre la sociedad y el individuo, con una potencialidad educativa que el círculo infantil, la escuela y el resto de las instituciones sociales no pueden desestimar. (Castro, 2004, p.1)

En este sentido, uno de los aspectos a tener en cuenta por las instituciones educativas en las que transcurre el niño, como el Círculo Infantil u otra vía no institucionalizada, es la atención que se le ofrece a la educación nutricional, por ser un proceso dirigido a la formación de correctos hábitos de alimentación. Es por ello que, los niños y las niñas deben aprender a consumir todos los alimentos, sea del tipo, forma, variedad en cuestión, pues hay que enseñarles a comprender lo importante que resulta para poder crecer fuertes y sanos. Por eso la familia debe estar lista o en consecuencia recibir los niveles de ayuda correspondientes.

La educación nutricional tiene numerosos beneficios para las personas, tanto en conocimientos de vital importancia, y desarrollo de habilidades, como en prevención de futuros problemas que pueden traer los malos hábitos. Es conocido que aprender a preparar y cocinar los alimentos saludables beneficia el incremento del consumo de frutas y verduras, la adquisición de mejores habilidades culinarias, asumir una actitud y conductas más conscientes acerca de la alimentación y con ello se prevé la obesidad infantil.

Por otro lado, es importante que la familia adquiera conciencia de que el niño y la niña necesitan aprender a comer. Los programas de alimentación tienen como fin lograr una mejor nutrición a través de esfuerzos educativos, tomando en consideración la importancia que tiene para cada grupo de edades establecer sus recomendaciones nutricionales, educar adecuadamente desde su nacimiento, lo cual es primordial para que crezca sano, alegre, activo, feliz y se propicia así que su desarrollo sea más pleno.

Es conocido que, existen varias enfermedades que, aunque no son causadas por la ingestión inadecuada de nutrientes, sí pueden mejorarse o prevenirse con una dieta adecuada. Significa que, el consumo de productos alimenticios como: leche, verduras, carnes, las vitaminas, las sustancias minerales etc., le brindan al organismo las sustancias indispensables para la nutrición, dígame: las proteínas, las grasas y los carbohidratos, pues ofrecen la energía necesaria para que los niños puedan realizar las diferentes actividades sin dificultades tanto física como mentalmente.

Por tanto, hay que destacar que la educación nutricional es un proceso encaminado a la formación de correctos hábitos de alimentación. De ahí que, los niños y las niñas deben aprender a consumir todos los alimentos y comprender que para crecer fuertes y sanos es necesario una variada alimentación. Para ello, es necesario cumplir horarios, o sea, llevar un régimen de alimentación.

De esta manera, Collado (1988), lo considera como:

La correcta distribución de las distintas comidas durante el día, de manera que estas sean relacionadas y permitan la creación de un estereotipo dinámico que se ajuste al ritmo de alimentación más conveniente en el transcurso del día teniendo en cuenta la edad, el sexo y la actividad predominante que se realiza, entre otros factores. (p. 3)

Se concuerda en este sentido, que es indispensable una buena alimentación durante la infancia para lograr que el niño y la niña tengan un crecimiento y desarrollo correcto. Si bien la herencia es la clave para la talla final que alcance el pequeño, la nutrición determina en gran parte, la proximidad que puede tener con respecto a su potencial genético. De ahí que, un niño o una niña que no reciban una alimentación correcta se enfermará más fácilmente, rendirá menos que aquel que reciba está, en correspondencia con sus necesidades.

En la alimentación de los niños y las niñas no se deben cometer errores, se ha de tener presente que la mejor dieta para él es aquella que garantiza una alimentación balanceada y correcta cada día con lo que se consigue satisfacer sus necesidades como condición indispensable para su crecimiento y desarrollo normal. La alimentación debe ser diferenciada en dependencia de las necesidades fisiológicas y características etáreas de los niños y las niñas, es decir, que estos reciban diariamente todos los componentes nutritivos que corresponden a las particularidades de su organismo y de su estado de salud.

Por otro lado, al realizar el análisis del proceso pedagógico desde esta posición, conduce a considerar el desarrollo integral de las familias como agentes educativos, que facilite una comprensión de la necesidad de una adecuada educación nutricional en la preparación a la familia en la educación de su niño.

En correspondencia con lo planteado, y teniendo en cuenta que la educación familiar desde la escuela, es “el sistema de influencias pedagógicamente dirigido, encaminado a elevar la preparación de sus miembros adultos en el hogar y estimular su participación consciente en la formación de sus hijos, en coordinación con la institución docente” (Castro, 2004. p. 51).

Por otra parte, se coincide con Daudinot (2013), quien considera que el trabajo de educación familiar es:

El sistema de actividades intencionadas y orientadoras conscientemente estructuradas, dirigidas a los padres y familiares más cercanos con la finalidad de elevar su preparación pedagógica y que estimule su participación activa y transformadora en el proceso formativo de sus hijos que favorezca la reafirmación profesional. (p. 42)

Se comparte el criterio de la autora mencionada, al desarrollar el trabajo de educación familiar, el centro docente, para el caso las promotoras, debe poseer una programación educativa, contentiva en un sistema de acciones de aprendizajes, dirigidas a ayudar y estimular la participación activa de esta en la educación de sus hijos, donde se busque la unidad de esfuerzos, la integración de objetivos, la articulación acertada de las diferentes modalidades que se puedan utilizar (grupales e individuales), y sobre todas las cosas, bajo una concepción científica del papel de la familia en la educación de su descendencia y de relación con la escuela,

La utilización y combinación de diferentes modalidades, tanto individuales como grupales, que tradicionalmente se han utilizado: reuniones de padres, escuelas de educación familiar, visitas al hogar, entrevistas, murales, buzón, correspondencia escuela-hogar, los videos-debates, conferencias, entre otras, debe caracterizar el accionar de la escuela con la familia.

Se realizó un diagnóstico, en función de constatar el estado actual del objeto de investigación, que parte de la práctica educativa, vivencias de la autora en la labor con la familia mediante el programa Educa a tu hijo, en el Consejo Popular Casimba, municipio Niceto Pérez. Para ello se emplearon diferentes métodos y técnicas investigativas. Se establecieron los indicadores siguientes:

- Nivel de preparación que poseen las familias para dar tratamiento a la educación nutricional de sus hijos.
- Estado en que se encuentran los hábitos nutricionales de los niños.

Los principales resultados se resumen en:

- El nivel de preparación que poseen las familias para dar tratamiento a la educación nutricional de sus hijos en general es bajo.

- La preparación que reciben es escasa, pues faltan promotoras que las atiendan sistemáticamente.
- Los temas que se tratan en la preparación, no siempre se relacionan con la nutrición de sus hijos.
- Más del 80% de las familias no contribuyen con la estimulación al desarrollo de hábitos nutricionales adecuados de sus hijos.

Después de haber ahondado en el nivel de información científico teórico-metodológico acerca de la temática, así como de ratificar los resultados alcanzados en el diagnóstico, se propone la alternativa siguiente:

Alternativa para la preparación a las familias en educación nutricional mediante el Programa Educa a tu hijo

Para una mayor comprensión y como resultado de la sistematización teórica, se asume la alternativa como “una opción de acción para la búsqueda de solución a un problema, que se concreta en la postulación de un conjunto de acciones ordenadas, con un fin determinado, a partir de que cada momento del proceso tiene sus particularidades” (Daudinot, 2007, p.64).

En este sentido, se consideró asumir el taller, como la forma fundamental de organizar el proceso de la alternativa para desarrollar la preparación a las familias. Este ha sido utilizado de diversas formas y por lo tanto ha propiciado la existencia de muchas definiciones alrededor de este. Este nombre se asigna a muchas actividades, que se desarrollan con diversos métodos, utilizando numerosos contenidos y con concepciones de trabajo diferentes.

Taller 1.

Tema: La educación nutricional: un tesoro para fomentar hábitos alimentario desde las edades tempranas.

Objetivo: Argumentar acerca de la educación nutricional con respecto a los hábitos alimentarios para la salud adecuada de los niños.

Participantes: Familias, maestras, especialista de salud.

1. Materiales de consulta: Manual de alimentación. Normativas para la planificación de la dieta y la elaboración de los alimentos de los niños de 0 a 6 años.

Sugerencias para el desarrollo del taller

La especialista de salud dará inicio a la actividad comunicando el objetivo y la forma de proceder.

Motivará a las familias con la lectura de una frase de La Rochefoucauld.

“Comer es una necesidad, pero comer inteligentemente es un arte. Luego de comentar el significado e interpretación de la cita, hará las siguientes preguntas: - ¿Qué conoce usted sobre la educación nutricional?, -¿Qué hábitos podemos crear y en qué momento? ¿Cómo hacerlo?, - ¿Cómo lograr en los niños la formación adecuada de hábitos alimentarios? ¿Qué importancia le atribuyen a una adecuada alimentación?

Estas interrogantes servirán para motivar al auditorio y propiciar un ambiente ameno y facilitador donde prime el diálogo y el entendimiento. A partir del análisis de estas interrogantes, podrán arribar a conclusiones relacionadas con la necesidad de fomentar en nuestros niños, desde las edades tempranas, hábitos alimentarios correctos para un crecimiento y desarrollo saludable. De igual forma, deberá destacarse la importancia del ejemplo de las familias en la formación de hábitos alimentarios desde el hogar. Precisarán los conceptos de nutrición y educación nutricional.

A continuación, se expondrá de forma breve, los hábitos alimentarios sobre cómo mezclar los alimentos en el orden establecido, utilizar bien los cubiertos (cuchara, cucharita, y se inicia el uso del tenedor), masticar bien y con la boca cerrada y no habla con la boca llena.

La especialista de salud dividirá a las familias en dos equipos, los integrantes del equipo uno seleccionarán tarjetas que contienen los objetivos de la Dimensión Educación y Desarrollo Social Personal, referidos a los hábitos alimentarios. Los integrantes del equipo dos, seleccionarán tarjetas que presentan los contenidos de la Dimensión Educación y Desarrollo Social Personal, referidos también a los hábitos alimentarios. Posteriormente se procederá a analizar cada objetivo y contenidos de la Dimensión Educación y Desarrollo Social Personal a partir de lo referido sobre la formación de hábitos alimentarios.

Evaluación: Las familias harán un debate sobre lo aprendido en la actividad, donde la especialista de salud tendrá la posibilidad de escuchar respuestas que le permitirán saber si ellas adquirieron conocimientos suficientes sobre formación de hábitos alimentarios para fomentar estos desde el hogar.

Taller 2.

Tema: La formación de hábitos alimentarios a través del juego.

Objetivo: Ejemplificar cómo contribuir a la formación de hábitos alimentarios a través del juego.

Participantes: Promotora, familias, instructor de arte.

Materiales de consultas: Franco (2011). La familia: una comunidad de amor, Educación y desarrollo. Pueblo y Educación.

Folletos del programa “Educa a tu hijo”; Esteva (2001). El juego en la edad preescolar. Pueblo y Educación.

Sugerencias para el desarrollo del taller

La promotora dará inicio a la actividad comunicando el objetivo de la misma, posteriormente propicia que las familias digan una idea sobre la importancia del juego en la edad preescolar.

¿Qué conocen ustedes acerca del juego en la primera infancia?, ¿Qué juegos podemos realizar con los niños para fomentar en ellos adecuados hábitos alimentarios?

Juegos creativos para el buen hábito nutricional: Crear rimas, elaborar tarjetas con frutas, vegetales y verduras.

Podrán jugar: se le indica a la familia presente una cesta en forma de sorpresa al niño donde aparecen variedades de frutas, vegetales y verduras, le pedirá al niño que introduzca la mano y extraiga una tarjeta y diga qué representa, cómo es su color, su forma y cuál es su utilidad, luego la madre escoge una tarjeta abordando todas las características de lo representado. En el juego se le pide a la familia decir algunas rimas que tenga que ver con la tarjeta que escogió y le pedirá al niño que repita la rima

Ejemplo:

Me como las frutas	El sabroso mango
Me como el quimbombó	es rico y sabroso
Porque aportan minerales	es rico y sabroso
Se lo digo yo	tiene vitamina A
En tu plato yo estoy	La naranja y la guayaba
Cómete mi masa	dan vitamina C
Que gordita soy	también la fruta bomba
Yo soy la calabaza	se lo digo a usted

Conclusiones

La preparación a la familia en la educación nutricional en los niños de 2 a 5 años del Programa “Educa a tu hijo” constituye el núcleo teórico-metodológico que ha ocupado la atención de diversos investigadores, centrados en los aportes de la Escuela Histórico Cultural de Vigotsky y otros pedagogos cubanos. El diagnóstico realizado sobre la problemática en cuestión evidenció la existencia de insuficiencias en el nivel de conocimientos y prácticas educativas de la familia sobre la educación alimentaria nutricional en los niños de 2 a 5 años. La alternativa se concibe como una vía para dar tratamiento a la educación nutricional en los niños de 2 a 5 años esencialmente desde el trabajo de preparación a la familia.

Referencias bibliográficas

- Álvarez, M. (1999). *Políticas, Programas y Proyectos de familia en Cuba*. Centro de Estudios de la Mujer.
- Arés, P. (1990). *Mi familia es así*. Pueblo y Educación.
- Asamblea Nacional del Poder Popular. (2019). *Constitución de la República de Cuba*. Gaceta Oficial Extraordinaria No. 5, del 10 de abril de 2019.
- Blanco, A. (2001). *Introducción a la Sociología de la Educación*. Pueblo y Educación.
- Castro, F. (1985). *Discurso pronunciado en el IV Congreso Federación de Mujeres Cubanas*: <https://www.fidelcastro.cu>.
- Castro, L. y otros. (2004). *Familia y escuela: el trabajo con la familia en el sistema educativo*. Pueblo y Educación.
- Collado, M. (1988). *Serie de educación para la salud. Folleto 2, los alimentos y su importancia en la edad preescolar*. Pueblo y Educación.
- Daudinot, J. (2007). *La influencia educativa de la familia en formación profesional del maestro primario. Una alternativa psicopedagógica para su dirección*. [Tesis de Maestría, UCP “Enrique José Varona”]. Archivo digital.
- _____. (2013). *La Reafirmación Profesional Pedagógica desde el trabajo con la familia en el contexto universitario*. [Tesis de Doctorado, UCP “Enrique José Varona”]. Archivo digital.
- Leyva, L. M., Igarza, A., E., Simón C. M. y Aguilar, M. S. (2015). *Manual de alimentación. Normativas para la planificación de la dieta y la elaboración de los alimentos de los niños de 0 a 6 años*. Vo 2. Pueblo y Educación
- Labato, J. C. (2011). *Acciones orientadoras a la familia para contribuir al desarrollo de hábitos nutricionales en los niños del segundo año de vida*. [Tesis de Maestría, UCP “Enrique José Varona”]. Material digital.
- Ley No. 16 Código de la Niñez y la juventud. (1978). Ministerio de Justicia. Gaceta Oficial No. 19 Ordinaria 30 de junio de 1978. <https://juriscuba.com>
- Ley No. 156 Código de las familias (2022, 22 de julio). Asamblea Nacional del poder popular. Gaceta Oficial 99 27 de septiembre de 2022. <https://www.parlamentocubano.gob.cu> › files › g
- Núñez, A. E. (2005). *Cartas al Maestro, Familia y Escuela 1. Algunos puntos de partida*. Pueblo y Educación.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). *II Conferencia Internacional sobre Nutrición*. (19-21 noviembre, de 2014, Roma, Italia.
<https://es.m.wikipedia.org>.