

Original

Actividades de educación alimentaria para alumnos de infantil y primaria en colegios de la provincia de Alicante

Eva María Trescastro-López, Alba Martínez-García

Grupo Balmis de Investigación en Salud Comunitaria e Historia de la Ciencia. Universidad de Alicante.

Resumen

Fundamentos: La promoción de la salud es una herramienta básica para dar respuesta a los problemas de salud proporcionando mejor calidad de vida y bienestar en la población y el ámbito escolar es un elemento clave para la promoción y adquisición de buenos hábitos alimentarios, pero requiere de una correcta formación de los profesionales para que se impliquen de forma directa en programas de Educación para la Salud.

Métodos: A través de la asignatura "Practicum de Educación Nutricional" que se imparte en el cuarto curso del Grado en Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Alicante, se ofertan charlas a los colegios públicos y/o concertados de la provincia de Alicante.

Resultados: Desde el curso 2013-2014 se han desarrollado un total de 1.007 actividades/charlas educativas, que han sido impartidas por un total de 487 estudiantes universitarios, y se han beneficiado de estas actividades un total de 20.140 escolares aproximadamente.

Conclusiones: Estas actividades proporcionan formación práctica de buena calidad a los futuros profesionales, sensibiliza a las instituciones educativas de la importancia del papel del Dietista-Nutricionista en la promoción de hábitos saludables y permite realizar actividades de educación alimentaria de manera continuada entre los escolares.

Palabras clave: Educación en Salud. Promoción de la Salud. Educación Alimentaria y Nutricional. Niños. Dietista-Nutricionista. Programas de Nutrición.

Introducción

Las cifras de sobrepeso y obesidad han aumentado en la población durante la última década¹. A nivel mundial, existe una alta prevalencia de obesidad infantil y adolescente². En España, según la Encuesta Nacional de Salud 2017, la tasa de sobrepeso y obesidad en población de 2 a 17 años, es del 28,7% para niños y 28,4% para niñas³.

Correspondencia: Eva María Trescastro López.
Grupo Balmis de Investigación en Salud Comunitaria e Historia de la Ciencia. Universidad de Alicante.
E-mail: eva.trescastro@ua.es

FOOD AND NUTRITION EDUCATION ACTIVITIES FOR CHILDHOOD AND PRIMARY EDUCATION SCHOOLS OF ALICANTE

Abstract

Background: Health promotion is a basic tool to respond to health problems by providing better quality of life and well-being in the population. The school environment is a key element for the promotion and acquisition of good eating habits. Nevertheless, it requires proper training of professionals to be directly involved in Health Education programs.

Methods: Through the subject "Practicum of Nutrition Education" taught in the 4th year of the Degree in Human Nutrition and Dietetics of the University of Alicante, food and nutrition education activities are offered to public and/or concerted schools of Alicante.

Results: Since 2013-2014, a total of 1,007 educational activities have been developed, which have been given by a total of 487 university students, and approximately 20,140 schoolchildren have benefited from these activities.

Conclusions: These activities provide a good quality practical training to future professionals, sensitize educational institutions to the importance of the role of the Dietitian-Nutritionist in promoting healthy habits and allows ongoing food education activities among schoolchildren.

Key words: Health Education. Health Promotion. Food and Nutrition Education. Children. Dietitian. Nutrition Programs.

El ámbito escolar es un elemento clave para la promoción y adquisición de buenos hábitos alimentarios, ya que durante la infancia se establecen la mayoría de hábitos y conductas, por ello es en esta etapa en la que se debe enseñar la manera correcta de alimentarse, para lograr un crecimiento adecuado y evitar así los malos hábitos alimentarios y el desarrollo de la obesidad y el sobrepeso. Además, la obesidad infantil es un gran predictor del desarrollo de obesidad en el adulto, que guarda una estrecha relación con la aparición de enfermedades crónicas cardiovasculares, y que por tanto tiene importantes consecuencias sociales, económicas y sanitarias. Es por ello que, en este proceso de adquisición y modificación de hábitos alimentarios saludables, la escuela juega un papel básico y por

este motivo se están desarrollando programas de educación alimentaria y nutricional en centros escolares^{4,5}.

Así mismo, la promoción de la salud es una herramienta básica para dar respuesta a los problemas y situaciones de salud proporcionando mejor calidad de vida y bienestar en la población⁶; pero requiere de una correcta formación de los profesionales dietistas-nutricionistas para que se impliquen de forma directa en programas de Educación para la Salud y en actividades realizadas con la población⁷. Para lograr esto es imprescindible que desde las Universidades que forman a estos profesionales se utilicen metodologías innovadoras que permitan a los estudiantes familiarizarse con el entorno de trabajo al que se enfrentarán en el futuro.

El objetivo general de este trabajo es mostrar la estrategia utilizada para proporcionar una formación práctica de calidad a los estudiantes del Grado en Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Alicante a través de la asignatura "*Practicum* de Educación Alimentaria", así como mejorar la salud de los escolares de infantil y primaria de la provincia de Alicante a través de la promoción de hábitos alimentarios saludables.

Material y métodos

Diseño de intervención

Las actividades de Educación alimentaria realizadas por los alumnos en los centros escolares de educación infantil y primaria están enmarcadas dentro de la asignatura del "*Practicum* de Educación Alimentaria", y son llevadas a cabo por estudiantes del Grado en Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Alicante. Esta asignatura se imparte en el 4º curso del Grado desde el curso 2013-2014 como asignatura obligatoria del Grado con una carga docente de 6 créditos. Entre los objetivos formativos de la asignatura, se encuentran los de adaptar las intervenciones de promoción y educación nutricional a las particularidades y necesidades de los grupos, conocer y saber utilizar los diferentes modelos de planificación de educación nutricional, así como diseñar intervenciones de promoción y educación nutricional adaptadas a las características de los grupos.

Para llevar a cabo estas actividades prácticas, el profesorado responsable de la Universidad de Alicante se pone en contacto con diferentes Concejalías y organismos de los siguientes Ayuntamientos de la provincia: en Elche, San Vicente del Raspeig y Benidorm con la Concejalía de Educación, en Alicante con el Centro Educativo de Recursos de Consumo y en Sant Joan d'Alacant con la Concejalía de Bienestar Social. A través de estos organismos se ofertan las charlas a los colegios públicos, concertados y a centros o asociaciones con discapacidad intelectual de los municipios. Así mismo, los alumnos pueden establecer contactos con otros centros próximos a sus residencias y puntualmente también se realizan actividades en otras localidades.

Para la oferta de las actividades se tiene en cuenta también el concepto de equidad que implica contemplar las desigualdades sociales en salud e identificarlas para

poder actuar sobre ellas⁸. En estos casos no todos los alumnos de los colegios parten de la misma situación inicial, ya que está demostrado que la población de zonas más desfavorecidas y/o deprimidas suelen tener más problemas a la hora de acceder a los recursos. Por este motivo en determinadas ocasiones y según el criterio de los Ayuntamientos, las charlas se ofertan a los colegios de zonas más desfavorecidas con una semana de antelación al resto de colegios, para darles un mayor tiempo de respuesta a estos centros y que tengan prioridad a la hora de distribuir el número de actividades ofertadas.

Población diana

Las actividades están dirigidas al alumnado de Educación infantil y Educación primaria de los centros escolares públicos, privados y/o concertados de los municipios de Elche, San Vicente del Raspeig, Alicante, Sant Joan d'Alacant y Benidorm con edades comprendidas entre 3 y 12 años. También se ofertan las actividades a los usuarios de centros y asociaciones con discapacidad intelectual de la ciudad de Alicante.

Actividades realizadas

Para el desarrollo de las actividades educativas, se les proporciona todo el material necesario para impartir las charlas a los alumnos de la Universidad y ellos se desplazan a los diferentes colegios. Los materiales utilizados para impartir las charlas, han sido elaborados por la extinguida Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas y llevan por título "Alimentación saludable en la edad escolar: materiales educativos para Dietistas-Nutricionistas"⁹. Así mismo, para los alumnos de Educación infantil, se utilizan distintos cuentos relacionados con la alimentación¹⁰⁻¹⁴ (tabla I).

Estos materiales educativos se presentan por módulos y ciclo escolar de la siguiente manera:

- Educación infantil (3-6 años): Educación infantil de 3 años, 4 años y 5 años y actividades de "Cuenta-cuentos".
- Educación primaria. Ciclo Inicial (6-8 años): 1º y 2º de Educación Primaria.
- Educación primaria. Ciclo Medio (8-10 años): 3º y 4º de Educación Primaria.
- Educación primaria. Ciclo Superior (10-12 años): 5º y 6º de Educación Primaria.

Las actividades de cada uno de los módulos se estructuran en: objetivos, procedimiento, materiales y observaciones. Asimismo, cada módulo educativo especifica los objetivos generales que se alcanzarán con la intervención o secuencias didácticas propuestas.

En la realización de las mismas se propone seguir la secuencia didáctica de modo que la transmisión de contenidos sea paulatina, vayan asentándose sobre una base ya

Tabla I
Resumen de las actividades realizadas por grupos de edad

<i>Ciclo educativo</i>	<i>Secuencia didáctica</i>				
	1	2	3	4	5
Educación Infantil Cuentacuentos	Cuento 1: La pequeña oruga glotona	Cuento 2: El vampiro Edelmira	Cuento 3: La fruta es mia	Cuento 4: La comida de Lulú	Cuento 5: Todos a la mesa
Educación Infantil Ciclo Superior (3-6 años) El CS	Mi desayuno diario. Clave: alimentos del desayuno completo y diario. Material: El CS S1 ppt, El CS FS1 y lápices de colores.	¿Adivina quién soy? Clave: origen de los alimentos. Material: El CS S2 ppt.	¿Qué me gusta? Clave: alimentación variada. Material: El CS S3 ppt, El CS FS3_1 y CS FS3_2; Cartulina, pegamento en barra y palitos de helado.	Con las manos en la masa Clave: consumo diario de frutas y hortalizas. Material: El CS S4 ppt, frutas y hortalizas, servilletas, gorros de papel y platos.	¡Soy número uno! Clave: comportamiento correcto en la mesa. Material: El CS S5 ppt, manteles, delantales, servilletas, cubiertos, vasos y platos.
Educación Primaria Ciclo Inicial (6-8 años) EP CI	¡Un desayuno genial! Clave: alimentos de un desayuno completo y diario. Materiales: EP CI S1 ppt, EP CI FS1 y lápices de colores.	Adivina de qué alimentos hablamos. Clave: origen de los alimentos. Material: EP CI S2 ppt, imágenes de alimentos, cartulina, pegamento, tijeras y cinta adhesiva.	La merienda de Felisa Clave: alimentos para merendar sano y actividad física. Material: EP CI S3 ppt, EP CI FS3 y lápices de colores	Con las manos en la masa Clave: consumo diario de frutas y hortalizas. Material: EP CI S4 ppt, frutas y hortalizas, servilletas, platos, brochetas, aceite y sal.	Los grupos de alimentos Clave: grupos de alimentos y alimentación variada. Material: EP CI S5 ppt, EP CI FS5, tijeras, imágenes de alimentos y pegamento.
Educación Primaria Ciclo Medio (8-10 años) EP CM	¡Un desayuno para cada ocasión! Clave: alimentos de un desayuno completo y diario. Materiales: EP CM S1 ppt y EP CM FS1.	¿Cómo me alimento? Clave: recordatorio de la alimentación diaria. Material: EP CM S2 ppt y EP CM FS2.	¿Y para merendar? Clave: alimentos para merendar sano y actividad física. Material: EP CM S3 ppt y EP CM FS3_1 y EP CM FS3_2.	¿Qué es lo que hay? Clave: etiquetado. Elección saludable. Material: EP CM S4 ppt y etiquetas de alimentos.	¡Hoy decido yo el menú! Clave: variedad en la elección alimentaria habitual. Material: EP CM S5 ppt y EP CM FS1.
Educación Primaria Ciclo Superior (10-12 años) EP CS	Desayunos y meriendas saludables. Clave: alimentos para desayunos y meriendas. Actividad física diaria. Materiales: EP CS S1 ppt y EP CS FS1_1 y EP CS FS1_2.	¿Cómo me alimento? Clave: recordatorio de la alimentación diaria. Material: EP CS S2 ppt y EP CS FS2.	¿Qué estoy comprando? Clave: etiquetado. Elección saludable. Material: EP CS S3 ppt y etiquetas de alimentos.	¡Yo sé elegir! Clave: variedad en la elección alimentaria habitual. Material: EP CS S4 ppt y EP CS FS4.	¡Por fin sábado! Clave: elección saludable en establecimientos de comida rápida. Material: EP CS S5 ppt y EP CS FS5_1 y EP CS FS5_2.

Tabla II
Número de actividades educativas realizadas por curso académico

<i>Institución</i>	<i>Número de actividades educativas realizadas por curso académico</i>						<i>Total</i>
	<i>2013-2014</i>	<i>2014-2015</i>	<i>2015-2016</i>	<i>2016-2017</i>	<i>2017-2018</i>	<i>2018-2019</i>	
Ayuntamiento de Alicante (Centro Educativo de Recursos de Consumo)	90	80	42	72	56	82	422
Ayuntamiento de San Vicente del Raspeig (Concejalía de Educación)		56	50	42	97	71	316
Sant Joan d'Alacant (Concejalía de Bienestar Social)			9	32	18		59
Ayuntamiento de Elche (Concejalía de Educación)			30	36	35	57	158
Ayuntamiento de Benidorm (Concejalía de Educación)			8				8
Otros centros			20		24		44
Total de actividades	90	136	159	182	230	210	1.007

Tabla III
Número de estudiantes universitarios que han realizado las actividades por curso académico

<i>Curso académico</i>	<i>2013-2014</i>	<i>2014-2015</i>	<i>2015-2016</i>	<i>2016-2017</i>	<i>2017-2018</i>	<i>2018-2019</i>	<i>Total</i>
Estudiantes que han realizado las actividades	61	66	96	86	90	88	487

aprendida y se traten los aspectos de la alimentación infantil y juvenil que se han relacionado con la salud escolar, como el abuso de bebidas azucaradas y alimentos grasos en meriendas, omisión del desayuno, el sedentarismo, abandono de las tradiciones culinarias y gastronómicas y de los referentes de la cultura alimentaria mediterránea, etc.

Las intervenciones se acompañan de una presentación power point que prepara para una actividad final. Todas las diapositivas disponen de notas que orientan sobre el tratamiento del tema de la misma y algunos recursos didácticos y de manejo del grupo que pueden ser de utilidad al educador.

Consideraciones éticas

Todos los alumnos de la Universidad que participan en estas actividades deben presentar antes del inicio de las mismas un compromiso de confidencialidad firmado, el acuerdo de prácticas entre los centros y la Universidad y el Certificado de delitos de naturaleza sexual.

Resultados

Desde el comienzo de las actividades en el curso 2013/2014 se han desarrollado un total de 1.007 actividades/charlas educativas en colegios públicos y concertados de infantil y primaria de diversos municipios de la

provincia de Alicante y en centros para personas con discapacidad intelectual (tabla II).

Estas actividades han sido impartidas por un total de 487 estudiantes de la asignatura "Practicum de Educación Nutricional" del 4º curso del Grado de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Alicante. En la tabla III se puede ver el número de estudiantes matriculados por curso académico.

Suponiendo una media de 20 alumnos que ha recibido la actividad por curso de infantil, primaria o centro con discapacidad intelectual, se han beneficiado potencialmente de estas actividades un total de 20.140 alumnos aproximadamente.

Además, los alumnos del Grado en Nutrición Humana y Dietética encargados de realizar las actividades, han valorado su experiencia durante el desarrollo de las prácticas. En esta co-evaluación valoran qué han aprendido, y si les resulta útil para el desarrollo futuro de su profesión. Durante el curso académico 2016-2017 se realizó una encuesta a los alumnos de la Universidad de Alicante para conocer su satisfacción y experiencia en estas actividades. Los resultados se pueden ver en las figuras 1 y 2.

Discusión

La realización de estas actividades a través de los municipios es algo innovador y que se está impulsando en la actualidad. El municipio se presenta como el primer pel-

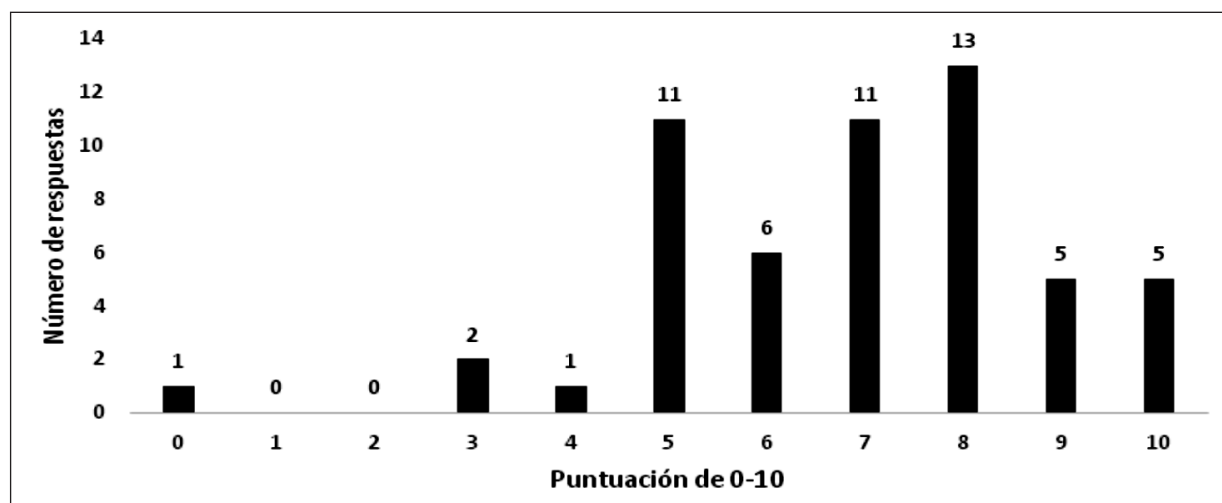


Fig. 1.—Encuesta a los estudiantes universitarios sobre el aprendizaje las actividades realizadas. Valora, del 0 al 10, tu aprendizaje en la asignatura "Practicum de Educación Nutricional" (donde 0 se corresponde con "no he aprendido nada" y 10 se corresponde con "he aprendido mucho").

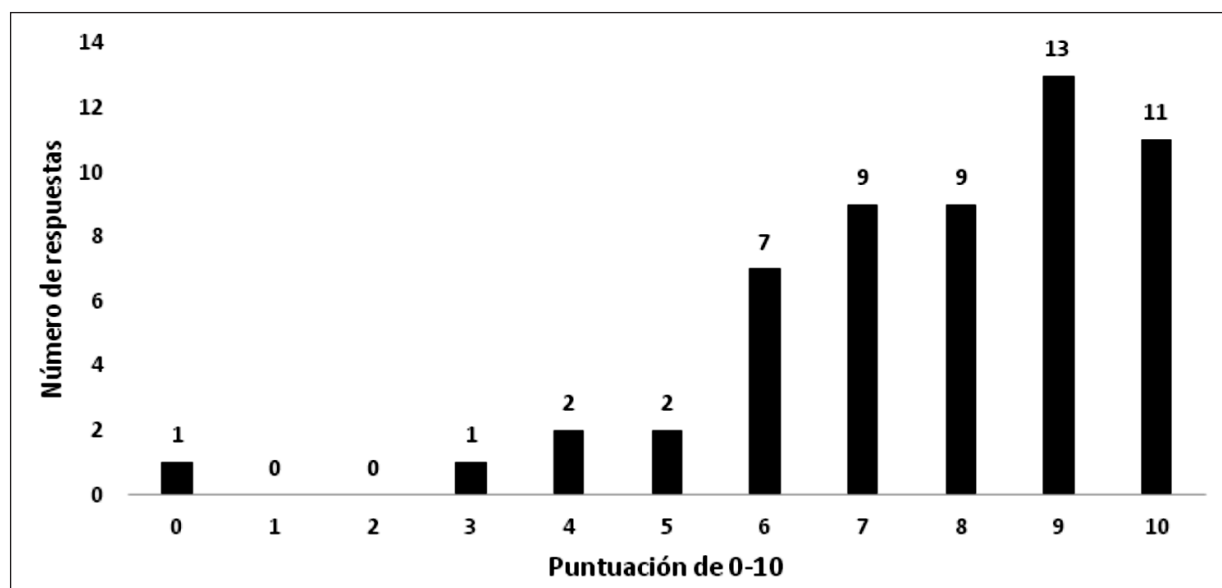


Fig. 2.—Encuesta a los estudiantes universitarios sobre la utilidad de las actividades realizadas. Valora, del 0 al 10, la utilidad de la asignatura "Practicum de Educación Nutricional" en tu futuro profesional como Dietista-Nutricionista (donde 0 se corresponde con "no me va servir para nada en mi futuro profesional" y 10 se corresponde con "me va a ser muy útil en mi futuro profesional").

daño de las Administraciones públicas que está en contacto más directo con la ciudadanía y debe actuar como entorno promotor de salud y bienestar¹⁵. Entre las competencias que tiene el municipio se encuentran diversas materias y entre ellas destaca como un elemento importante la salud, en donde se incluye la alimentación. Además, el hecho de realizar dichas actividades a través de diversas Concejalías, como Educación o Bienestar Social, permite desmedicalizar la alimentación y colaborar con otros profesionales, como son los maestros (educadores).

En la actualidad se desarrollan numerosas actividades relacionadas con la alimentación saludable en los centros educativos de forma puntual^{4,16-21}, pero que en muchas ocasiones no se puede asegurar su continuidad por falta de recursos o por la pérdida de interés/prioridad

por parte de sus responsables. Se observa que estas actividades podrían ser útiles en los resultados a corto plazo, pero es necesario mantenerlas en el tiempo y hacer sesiones de recordatorio^{4,22}, ya que la continuidad de las intervenciones de educación alimentaria y nutricional son imprescindibles para lograr que la población infantil desarrolle hábitos alimentarios saludables²⁰. Por este motivo, resultaría beneficioso incluir en los centros escolares programas de educación alimentaria y nutricional llevados a cabo por dietistas-nutricionistas dentro del currículum escolar, dirigidas tanto a los alumnos como a los padres (principales responsables de la alimentación de los menores) y educadores, donde se traten temas de buenos hábitos alimentarios y unas buenas conductas de alimentación saludable^{4,20}.

Las actividades aquí presentadas, son una vía útil y factible para la realización de dichos Programas de Educación alimentaria y nutricional en centros escolares. Además, tendrían diferentes ventajas, sobre otras iniciativas ya que se asegura su realización año tras año, al llevarse a entre instituciones totalmente consolidadas, como es la Universidad y los distintos Ayuntamientos que participan y forman parte de la formación reglada de los estudiantes universitarios. Esto permite establecer estrategias de colaboración y cooperación, así como compartir recursos personales entre instituciones públicas que permite optimizar los recursos (materiales y personales) disponibles. La positiva aceptación de estas actividades en los centros se ve reforzada por el aumento en el número de actividades solicitadas y por la continua ampliación del número de localidades en las que se ha intervenido, así como también el número de centros, lo que ha permitido llegar a un volumen de población cada vez mayor. Esto denota el interés que suscitan estas actividades entre los colegios. Además, en los dos últimos años estas actividades han sido ofertadas y adaptadas a centros/instituciones de personas adultas con discapacidad intelectual, lo que ha sido muy bien valorado por los propios trabajadores sociales de los centros, al no disponer estos centros de recursos suficientes para realizar este tipo de actividades relacionadas con la alimentación saludable.

Por otro lado, gracias a esta metodología todas las instituciones implicadas resultan beneficiadas por la realización de estas actividades, ya que por una parte la Universidad dispone de centros educativos donde realizar este Practicum y los colegios se benefician de las charlas impartidas por alumnos de último curso del Grado, sin ningún tipo de coste para el municipio ni para el centro educativo, pero con gran interés y utilidad para sus alumnos.

Así mismo, según la encuesta realizada entre los alumnos universitarios, la mayoría valora muy positivamente tanto la utilidad de estas actividades como el aprendizaje adquirido en la realización de las mismas.

Por todo ello, resulta un proyecto innovador que puede tener continuidad con el paso de los años, y ser extrapolable a otros municipios españoles, y que al mismo tiempo supone un bien social y un impacto en la comunidad, fomenta el aprendizaje de una manera activa y práctica para los alumnos.

Sin embargo, dicha intervención educativa presenta limitaciones, ya que, a pesar de hacer una evaluación de los resultados y valoración por parte de los centros educativos y estudiantes del grado de Nutrición Humana y Dietética, sería recomendable realizar una evaluación de los conocimientos y conductas del alumnado de infantil y primaria, previos a la intervención y al finalizar la misma a través de un cuestionario adecuado a la edad pediátrica. También sería interesante incluir actividades dirigidas a los padres e involucrarlos activamente en la realización de estas actividades.

En conclusión, estas actividades proporcionan formación práctica de buena calidad a los futuros profesionales,

sensibiliza a las instituciones educativas de la importancia del papel del Dietista-Nutricionista en la promoción de hábitos saludables y permite realizar actividades de educación alimentaria anualmente y de manera continuada entre los escolares.

Agradecimientos

Al Centro de Recursos Educativos de Consumo del Ayuntamiento de Alicante, a la Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Sant Vicent del Raspeig, a la Concejalía de Bienestar Social del Ayuntamiento de Sant Joan d'Alacant, a la Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Elche y a la Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Benidorm, así a como a todos los centros escolares que han participado en las actividades.

Referencias

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Centro de prensa: obesidad y sobrepeso: Nota descriptiva n° 311 [sede web]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud [fecha de acceso 14 de octubre 2019]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
2. NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC). Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128,9 million children, adolescents, and adults. *Lancet*. 2017; 390 (10113): 2627-42.
3. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Encuesta Nacional de Salud España 2017 (ENSE 2017) [sede web]. Madrid: Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social [fecha de acceso 14 de octubre 2019]. Disponible en: <https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/encuesta2017.htm>
4. Martínez-García A, Trescastro-López EM. Actividades de educación alimentaria y nutricional en escolares de 3º de primaria en el Colegio Público "La Serranica" de Aspe (Alicante): experiencia piloto. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2016; 20 (2): 97-103.
5. Trescastro-López S, Trescastro-López EM, Galiana-Sánchez ME. Estudio bibliométrico de programas e intervenciones sobre educación alimentaria y nutricional en el medio escolar en España. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2014; 18 (4): 184-93.
6. Aranceta-Bartrina J. Nuevos retos de la nutrición comunitaria. *Rev Esp Nutr Comunitaria*. 2010; 16 (1): 51-55.
7. Almeida GM, Oliveira KHD, Monteiro JS, Medeiros MAT, Recine EGG. Educational training of nutritionists in Public Health Nutrition: A systematic review. *Rev Nutr*. 2018; 31 (1): 97-117.
8. Martín CM, González A, Molinero A, Magro MC, Partearroyo T. Equidad y desigualdad nutricional en dos centros escolares de la ciudad de Madrid (España). *Nutr Hosp*. 2014; 29 (1): 128-35.
9. Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas. Alimentación saludable en la edad escolar: materiales educativos para Dietistas-Nutricionistas [CD-ROM]. Bilbao: Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas; 2008.
10. Carle E. La pequeña oruga glotona. Madrid: Kónicos; 2016.
11. Emmons S. El vampiro Edelmira. Madrid: SM; 2018.
12. Allepuz A. La fruta es mía. Algemesi: Andana Editorial; 2018.
13. Reid C. La comida de Lulú. Madrid: SM; 2011.
14. Serrano L. Todos a la mesa. Madrid: Anaya; 2012.
15. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Implementación Local de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS [sede web]. Madrid: Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social [fecha de acceso 14 de octubre 2019]. Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/Implementacion_Local.htm

16. Visiedo A, Sainz de Baranda P, Crone D, Aznar S, Pérez-Llamas F, Sánchez-Jiménez R, et al. Programas para la prevención de la obesidad en escolares de 5 a 10 años: revisión de la literatura. *Nutr Hosp.* 2016; 33: 814-24.
17. Ávila-García M, Huertas-Delgado FJ, Tercedor-Sánchez P. Programas de intervención para la promoción de hábitos alimentarios y actividad física en escolares españoles de Educación Primaria: revisión sistemática. *Nutr Hosp.* 2016; 33: 1438-43.
18. Calleja-Fernández A, Muñoz-Weigand C, Ballesteros MD, Vidal-Casariago A, López-Gómez JJ, Cano-Rodríguez I, et al. Modificación de los hábitos alimentarios del almuerzo en una población escolar. *Nutr Hosp.* 2011; 26 (3): 560-5.
19. Pérez-Gallardo L, Bayona I, Mingo T, Rubiales C. Utilidad de los programas de educación nutricional para prevenir la obesidad infantil a través de un estudio piloto en Soria. *Nutr Hosp.* 2011; 26 (5): 1161-7.
20. Rodrigo-Cano S, Soriano JM, Aldas-Manzano J. Valoración de la efectividad de la educación alimentaria en niños preescolares, padres y educadores. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2016; 20 (1): 32-9.
21. Martínez-García A. Intervención educativa nutricional sobre consumo de azúcar en escolares de educación primaria de Aspe (Alicante). *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2018; 22 (Supl. 1): 74-90.
22. Martínez-Rodríguez R, Baladía E. Modificar el estilo de vida para mejorar la salud de los escolares: ¿qué aporta la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética en este campo? *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2019; 23 (1): 1-3.