



**Conselleria d'Educació  
i Universitats**

Direcció General de Primera Infància,  
Atenció a la Diversitat i Millora Educativa

**ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS EN EL ENTORNO DE LA ALIMENTACIÓN EN EL  
PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN INFANTIL<sup>1</sup>**

**La alimentación como experiencia de cuidado, vínculo, autonomía y  
aprendizaje**

---

<sup>1</sup> Las orientaciones contenidas en este documento se aplicarán sin perjuicio del cumplimiento de la normativa vigente y de la autonomía pedagógica y organizativa de los centros.



## **Elaboración**

Grupo de trabajo pedagógico para la elaboración de orientaciones pedagógicas en el entorno de la alimentación en el primer ciclo de educación infantil

## **Autoría**

- Maria del Mar Oliver Barceló (doctora por la Universidad de las Illes Balears)
- Eva Bordoy Martínez (maestra de educación infantil y representante de los diferentes colectivos y asociaciones 0-3 Illes Balears)
- Rita Lorente Taltavull (orientadora educativa del EAP Menorca)
- Catalina Núñez Jiménez (Técnica de Salud Pública del Servicio de Promoción de la Salud)

## **Colaboración**

### **Instituto para la Educación de la Primera Infancia**

- Rosa Mas Ramis (directora)
- Cecilia Zamorano Terrasa (técnica)

### **Secretaría Autonómica para el Desarrollo Educativo**

- Antònia Bauzà Lliteras (jefa del departamento)
- Lorena Arce Campos (jefa de sección)

### **Servicio de Becas, Programas y Servicios**

- Jonatan Vo Medina (jefe de servicio)
- Enrique Castro Blecua (jefe de sección)
- Joan Payeras Mulet (técnico del servicio)

## **Coordinación institucional**

- Mateo Suñer Servera (secretario autonómico de Desarrollo Educativo)
- Neus Riera Estarellas (directora general de Primera Infancia, Atención a la Diversidad y Mejora Educativa)



## ÍNDICE

|                                                                                                  |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Presentación .....</b>                                                                     | <b>4</b>  |
| <b>2. Introducción.....</b>                                                                      | <b>5</b>  |
| <b>3. Fundamentación normativa .....</b>                                                         | <b>6</b>  |
| <b>4. Principios educativos .....</b>                                                            | <b>6</b>  |
| <b>4.1. La alimentación como momento educativo .....</b>                                         | <b>7</b>  |
| <b>4.2. Visión de un niño capaz.....</b>                                                         | <b>7</b>  |
| <b>4.3. Papel del equipo educativo: relación con el niño y establecimiento del vínculo .....</b> | <b>8</b>  |
| <b>4.4 Inclusión.....</b>                                                                        | <b>9</b>  |
| <b>4.5. Respecto a los diferentes momentos madurativos de los niños .....</b>                    | <b>9</b>  |
| <b>4.6. Organización temporal .....</b>                                                          | <b>10</b> |
| <b>4.7. La alimentación como acto social, comunicativo y de convivencia...</b>                   | <b>11</b> |
| <b>4.8. La importancia de los espacios educativos.....</b>                                       | <b>11</b> |
| <b>4.9 Continuidad entre la escuela y la familia .....</b>                                       | <b>12</b> |
| <b>4.10. Los ODS en el momento de la alimentación .....</b>                                      | <b>12</b> |
| <b>5. Objetivos y concreciones pedagógicas por cursos.....</b>                                   | <b>13</b> |
| <b>5.1 Primer año de vida .....</b>                                                              | <b>13</b> |
| <b>5.2 Segundo año de vida.....</b>                                                              | <b>15</b> |
| <b>5.3 Tercer año de vida .....</b>                                                              | <b>16</b> |
| <b>6. Educación inclusiva.....</b>                                                               | <b>18</b> |
| <b>7. Observación y evaluación en el momento de la alimentación .....</b>                        | <b>20</b> |
| <b>8. Área de salud .....</b>                                                                    | <b>22</b> |
| <b>9. Bibliografía de referencia.....</b>                                                        | <b>24</b> |
| <b>ANEXOS .....</b>                                                                              | <b>26</b> |



## 1. Presentación

Las orientaciones han sido redactadas por un grupo de trabajo pedagógico formado por profesionales expertos en el primer ciclo de la educación infantil de las Illes Balears. Han participado personas del ámbito sanitario y del ámbito educativo, como los Equipos de Atención Temprana, una representación de los diferentes colectivos y asociaciones 0-3 de las Illes Balears y la Universidad de las Illes Balears. Este grupo, de acuerdo con la mesa de participación del sector del primer ciclo de educación infantil, celebrada el 11 de enero de 2025, ha sido coordinado por el Instituto para la Educación de la Primera Infancia de la Dirección General de Primera Infancia, Atención a la Diversidad y Mejora Educativa y el Servicio de Becas, Programas y Servicios Complementarios de la Secretaría Autonómica para el Desarrollo Educativo.

Durante seis meses, se ha trabajado de manera conjunta a partir de la normativa educativa vigente, de las recomendaciones de las autoridades sanitarias en materia de alimentación en la primera infancia y de la evidencia científica disponible sobre el desarrollo infantil, el bienestar y la calidad educativa para ajustar en la medida de lo posible los principios y la base pedagógica que regirán la organización y el funcionamiento de los momentos de alimentación en el primer ciclo de educación infantil de los centros educativos.

Estas orientaciones tienen su punto de partida en el reconocimiento de la alimentación como un momento educativo de primer orden, una experiencia cotidiana de cuidado, vínculo, autonomía y aprendizaje que forma parte de la intervención pedagógica de los centros educativos y que, como tal, requiere regulación, planificación y reflexión.

La intención es que constituyan una herramienta de apoyo para los profesionales del primer ciclo de educación infantil en las Illes Balears, que guíen la revisión de los proyectos educativos de los centros y la práctica educativa en los momentos de alimentación, y que promuevan los procesos formativos y la reflexión pedagógica de los equipos educativos.

Conscientes de las buenas prácticas pedagógicas que ya se están llevando a cabo en el primer ciclo de educación infantil en los centros educativos de nuestras islas, confiamos en que estas orientaciones servirán para animar a los equipos educativos a seguir actualizando y fortaleciendo su trabajo. En resumen, el objetivo final es garantizar el derecho de los niños a vivir la alimentación como una experiencia de bienestar, seguridad y respeto, así como cumplir con el derecho a una educación de calidad desde la primera infancia.



## 2. Introducció

El propòsit de este document es definir las orientaciones pedagógicas sobre la alimentación en el primer ciclo de la educación infantil (0-3 años) en las Illes Balears.

El momento de la alimentación, entendido como una práctica de cuidado integrada en la vida diaria de la escuela infantil, constituye una situación educativa significativa que contribuye de manera esencial al desarrollo global de los niños. Por esta razón, requiere una mirada profesional bien fundamentada, criterios compartidos entre los distintos miembros del equipo educativo y una planificación coherente con los principios educativos que orientan la acción educativa del centro.

En línea con la consideración del primer ciclo de educación infantil como un ciclo educativo con identidad propia, la alimentación forma parte de la intervención educativa del centro y, por tanto, está vinculada a su línea pedagógica y a la función educativa y social de los centros.

Por este motivo, se recomienda:

- Integrarla en el Proyecto Educativo Escolar (PEC);
- Planificarla, desarrollarla y evaluarla de manera pedagógica y sistemática;
- Disponer de tiempo y espacios para la coordinación, reflexión y formación de todo el equipo educativo.

Por lo tanto, en ningún caso puede concebirse como un mero tiempo asistencial o desvinculado del proyecto educativo del centro.

Este enfoque se basa en el reconocimiento de los Derechos del Niño (Naciones Unidas, 1989) como punto de partida de toda práctica educativa, así como en modelos educativos de calidad que sitúan el bienestar y el máximo desarrollo integral del niño como criterios centrales para la calidad educativa en la primera infancia. Modelos como el de Lóczy (Belza et al., 2023; Pikler, 1994) y Reggio Emilia entienden que los momentos de cuidado diario son espacios educativos llenos de significado y enfatizan elementos como el respeto al ritmo individual, la autonomía progresiva y una relación educativa basada en el vínculo y la observación.

Al mismo tiempo, este modelo se nutre de las aportaciones de la literatura científica actual sobre el desarrollo infantil, el bienestar y la calidad educativa en la primera infancia, con el fin de ofrecer orientaciones pedagógicas coherentes y rigurosas, alineadas con la evidencia disponible y las buenas prácticas educativas.



### 3. Fundamentación normativa

Estas orientaciones forman parte del marco regulatorio actual sobre educación infantil, protección infantil y promoción de la salud.

La normativa educativa vigente, la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, sobre Educación, y la Ley 1/2022, de 8 de marzo, sobre Educación de las Illes Balears, reconocen el primer ciclo de educación infantil como un ciclo con un propósito educativo propio, orientado al desarrollo integral de los niños.

El currículo de educación infantil establece la necesidad de promover experiencias educativas significativas basadas en la vida cotidiana, entre las que la alimentación ocupa un lugar central.

Las recomendaciones técnicas sobre alimentación en el primer ciclo de educación infantil del Ministerio de Derechos Sociales y la Agenda 2030 y la *Guía Práctica PractiDUA para abordar el diseño universal del aprendizaje a través de los rincones* (2024) del Gobierno de España, reconocen la dinámica de la alimentación como un espacio educativo clave, destacan la importancia de este periodo para la consolidación de hábitos, el desarrollo neurológico y también la necesidad de una dieta receptiva que respete los ritmos individuales.

Las normativas de protección infantil garantizan el derecho a un entorno seguro, a un buen trato y al respeto por la dignidad del menor.

Desde el ámbito de la salud pública, se establece la necesidad de garantizar que la alimentación en los centros educativos sea equilibrada, adecuada a la edad y promueva hábitos saludables, así como segura y respetuosa con los criterios de sostenibilidad.

El desarrollo detallado de las referencias regulatorias y técnicas se recoge en el anexo 1 de este documento.

### 4. Principios educativos

A continuación, se especifican los principios que guían la acción educativa durante la alimentación en la primera infancia.



#### 4.1. La alimentación como momento educativo

Reconocer la alimentación como una situación educativa implica comprender que todas las decisiones tomadas tienen un impacto directo en la experiencia de los niños y en las oportunidades de aprendizaje que se derivan de ella.

En este sentido, la alimentación se configura como una situación privilegiada para promover el bienestar físico y emocional, la construcción de lazos y relaciones seguras, el desarrollo de una autonomía progresiva, la adquisición de hábitos saludables y la participación de los niños en la vida diaria del centro. Al mismo tiempo, ofrece numerosas oportunidades para la comunicación, las relaciones con los demás y el descubrimiento de las propias capacidades.

Por esta razón, y dentro del marco de la autonomía pedagógica de los centros, la organización y el apoyo durante este proceso requieren una metodología pedagógica que promueva una práctica educativa intencionada y coherente, y se recomienda compartirla y planificarla. Además, debe garantizar el bienestar de los niños y promover su desarrollo integral.

La práctica educativa debería basarse en la observación sistemática, la reflexión compartida y la revisión continua de las acciones educativas para adaptarse a la evolución de los niños y a las necesidades del grupo. Asimismo, debe garantizarse un enfoque inclusivo y la continuidad entre la escuela y la familia mediante el diálogo y la corresponsabilidad educativa.

#### 4.2. Visión de un niño capaz

Estas orientaciones se basan en el reconocimiento del niño como un ser capaz y un sujeto activo de su propio desarrollo, que construye el aprendizaje a través de la relación con el personal educativo y los demás niños del grupo. Desde esta perspectiva, el niño no es un receptor pasivo, sino un protagonista que, desde el momento del nacimiento, desarrolla sus propias habilidades y capacidades. Ofrecer oportunidades reales que promuevan la autonomía y la autorregulación le permite participar activamente, tomar decisiones ajustadas a sus posibilidades, expresar preferencias y fortalecer su autoestima.

El concepto de *competencia*, aplicado a niños de 0 a 3 años, va más allá del simple reconocimiento de sus capacidades. Este concepto también implica tener en cuenta cómo las despliegan. Para que esto sea posible, el niño debe encontrar espacios donde sus iniciativas sean escuchadas y donde tenga derecho a decidir (Hernández Herrera & Oropesa, 2021).

El equipo educativo debe proyectar esta visión habilitadora durante el momento de la alimentación. Corresponde al centro proporcionar un contexto cuidadosamente preparado que permita al niño participar activamente,



experimentar con el entorno y desarrollar su pensamiento, siempre de una manera ajustada a sus posibilidades.

#### **4.3. Papel del equipo educativo: relación con el niño y establecimiento del vínculo**

«La participación, la experimentación activa y la iniciativa por parte del niño son posibles si se ha establecido un buen vínculo emocional con la figura del educador» (Bowlby, 2009). El momento de la alimentación se convierte en un espacio privilegiado de encuentro entre el personal educativo y el niño, donde se puede forjar una relación fundamental para que el niño tenga una base segura para su desarrollo y para la construcción de su identidad.

Dada la importancia del acompañamiento durante el momento de la alimentación para promover la continuidad emocional, se recomienda que las escuelas fomenten la máxima estabilidad posible del personal que atiende a los niños en estos momentos, según lo permita la organización y gestión de recursos humanos; a través de esta continuidad temporal, el equipo educativo puede establecer relaciones seguras y vínculos sólidos, y convertirse en verdaderas figuras de referencia.

Como señala Guerrero (2018), el vínculo seguro con la persona de referencia es una necesidad vital. Tener una figura adulta disponible, accesible y presente no es una exigencia circunstancial, sino una condición esencial para que el niño se sienta protegido y pueda desarrollarse en un entorno de seguridad emocional.

El apoyo educativo durante la alimentación debe basarse en una práctica intencionada y reflexiva que se ajuste a las necesidades de cada niño. El personal educativo debe posicionarse como una figura de referencia afectiva, ya que garantiza seguridad emocional y una presencia consciente, cercana y respetuosa, al tiempo que facilita los procesos de autonomía, corregulación y autorregulación. Por ello, es esencial observar sistemáticamente para interpretar las necesidades físicas, emocionales, relacionales y cognitivas de los niños y ajustar la intervención educativa a cada situación específica.

En línea con estos principios, la intervención educativa debe respetar los ritmos individuales de cada niño, promover su participación durante la alimentación, promover la autonomía progresiva, la corregulación y autorregulación, evitar intervenciones excesivas, intrusivas o sustitutivas, y mantener una actitud calmada, disponible y respetuosa. No deben llevarse a cabo prácticas que vulneren el bienestar, la dignidad o la autonomía del niño, como forzar la ingesta, ejercer presión o coacción, usar la comida como recompensa o castigo, o usar elementos distractores para fines alimentarios.



La intervención debe basarse en la disponibilidad, observación, escucha e interpretación de las necesidades de los niños, actuando como un modelo relacional y conductual que favorece una relación positiva con la alimentación, con los demás y con el entorno. A través de palabras, miradas y gestos, las acciones y rutinas deben anticiparse, dar significado a las experiencias vividas, y las emociones que surgen durante la comida deben ser recibidas con una actitud empática y contenida, para contribuir a la regulación emocional y a la construcción de una autoimagen positiva.

#### **4.4 Inclusión**

En línea con el modelo pedagógico de los EAP de las Illes Balears (GOIB, 2021), el entorno alimentario debe garantizar la accesibilidad física, cognitiva y sensorial de todos los niños. La inclusión implica organizar espacios, tiempo y apoyo alimentario de tal manera que todos los niños puedan participar en condiciones de bienestar, seguridad, equidad y pertenencia, y reconocer la diversidad de necesidades, ritmos, capacidades, experiencias familiares, culturales y situaciones personales como parte inherente de la vida del centro. Este enfoque tiene como objetivo identificar y ofrecer el apoyo necesario para que ningún niño quede excluido de la dimensión comunitaria, relacional y educativa de la comida, y garantizar una actitud de respeto basada en el reconocimiento de cada niño como una persona con sus propios valores, derechos, habilidades y una trayectoria de desarrollo única.

#### **4.5. Respeto a los diferentes momentos de madurez de los niños**

El respeto por los ritmos y las necesidades individuales de cada niño es un principio pedagógico esencial en el acompañamiento de las situaciones de alimentación. Cada niño tiene su propio proceso de maduración y aprendizaje, que debe conocerse para poder acompañarle, intervenir adecuadamente y potenciar su desarrollo global.

Respetar el ritmo del niño no implica una actitud pasiva por parte del adulto ni la ausencia de límites, sino que implica ofrecer condiciones adecuadas para que el niño pueda desplegar progresivamente sus capacidades, sin aceleración, presión ni expectativas que no correspondan a su momento madurativo. Forzar ciertos procesos puede afectar al bienestar emocional, la seguridad emocional y la construcción de autonomía.

El personal educativo debe crear un clima de calma y previsibilidad, anticipar verbalmente las acciones, poner palabras a las experiencias y apoyar emocionalmente a los niños durante las comidas. Esta presencia adulta sensible y predecible ayuda al niño a regularse progresivamente, a enfrentarse a pequeñas frustraciones y a desarrollar autonomía en un contexto seguro. En este sentido, el personal educativo debe observar e interpretar los signos de hambre, saciedad,



cansancio, desinterés, inseguridad o necesidad de ayuda, y ajustar sus acciones a estas necesidades, evitando presiones, comparaciones o imposiciones. También debe ofrecer oportunidades para que el niño explore los alimentos, participe según sus posibilidades y avance en las habilidades de autonomía típicas del momento evolutivo en el que se encuentra.

Asimismo, es necesario asegurarse de que el niño pueda comenzar y terminar la hora de la comida con transiciones suaves que respeten su estado emocional y físico, favoreciendo una experiencia positiva y segura que sea coherente con su proceso de desarrollo.

#### **4.6. Organización temporal**

Como señalan Zavalloni (2011) y Ecuyer (2015, 2018), entre otros, durante la educación infantil, los niños necesitan un ritmo pausado y un ritmo tranquilo que les permita escuchar a su propio cuerpo, explorar los alimentos, anticipar lo que ocurrirá y vivir la experiencia con calma y seguridad. Estos principios, que sustentan el apoyo educativo descrito en la sección anterior, tienen implicaciones directas en cómo se organiza temporalmente el momento de la alimentación.

El tiempo asignado a las comidas debe ser suficiente y flexible, reconocido como tiempo educativo con valor propio y no organizado exclusivamente según criterios logísticos. Es necesario garantizar amplios horarios que permitan al niño explorar, anticipar, conversar y participar activamente en la experiencia.

Esta flexibilidad debe coexistir con una secuencia temporal estable dentro del día, ya que la regularidad proporciona seguridad y facilita la anticipación de las rutinas. También es necesario garantizar transiciones progresivas antes y después de la comida (incluyendo momentos de higiene, descanso y regulación emocional), para evitar cambios bruscos y garantizar la continuidad emocional a lo largo del día.

El centro escolar debe responder a sus necesidades nutricionales durante la estancia de los niños. En el caso de los bebés, la alimentación debe ajustarse a sus ritmos individuales, respetando las pautas establecidas con las familias. Para el resto de los niños, la organización de los horarios de alimentación debe tener en cuenta el momento de incorporación al centro y garantizar una distribución adecuada de las ingestas a lo largo del día, para que se respeten sus necesidades fisiológicas y de desarrollo y se eviten situaciones en las que se descuiden las necesidades alimentarias.

Por último, para que esta organización tenga el sentido educativo y la calidad que merece la alimentación, el equipo educativo debe contar con los recursos humanos y materiales necesarios para poder llevarla a cabo (Rossiter et al., 2024).



#### **4.7. La alimentación como acto social, comunicativo y de convivencia**

Para los adultos, compartir comida es un acto social, de comunicación y convivencia. De manera similar, alrededor de las comidas, los niños aprenden a interactuar con otros niños en un contexto social y es una buena oportunidad para trabajar en los valores cívicos y el sentido de pertenencia. En este ciclo educativo, los niños comienzan a explorar las reglas de la convivencia, el respeto y la comunicación con los demás. Compartir comidas, observar modelos a seguir y establecer interacciones respetuosas les permite adquirir habilidades sociales importantes como la empatía, la comunicación y la resolución de conflictos.

Este proceso se va construyendo poco a poco, convirtiendo la comida compartida en un momento de relación y encuentro con compañeros, otra oportunidad de socialización y comunicación. El acompañamiento en el momento de la alimentación implica cuidar las relaciones entre los niños, promover el respeto mutuo, facilitar la participación y generar un ambiente de tranquilidad que favorece la comunicación y las relaciones entre iguales.

En este sentido, el personal educativo debe comprender la dinámica de la alimentación como una oportunidad para promover el desarrollo del lenguaje y la comunicación, poniendo palabras a las acciones, a los alimentos, a las sensaciones y a las emociones, adaptando la comunicación al nivel evolutivo de cada niño.

#### **4.8. La importancia de los espacios educativos**

La cocina, si la hay, y las áreas destinadas a la alimentación, siguiendo el principio de horizontalidad, deben concebirse como espacios educativos que influyan directamente en la experiencia y el aprendizaje. Estos entornos deben responder a criterios pedagógicos, funcionales, estéticos y de seguridad que generen un ambiente acogedor y hogareño que favorezca el bienestar y la participación (Hoyuelos, 2006; Rinaldi, 2021).

Es necesario promover entornos amigables e inclusivos, con luz natural, materiales cálidos y una organización que evite la saturación visual y acústica, para facilitar la conversación, la calma y la libertad de movimiento. Con el objetivo de crear un ambiente tranquilo con acústica adecuada, puede considerarse hacer turnos para que no todos los niños coincidan al mismo tiempo y en el mismo lugar. La presentación debe ser cuidadosa y coherente, libre de interrupciones innecesarias, para que los niños puedan vivir la alimentación como una experiencia segura y de bienestar.

El mobiliario, los materiales y los utensilios deben adaptarse a la edad, maduración y a las necesidades individuales del niño, para permitirles acceder y



utilizarlos de forma autónoma según sus capacidades. La autonomía se favorece precisamente cuando el entorno físico acompaña y no limita.

Las tareas de recogida, limpieza y acondicionamiento de los espacios utilizados durante la alimentación debe organizarse de tal manera que no interfieran el apoyo educativo, la supervisión directa ni la seguridad de los niños.

Durante el tiempo en que los niños permanecen en la zona de alimentación, el personal educativo debe priorizar las funciones de supervisión, acompañamiento, relaciones educativas, prevención de riesgos y atención a las necesidades de los niños.

Los trabajos de limpieza, desinfección, recogida de utensilios, retirada de residuos, barrido i fregado del suelo debería llevarse a cabo preferiblemente una vez finalizada la actividad educativa, por personal específico asignado a estas funciones.

#### **4.9 Continuidad entre la escuela y la familia**

Es esencial facilitar y fomentar la participación de las familias en el entorno educativo (Winnicott, 2006, Epstein et al., 2018). La coordinación entre la escuela y la familia es esencial para garantizar una experiencia alimentaria coherente, respetuosa y adecuada a las necesidades de los niños.

El centro educativo debe promover una relación de diálogo y corresponsabilidad con las familias, basada en la confianza mutua y en el reconocimiento de los diferentes contextos y trayectorias. Compartir criterios, informar sobre las prácticas educativas y escuchar las contribuciones familiares permite construir una visión conjunta que refuerza el bienestar del niño y evite contradicciones innecesarias. Esta continuidad no implica uniformidad, sino coherencia y respeto, situando siempre al niño y su desarrollo en el centro de la acción educativa. La comunicación familia-escuela, fluida y habitual, es la base de un buen vínculo y, por tanto, debe enfatizarse su importancia en el día a día de una escuela infantil.

Las familias deben informar sobre las pautas de alimentación del niño en casa, deben comunicar la introducción de nuevos alimentos en casa para que puedan ser introducidos posteriormente en la escuela infantil, así como cualquier cambio que pueda ser importante para el bienestar del niño. Cada centro debe establecer mecanismos que permitan construir una buena comunicación y cooperación familia-escuela, que se recomiendan reflejar en la PEC.

#### **4.10. Los ODS en el momento de la alimentación**

En el contexto educativo de la etapa 0-3, las situaciones de la alimentación se convierten en una oportunidad clave para incorporar los Objetivos de Desarrollo



Sostenible (ODS) en la vida cotidiana de los niños. Aspectos como la coeducación, la sostenibilidad ambiental, la promoción de productos locales, la justicia alimentaria y el respeto a la diversidad cultural pueden estar presentes en las decisiones organizativas y pedagógicas de los centros. Este enfoque nos permite entender la alimentación como una práctica con una dimensión social y comunitaria, lo que contribuye a la formación de una ciudadanía más consciente, responsable y comprometida con la primera infancia (Mengem futur, 2018). En este sentido, es importante promover actitudes de respeto hacia la alimentación y evitar prácticas que sean inapropiadas desde un punto de vista educativo y ético. El uso de alimentos exclusivamente con fines recreativos o manipulativos en actividades de enseñanza-aprendizaje puede convertirse en una forma de desperdicio alimentario, en contra de los valores de sostenibilidad y consumo responsable que se pretende transmitir a los niños.

## **5. Objetivos y especificaciones pedagógicas por cursos**

La alimentación no es solo una necesidad fisiológica, sino una oportunidad para desarrollar habilidades clave desde la primera infancia. Trabajar junto a las familias garantiza coherencia educativa y emocional, convirtiendo la situación alimentaria en un espacio para el desarrollo integral, lleno de potencial para el aprendizaje y el descubrimiento.

Este apartado tiene como objetivo desarrollar y especificar los objetivos específicos de cada año de la vida, estableciendo las competencias clave de acuerdo con los principios de inclusión y calidad educativa, comprendiendo la dinámica de la alimentación como experiencias pedagógicas ricas, seguras y afectivas, durante las cuales el niño adquiere habilidades fundamentales para su desarrollo global y para el aprendizaje a lo largo de la vida, entre las que queremos destacar:

### **5.1 Primer año de vida**

Durante el primer año de vida, la alimentación es esencialmente una experiencia relacional. Sus principales objetivos son la seguridad emocional, el bienestar físico, fisiológico y emocional del niño y la construcción de un vínculo emocional seguro con el personal educativo de referencia. Es un espacio privilegiado para relaciones en las que el adulto, a través de su presencia disponible y consciente, calmada y respetuosa, acompaña al niño en una experiencia que va mucho más allá de la satisfacción de una necesidad básica.

En esta etapa, es esencial tener en cuenta los ritmos individuales y las características psicomotoras (sostenimiento cefálico, mantenimiento de la postura sentada o semiincorporada) de cada niño, respetando y conociendo las pautas establecidas por las familias, teniendo en cuenta el apetito, así como el tiempo necesario para comer, evitando cualquier prisa o intervención invasiva. El



acompañamiento debe permitir al niño escuchar su propio cuerpo, reconocer las sensaciones de hambre, el proceso de ingesta y saciedad, y experimentar la alimentación como una experiencia agradable y segura. La calidad del vínculo que se construye en este momento contribuye de manera decisiva al desarrollo emocional y a la confianza básica.

Al mismo tiempo, el momento de la alimentación favorece las primeras formas de comunicación tónico-emocional y no verbal. A través de la mirada, la voz, el contacto corporal y la respuesta ajustada del referente educativo, el niño inicia un diálogo relacional que es la base del desarrollo del lenguaje, la regulación emocional y la construcción de una imagen positiva de su propio cuerpo. Es un tiempo dedicado a la exploración sensorial, las texturas, los olores y los sabores, a través de la exploración libre de los alimentos que favorecen una postura que facilite su ingesta (como sentarse en el regazo del referente educativo), respetando el ritmo individual. El propósito educativo a este nivel es, por tanto, ofrecer un contexto que permita al niño desarrollar estos objetivos mediante la participación en el momento de la alimentación, según sus posibilidades, sintiéndose reconocido, respetado y apoyado.

El personal educativo debe ofrecer la alimentación en un entorno tranquilo y seguro, estableciendo un vínculo afectivo que permita al niño vivir ese momento con bienestar. Durante la lactancia materna o la alimentación con biberón, es recomendable asegurar la presencia consciente con contacto visual, comunicación verbal y contacto físico, para que ese momento se convierta en una experiencia de relación e interacción.

Durante la introducción de alimentos sólidos o triturados, es recomendable acompañar pacientemente al niño, respetando su tasa de aceptación de los alimentos y permitiendo progresivamente su participación en la exploración y manipulación de los alimentos. Por ello, debe mantenerse una coordinación continua con las familias para garantizar la coherencia en las pautas de alimentación y en la introducción de nuevos alimentos.

Los niños, en el primer año de vida y en la experiencia de la alimentación, necesitan exclusividad, brazos que les sujeten para recibirlos, ojos que los acompañen con la vista, interpreten y reconozcan las señales del bebé y una boca que sonrío y responde a sus necesidades con su voz.

En el caso de niños de 0 a 1 año, se recomienda disponer de un espacio dedicado exclusivamente a este grupo de edad, dadas las características y necesidades específicas de esta etapa. Este espacio debe permitir una atención cercana, individualizada y de calidad. Los centros también deben contar con un espacio adecuado para la lactancia materna, con condiciones de comodidad, intimidad, calma y privacidad que favorezcan el bienestar de madres y niños. En la zona de



lactancia materna, debería haber un sillón o asiento cómodo y una iluminación suave que fomente la calma, el confort y el vínculo emocional.

## 5.2 Segundo año de vida

Durante el segundo año de vida, la situación educativa de la alimentación sigue siendo clave para la seguridad y el bienestar, pero también se convierte en una oportunidad privilegiada para promover el desarrollo progresivo de la autonomía, la correulación, la autorregulación, la socialización y la comunicación. En este nivel educativo, el niño muestra un interés creciente en participar activamente en el proceso de comer, explorar los alimentos y expresar preferencias, y este proceso debe ir acompañado de la presencia de personal educativo que cuide a los niños, de manera respetuosa y ajustada. En esta etapa, la dinámica en torno a la alimentación evoluciona progresivamente hacia una situación más compartida y colectiva, manteniendo al mismo tiempo el respeto por los ritmos individuales, teniendo en cuenta la hora de llegada del niño al centro y las horas que lleve sin comer.

La organización debe facilitar que el niño manipule los alimentos, utilice los utensilios según sus capacidades y tome pequeñas decisiones, sin homogeneizar las demandas o expectativas. La exploración sensorial de los alimentos forma parte del proceso de aprendizaje y es una experiencia necesaria para construir una relación positiva con la alimentación.

Al mismo tiempo, los profesionales educativos acompañan al niño en el reconocimiento y expresión de las sensaciones y emociones que pueden surgir durante la comida, poniendo palabras a las experiencias y ayudando a regular posibles frustraciones, correulando, mientras acompañan la autorregulación del niño, que comienza a identificar los signos de hambre y saciedad (hormonas de grelina y leptina) permitiendo al niño decidir cuánto ingerir. El contexto de la alimentación se convierte así en un espacio donde el niño refuerza la confianza en sus propias capacidades, desarrolla progresivamente la comunicación verbal y no verbal y comienza a interiorizar pequeñas reglas de convivencia, siempre respetando sus ritmos y necesidades individuales.

Debe fomentarse la participación de los niños, promover la iniciativa en la experiencia de comer, fomentar el uso progresivo de utensilios (cucharas, tazas, etc.), permitir errores, proponer rutinas que favorezcan el desarrollo de la autonomía, dedicarse tiempo a experimentar con alimentos, texturas y sabores, para mantener la relación y los procesos de regulación.

La alimentación es una oportunidad para promover el lenguaje y la comunicación y para acompañar relaciones privilegiadas entre niños. La acción debe ir acompañada verbalmente, la comida debe tener un nombre y promover las



interacciones comunicativas entre niños, verbalizar las acciones de los compañeros y participar en acciones antes de comer.

El acompañamiento debe ser respetuoso y no invasivo, confiado y dedicando tiempo, ofreciendo ayuda solo cuando sea necesario y reforzando positivamente sus iniciativas y demostraciones de autonomía.

Los niños de 1 a 2 años necesitan un acompañamiento atento, personalizado y disponible que fomente la iniciativa, reconozca sus acciones y las valide, pero también debe permitir errores. En esta etapa, los niños necesitan la correulación adulta para aprender a autorregularse y responder a sus necesidades a medida que emergen en el contexto de la alimentación.

Las zonas destinadas a las comidas para niños de uno a tres años deben reservarse exclusivamente para niños de este grupo de edad durante la hora de las comidas, con el fin de garantizar un ambiente sereno, sin ruido excesivo ni distracciones externas, lo que favorece la escucha, la presencia, la iniciativa, la atención, la conversación, la interacción y el movimiento autónomo de los niños.

Las mesas y sillas deben tener dimensiones adecuadas a su altura. En el caso de niños de dos a tres años, debe garantizarse que puedan sentarse cómodamente y tocar el suelo con los pies, favoreciendo la postura adecuada, la autonomía y la participación.

La disposición del espacio debe permitir al personal educativo ver a todos los niños bajo su cuidado e intervenir rápidamente en caso de cualquier incidente o situación de riesgo. Para garantizar estos criterios, se recomienda que cada pequeño grupo vaya acompañado de un responsable educativo que también esté sentado a la mesa, que facilite el acompañamiento, la supervisión y la seguridad.

La concepción del niño como un sujeto competente y progresivamente autónomo implica priorizar el uso de utensilios cotidianos y de calidad, sobre materiales exclusivamente plásticos. El uso de cubiertos metálicos, platos de cerámica o cuencos de vidrio, con el apoyo educativo necesario, promueve la confianza en las capacidades, la responsabilidad y la autonomía progresiva de los niños, al tiempo que contribuye a una experiencia sensorial y funcional coherente con la vida cotidiana.

### **5.3 Tercer año de vida**

En el tercer año de vida, el contexto de la alimentación se consolida como un tiempo de convivencia, relación social y comunicación entre iguales, sin perder su dimensión de cuidado y bienestar. En este nivel educativo, el objetivo es promover una participación cada vez más autónoma y consciente del niño



respetando la diversidad de ritmos, preferencias y necesidades presentes en el grupo.

El aumento progresivo de la autonomía de los niños no les exime de la necesidad de supervisión permanente por parte del personal educativo, especialmente durante la ingesta de alimentos que podrían causar asfixia u otros incidentes.

El niño amplía sus habilidades personales de autonomía, participando más activamente en la organización de la alimentación, en el uso de utensilios y en pequeñas responsabilidades relacionadas con la comida, siempre con el apoyo y acompañamiento de profesionales educativos. Al mismo tiempo, se promueve la autorregulación en la ingesta, el respeto por las sensaciones de hambre y saciedad y que se eviten las prácticas que interfieran con la capacidad del niño para escuchar su propio cuerpo.

La planificación de las comidas debe tener en cuenta el momento de entrada y las comidas de cada niño para promover su bienestar. El contexto de la alimentación es también una oportunidad para fomentar el desarrollo del lenguaje oral, el diálogo espontáneo y el intercambio con los compañeros, así como para trabajar en valores de respeto, empatía y cooperación. En este sentido, el educador o maestro desempeña un papel clave en la creación de un ambiente tranquilo e inclusivo, que permite a todos los niños sentirse parte del grupo y participar activamente en la experiencia.

Por último, el momento de la alimentación contribuye a consolidar una relación positiva y consciente con la comida, unos hábitos alimentarios saludables, integrando progresivamente valores como cuidar los alimentos, el respeto por el propio cuerpo y por los demás, y una primera mirada de responsabilidad hacia el medio ambiente.

En este nivel educativo, los niños deberían poder asumir un papel más activo y autónomo en el momento de la alimentación. La organización de la alimentación debería fomentar la participación de los niños en pequeñas responsabilidades relacionadas con la vida diaria del aula. Los niños deberían ser capaces de colaborar en acciones sencillas, como poner o recoger la mesa, repartir algunos utensilios o llevar su plato o vaso al lugar adecuado una vez que hayan terminado.

El personal educativo debe seguir garantizando un ambiente tranquilo y respetuoso, promoviendo hábitos saludables, fomentando la conversación y ayudando a los niños a regular progresivamente su comportamiento en la mesa. Es necesario respetar los sentimientos de hambre y saciedad de los niños, evitando cualquier práctica coercitiva relacionada con la ingesta y promoviendo una relación positiva con los alimentos.



La convivencia con los compañeros durante las comidas es una oportunidad para promover el lenguaje, la comunicación y las relaciones sociales, mediante acciones como servir agua a los compañeros o distribuirles utensilios o materiales. El diálogo y la comunicación deben fomentarse compartiendo experiencias y promoviendo el intercambio comunicativo entre compañeros.

Los niños de dos a tres años necesitan un acompañamiento atento, personalizado y disponible, para fomentar iniciativas y reconocer sus acciones, validarlas, esperar, permitir errores, facilitar la correulación y autorregulación, y responder a sus necesidades a medida que surgen en el contexto de la alimentación.

## **6. Educación inclusiva**

La inclusión es un principio transversal que debe guiar todas las acciones educativas en el primer ciclo de la educación infantil, incluidas las situaciones diarias de alimentación. Todos los niños, independientemente de sus características personales, ritmos de desarrollo, capacidades, necesidades de apoyo, contextos familiares, culturales o sociales, tienen derecho a participar activamente en experiencias de alimentación en condiciones de seguridad, bienestar, dignidad y equidad.

La educación inclusiva implica garantizar no solo la presencia de los niños en contextos educativos, sino también su participación, el sentimiento de pertenencia al grupo, la construcción de vínculos afectivos seguros y oportunidades de aprendizaje y desarrollo. En este sentido, corresponde a los centros educativos identificar y eliminar las barreras que puedan dificultar la participación de los niños y, por tanto, la administración debe proporcionar los apoyos personales, materiales, organizativos y comunicativos necesarios para garantizar una buena calidad de educación inclusiva.

Las situaciones alimentarias son una oportunidad privilegiada para promover la inclusión porque integran dimensiones fisiológicas, emocionales, relacionales, sociales y educativas. Por esta razón, la planificación de los espacios, los tiempos, los materiales, las rutinas y las formas de acompañamiento deben basarse en una perspectiva flexible y accesible, capaz de responder a la verdadera diversidad presente en cada grupo.

Los contextos de alimentación deben diseñarse desde un enfoque inclusivo, accesible y flexible, que permita identificar las necesidades funcionales de cada niño y ofrecer el apoyo necesario para garantizar la participación, la seguridad, el bienestar y una autonomía progresiva. Todos los niños tienen derecho a vivir los momentos de alimentación como experiencias de bienestar, relaciones, aprendizaje y participación. Por este motivo, cualquier medida de adaptación o apoyo debe buscar facilitar la inclusión del niño en la vida diaria del grupo, evitando situaciones de exclusión, segregación o estigmatización.



La calidad de la atención inclusiva durante las situaciones de alimentación requiere condiciones organizativas que permitan una presencia educativa cercana, sensible y adaptada a las necesidades de los niños. En consecuencia, el personal educativo constituye una condición pedagógica esencial para garantizar la seguridad, el bienestar, la participación, la autonomía progresiva y la calidad del acompañamiento educativo, especialmente en el caso de niños con necesidades de apoyo específicas, dificultades alimentarias, condiciones médicas o situaciones de vulnerabilidad.

Algunos niños pueden tener necesidades de apoyo específicas derivadas de necesidades educativas, condiciones de salud o dificultades funcionales para participar en las comidas. Estas necesidades pueden estar relacionadas con aspectos motores, sensoriales, comunicativos, regulatorios, entre otros; así como con condiciones de salud, alergias e intolerancias. Durante los primeros tres años de vida, estas necesidades pueden manifestarse de diferentes maneras; algunos niños pueden tener dificultades para regular la espera o las transiciones, comunicar hambre, saciedad o incomodidad, aceptar ciertas texturas o sabores, mantener una postura estable, coordinar los movimientos necesarios para comer, usar utensilios o tragar con seguridad. Otros pueden requerir tiempo adicional, adaptaciones de materiales, modificaciones de las texturas o formas específicas de acompañamiento y comunicación. Las posibles situaciones son diversas y siempre deben evaluarse en función de las necesidades funcionales de cada niño.

En el caso de niños con alergias o intolerancias alimentarias, el centro debe garantizar un entorno seguro y acogedor que respete las necesidades de salud de cada niño. Las familias deben informar a la escuela proporcionando las recomendaciones establecidas por los equipos pediátricos. En el caso específico de niños con alergias alimentarias, el informe proporcionado por las familias debe especificar el tipo de alergia, el alimento desencadenante a evitar y las recomendaciones a seguir, así como el tratamiento de emergencia a administrar. Un niño que sufre una reacción alérgica nunca debe quedarse solo.

Todo el personal de centro educativo (docente, no docente, de transporte, ayudantes de comedor, etc.) debe tener la información necesaria, identificar a estos niños y conocer el tipo de alergia que tienen y el protocolo de emergencia que debe aplicarse en caso de reacción alérgica.

De acuerdo con el Decreto 17/2026, de 19 de junio de 2026, por el cual se regula la prestación de los servicios de comedor escolar y de cafetería y se modifica el Decreto 30/2023, de 22 de mayo, por el cual se regula el transporte escolar en centros educativos públicos y en centros de educación especial sostenidos con fondos públicos de las Islas Baleares, y el *Documento de Consenso sobre Alimentación Saludable y Sostenible en el Primer Ciclo de Educación Infantil*, los centros educativos con alumnado con alergias o intolerancias alimentarias



diagnosticado por especialistas, que, mediante el correspondiente certificado médico, demuestren la imposibilidad de consumir ciertos alimentos por ser perjudiciales para su salud, deben preparar menús especiales, adaptados a estas alergias o intolerancias. En caso de intolerancia al gluten deben garantizarse menús alternativos.

En el caso de los niños diagnosticados con enfermedad celíaca, la familia también debe informar al centro educativo, que tendrá en cuenta los protocolos necesarios para garantizar la seguridad dentro del centro educativo.

Tanto en el caso de niños con alergias como de intolerancias, se debe prestar especial atención durante excursiones, cumpleaños y otras celebraciones. Los centros educativos deben disponer de menús especiales para los alumnos que lo requieran por razones éticas o religiosas o, cuando sea apropiado, disponer de medios adecuados de refrigeración y calentamiento para que el menú especial proporcionado por el entorno familiar pueda conservarse y consumirse.

En todos los casos, corresponde al centro educativo adoptar las medidas necesarias para garantizar la participación, la seguridad, el bienestar emocional y la autonomía progresiva de los niños. Estas acciones deben llevarse a cabo en coordinación con las familias y, cuando sea necesario, con equipos especializados: el EAP, equipos sanitarios u otros profesionales especializados.

## **7. Observación y evaluación en el momento de la alimentación**

Las disposiciones legales actuales apuntan a la observación sistemática y directa como principal herramienta de evaluación en la educación infantil. En este ciclo, la evaluación es global, continua y formativa, y se basa en la recopilación de información significativa sobre los procesos de desarrollo, aprendizaje y bienestar de los niños en diferentes contextos. Dentro de este marco, el contexto de la alimentación constituye una situación privilegiada de observación, ya que múltiples procesos convergen en un espacio rico en experiencias educativas que nos permiten comprender el desarrollo global del niño.

Entendemos la observación con un triple propósito: primero, conocer a los alumnos e identificar sus necesidades, intereses, potencialidades y formas particulares de relacionarse con la alimentación; segundo, evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños y el desarrollo que ocurre durante las comidas y, finalmente, reflexionar y autoevaluar la práctica educativa para ajustarla, enriquecerla y mejorarla.

Para diseñar una observación sistemática que nos permita comprender el contexto de la alimentación, es recomendable tomar decisiones conjuntas y compartidas dentro del equipo docente en relación con tres cuestiones: qué se observará, cómo se observará y quién observará. Cuanto más claro sea el



propósito de la observación, más fácil será atender los detalles significativos y seleccionar la información relevante.

En cuanto *a lo que se observará*, es recomendable definir claramente el aspecto a observar, siempre en relación con los objetivos, competencias, criterios de evaluación y conocimientos básicos establecidos por el currículo actual y especificados por el centro educativo dentro del marco de las situaciones de alimentación y del propio contexto. En este sentido, la observación puede incluir, entre otros, aspectos como el bienestar físico y emocional del niño, las estrategias de autorregulación y correulación, el desarrollo de la autonomía a la hora de las comidas, su relación con la comida o las habilidades comunicativas y sociales que se aplican en la interacción con el adulto y el grupo. Reducir el enfoque de la observación es esencial, ya que observaciones demasiado amplias pueden conducir a interpretaciones imprecisas y dificultar el uso pedagógico de la información recogida.

*La forma en que se observará* implica decidir qué instrumentos de observación son los más apropiados. En este caso, se pueden utilizar registros anecdóticos, notas de campo, registros narrativos, tablas de observación o diarios, entre otros. En este sentido, es útil contar con registros consensuados que guíen y limiten la observación. Estas herramientas siempre deben ajustarse a la realidad de cada centro y al enfoque pedagógico desde el cual se acompaña a la infancia.

Otra decisión relevante es *quién llevará a cabo la observación*. En algunos casos, puede ser el mismo educador o maestro del grupo, aunque otro miembro del equipo educativo también puede participar para ofrecer una perspectiva diferente. Cuando intervienen diferentes observadores, es recomendable compartir el significado de la observación y los aspectos en los que se centrará la mirada, para promover una mayor coherencia en la recopilación de información.

Cuando se detectan situaciones de preocupación, el centro debe establecer canales de comunicación y colaboración con las familias y, cuando corresponda, con los correspondientes servicios educativos, sanitarios o sociales, para garantizar una respuesta coordinada ajustada a las necesidades del niño.

La detección precoz debe entenderse como un proceso de acompañamiento y apoyo que permite identificar necesidades y activar recursos, evitando interpretaciones precipitadas o etiquetas innecesarias. En cualquier caso, la evaluación se entenderá como parte del proceso educativo, con una naturaleza continua, global y formativa, de acuerdo con el currículo actual.



## 8. Área de salud

### 8.1 Criterios nutricionales

#### 8.1.1 Lactancia materna

Durante el primer año de vida, la leche materna —o, si no es posible o no se desea amamantar, la leche de fórmula— debe ser el alimento principal del bebé y su fuente básica de energía y nutrientes. Por esta razón, en las escuelas infantiles debe garantizarse una ingesta prioritaria de leche, incluso después de los 6 meses.

Estos centros deben facilitar y promover la continuidad de la lactancia materna, ya sea permitiendo que la madre venga personalmente a amamantar, o bien ofreciendo las condiciones necesarias para preservar y administrar la leche que ella se haya extraído previamente, si no puede desplazarse.

Es esencial crear un clima de confianza mutua con las familias que han optado por este tipo de alimentación con sus bebés; por esta razón, se recomienda que el personal de la escuela infantil haya recibido formación previa. En este sentido, es esencial una coordinación adecuada entre las consejerías competentes en materia de educación y de salud.

El *Documento de Consenso sobre Alimentación Saludable y Sostenible en el Primer Ciclo de Educación Infantil* contiene los aspectos clave a tener en cuenta en los centros educativos de 0 a 3 años.

#### 8.1.2 Alimentación complementaria (*vea el anexo 2*)

La alimentación complementaria (AC) se entiende como el proceso mediante el cual se ofrecen al niño alimentos sólidos o líquidos distintos de la leche materna o leche de fórmula infantil, para complementarlos, pero no para reemplazarlos.

Según la OMS, el suministro de alimentos complementarios debe ser seguro, nutricionalmente adecuado e introducido desde los 6 meses de edad, y se recomienda mantener la lactancia materna hasta los 2 años o más.

El orden de incorporación de los distintos alimentos no es en especial relevante y, actualmente, no existe justificación científica para retrasar la introducción de ningún alimento, ni de los potencialmente alergénicos ni de los que contienen gluten. Aun así, es recomendable priorizar aquellos alimentos ricos en hierro y zinc.

Es necesario asegurarse de que la preparación de los alimentos esté adaptada a la edad y el desarrollo del niño. La textura y la consistencia deben ajustarse



progresivamente en cada etapa, evitando prolongar innecesariamente el uso de alimentos triturados. Es importante evitar los alimentos enteros y crudos que presentan un alto riesgo de atragantarse.

La oferta de alimentos y bebidas de las escuelas en el primer ciclo de educación infantil (de 1 a 3 años) se basará preferiblemente en productos frescos y de temporada provenientes de canales de distribución cortos. Estos incluirán verduras, legumbres, cereales, frutas, frutos secos y aceite de oliva, típicos de la dieta mediterránea. Esta dieta también incluirá un consumo moderado de proteínas animales, como pescado, huevos, productos lácteos y carne (preferiblemente pollo y conejo).

Las comidas servidas en los centros deben ser equilibradas, adaptarse a las necesidades nutricionales de los niños de este grupo de edad y supervisadas por profesionales con formación en nutrición y dietética. En cuanto a las frecuencias recomendadas en la hora de la comida, así como otros aspectos para tener en cuenta, se seguirán las recomendaciones del *Documento de Consenso sobre Alimentación Saludable y Sostenible en el Primer Ciclo de Educación Infantil*.



## 9. Bibliografía de referencia

- AUCOUTURIER, B. *Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz*. Barcelona: Graó, 2004.
- BELZA, H., HERRÁN, E., & ANGUERA, M. T. *Claves para la alimentación receptiva en la educación infantil: observación sistemática del comportamiento de los educadores de Pikler-Lóczy durante el desayuno*. International Journal of Early Childhood, 56, 605-623. <<https://doi.org/10.1007/s13158-023-00366-x>>
- BOOTH, T., & AINSWORTH, M. *Guía para la educación inclusiva. Desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros escolares* (3.ª ed.). Madrid: FUEM, 2015.
- BOWLBY, J. *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós, 2009. (Obra original publicada el 1988).
- CATHERINE L'ECUYER. *Educando en asombro*. Barcelona: Plataforma Editorial, 2015.
- CATHERINE L'ECUYER. *Conversaciones con mi maestra*. Barcelona: Espasa, 2018.
- CHATOOR, I. *Trastornos de la alimentación en la infancia temprana*. Barcelona: Editorial Médica Panamericana, 2013.
- EPSTEIN, J.; SANDERS, M.; et al. *Centres, familia y alianzas comunitarias: Tu manual para la acción*. Corwin, 2018.
- FOMASI, I; TRAVAGLINI, P.J *Cuidados corporales de acuerdo con los principios Pikler*, 2016.
- GOIB. *El modelo pedagógico de los Equipos de Atención Temprana de las Illes Balears*. Palma, 2021.
- GUERRERO, R. *Educación emocional y apego*. Cúpula, 2018.
- HERNÁNDEZ, N., & OROPESA, R. La niña competente, con una mirada segura. *Infancia: Educando de 0 a 6 años*, (242), 15-19, 2021.
- HERRAN, E. *La Educación Pikler-Lóczy: Cuando educar empieza por cuidar*. RELAdEI. Revista Latinoamericana de Educación Infantil, 2(3), 37-56, 2013.
- HOYUELOS, A. *La estética en el pensamiento y obra pedagógica de Loris Malaguzzi*. Octaedro, 2013.
- GOBIERNO DE CATALUÑA. CONSEJO ASESOR PARA EL DESARROLLO SOSTENIBLE. *Mengem futur. Per un sistema alimentari productiu, sostenible, resilient, saludable y responsable ambn accés universal a Catalunya* <[http://cads.gencat.cat/web/.content/Documents/Informes/2018/180322\\_Informe-sistema-alimentari-de-Catalunya\\_Informe-complert\\_vf.pdf](http://cads.gencat.cat/web/.content/Documents/Informes/2018/180322_Informe-sistema-alimentari-de-Catalunya_Informe-complert_vf.pdf)> 2018.
- NACIONES UNIDAS. *Convención sobre los Derechos del Niño*. <<https://www.unicef.org/es/convencion-derechos-nino>>, 1989.
- PIKLER, E. *Moverse en libertad: desarrollo de la motricidad global*. Narcea Ediciones, 1994.
- RINALDI, C. *En diálogo con Reggio Emilia: escuchar, investigar y aprender*. Morata, 2021.



- ROSSITER, M. D., YOUNG, M., DICKSON, E., CAMPBELL, J. E., CALDWELL, S., Y McISAAC, J.-L. *CELEBRATE Alimentación: Un enfoque receptivo a la alimentación y la alimentación en entornos de aprendizaje temprano. Revista Canadiense de Práctica e Investigación Dietética*. 85(3): 169-173. <<https://doi.org/10.3148/cjdpr-2024-009>>, 2024.
- STERN, D. N. *El mundo interpersonal del infante: una perspectiva desde el psicoanálisis y la psicología evolutiva*. Buenos Aires: Paidós, 1991.
- UNESCO. *Inclusión y educación: todos y todas sin excepción. Informe de seguimiento de la educación en el mundo 2020*. París: UNESCO, 2020.
- WINNICOTT, D. W. *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador: estudios para una teoría del desarrollo emocional* (7.ª reimp.). Buenos Aires: Paidós, 2014, (Obra original publicada el 1965).
- WINNICOTT, D. W. *La familia y el desarrollo del individuo*. Barcelona: Paidós, 2006.
- ZAVALLONI, G. *La pedagogía del caracol: Por una escuela lenta y no violenta*. Graó, 2011.



## ANEXOS

### Anexo 1.

#### Normativa relacionada con la alimentación

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, sobre Educación. (BOE núm. 106, de 4 de mayo de 2006).
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, sobre Educación (BOE núm. 340, de 30 de diciembre de 2020).
- Ley 8/2018, de 31 de julio, sobre el apoyo a las familias (BOE núm. 236, de 29 de septiembre de 2018).
- Ley 9/2019, de 19 de febrero, sobre el cuidado y los derechos de niños y adolescentes en las Illes Balears (BOE núm. 89, de 13 de abril de 2019).
- Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, sobre la protección integral de niños y adolescentes frente a la violencia (BOE» núm. 134, de 5 de junio de 2021).
- Ley 1/2022, de 8 de marzo, sobre educación en las Illes Balears (BOIB núm. 38, de 17 de marzo de 2022).
- Real Decreto 1394/2007, de 29 de octubre, que establece el título de Técnico Superior en Educación Infantil y establece la educación mínima (BOE núm. 282, de 24 de noviembre de 2007).
- Decreto 39/2011, de 29 de abril, por el que regula la atención a la diversidad y la orientación educativa en los centros educativos no universitarios financiados con fondos públicos (BOIB núm. 67, de 5 de mayo de 2011).
- Decreto 39/2019, de 17 de mayo, sobre la promoción de la dieta mediterránea en centros educativos y de salud de las Illes Balears (BOIB núm. 67 de 18 de mayo de 2019)
- Decreto 23/2020, de 31 de julio, que aprueba el Texto Consolidado del Decreto que establece los requisitos mínimos para los centros de educación infantil (BOIB núm. 135, de 1 de agosto de 2020).
- Decreto 40/2025, de 1 de agosto, que establece la organización y el currículo de la educación infantil en las Illes Balears (BOIB núm. 102, de 2 de agosto de 2025).
- Decreto 17/2026, de 19 de junio de 2026, por el cual se regula la prestación de los servicios de comedor escolar y de cafetería y se modifica el Decreto 30/2023, de 22 de mayo, por el cual se regula el transporte escolar en centros educativos públicos y en centros de educación especial sostenidos con fondos públicos de las Islas Baleares (BOIB núm. 78, de 20 de junio de 2026).



### Documentos básicos de referencia:

- Documento de consenso sobre la alimentación saludable en el primer ciclo de educación infantil. Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN).
- *Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030. (2024). PractiDUA. Guía práctica para abordar el Diseño Universal para el Aprendizaje a través de rincones.* Madrid: Gobierno de España.



## **Anexo 2**

### **Frecuencias recomendadas**

#### **Primeros platos:**

- Verduras: una o dos raciones por semana,
- Legumbres: una o dos raciones por semana,
- Arroz: una ración por semana,
- Pasta: una ración por semana.

#### **Segundos platos:**

- Pescado: de una a tres raciones por semana,
- Huevos: una o dos raciones por semana,
- Carne: máximo tres raciones por semana. Máximo una ración de carne roja por semana. Máximo dos raciones de carne procesada al mes,
- Platos basados en alimentos que aportan proteína vegetal: de una a cinco raciones por semana. En aquellos centros educativos que ofrecen un menú vegetariano, los cinco segundos platos se basarán en alimentos que aporten exclusivamente proteína vegetal.

#### **Guarniciones:**

- Ensaladas variadas: tres o cuatro raciones por semana,
- Otros acompañamientos (patatas, verduras, legumbres): una o dos raciones por semana. Máximo una ración de patatas por semana.

#### **Postres:**

- Fruta fresca: cuatro o cinco raciones a la semana,
- Otros postres, preferiblemente yogur y cuajada sin azúcar añadido y queso fresco: máximo una vez por semana.

Las necesidades especiales de los alumnos deben tenerse en cuenta por razones de salud (alergias o intolerancias alimentarias u otras enfermedades que las requieran), así como por razones éticas o religiosas.

### **Otras recomendaciones**

- Utilizar aceite de oliva virgen o extra virgen para el aliño y, para cocinar, preferiblemente aceite de oliva o aceite de girasol con alto contenido oleico.
- Usar poca sal y, cuando se use, que sea sal yodada. Como pauta, la cantidad máxima de sal (hablamos de sal añadida y sal presente en los



alimentos) para niños de entre 1 y 3 años es de 2 gramos al día (0,8 gramos de sodio). Una cucharadita de café nivelado equivale a 2 gramos de sal.

- Prioriza las técnicas culinarias más saludables como hornear, cocer al vapor, hervir, asar, sofritos y salsas de tomate, por encima de otras como las frituras, los rebozados y preparaciones con otras salsas.
- Ofrecer la fruta cortada en vez de hacerlo en zumo.
- Garantizar que la bebida que se ofrece sea siempre agua.
- Elegir versiones integrales de pan, pasta, arroz y otros cereales para aportar una mayor cantidad de fibra.
- Evitar el consumo de pescado con alto contenido de mercurio y fomentar el consumo de especies locales y pesca sostenible.
- Consumir arroz blanco hasta los 3 años para minimizar el riesgo asociado al alto contenido inorgánico de arsénico del arroz integral, a la luz del nuevo valor de seguridad de 0,6 µg por kg de peso corporal establecido por la EFSA en 2024. Asimismo, debe evitarse el consumo de bebidas de arroz debido a la presencia de arsénico, así como el consumo diario de croquetas de arroz.
- Evitar, en este periodo de edad, un consumo superior a 45 g/día de espinacas y acelgas debido a su alto contenido en nitratos.
- Excluir los frutos secos enteros para evitar la asfixia, se pueden ofrecer en molidos o en crema.
- También se deben evitar alimentos que, debido a su consistencia o tamaño, puedan suponer un riesgo de atragantamiento (tomates *cherry*, aceitunas, uvas enteras, cerezas, trozos grandes de manzana o zanahoria, etc.).
- Prescindir de alimentos «especiales» diseñados para estas edades (yogures infantiles, potitos comerciales, etc.).



## Anexo 3

### Programa de Alerta Escolar

El objetivo del programa Alerta Escolar Balear es proporcionar atención inmediata y eficiente a los alumnos que asisten al centro educativo con patologías crónicas que pueden requerir atención médica durante la jornada escolar o que, debido a su patología, pueda surgir una situación de emergencia de riesgo vital.

### Normativa

- **La Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre, con el artículo 195 del Código Penal**, establece como delito el incumplimiento de la obligación de todas las personas de ayudar a una persona indefensa y en peligro manifiesto y grave, cuando puede hacerlo sin su propio riesgo ni el de terceros.

El incumplimiento de la acción conlleva responsabilidad civil y penal, que recaería conjunta tanto en la persona que, habiendo podido actuar, no lo ha hecho, como en el centro como institución.

- **Ley Orgánica 1/1996 sobre la Protección Legal de los Menores**  
Artículo 11: obliga a todas las autoridades (incluidos los centros educativos) a proteger la vida, integridad y salud de los menores.  
Artículo 13: establece el deber de cualquier persona (incluidos los profesores) de actuar y comunicar situaciones de riesgo.  
Esto implica que no actuar en caso de emergencia médica puede ser ilegal.

Las enfermedades incluidas en el Programa de Alerta Escolar son:

| PATOLOGIA                                                                                                                                        | S'INCLOUEN DINS ALERTA ESCOLAR                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <b>Cardiopatia congènita</b>                                 | Cardiopaties amb risc de mort sobtada, hipertròfica obstructiva, miocardiopatia no obstructiva, displàsia valvular, síndrome de Brugada, Sd. QT llarg, anomalies coronàries, Kawasaki amb aneurisma, W-P-W, taquicàrdia ventricular. |
|  <b>Epilèpsia</b>                                             | Epilèpsia en tots els seus diagnòstics, i convulsions, que poden ser febrils o no.                                                                                                                                                   |
|  <b>Asma</b>                                                  | Asma persistent moderada o greu.                                                                                                                                                                                                     |
|  <b>Diabetis</b>                                              | Diabetis tipus I juvenil, en tots els seus diagnòstics.                                                                                                                                                                              |
|  <b>Anafilaxi (al·lèrgia alimentària, al làtex i picades)</b> | -Reaccions anafilàctiques amb símptomes cardiovasculars i respiratoris previs amb aliments, làtex i/o picades d'insectes.<br>-Anafilaxi induïda per l'exercici i anafilaxi idiopàtica.                                               |

<https://www.caib.es/sites/diversitat/f/374383>



### **Situaciones de emergencia relacionadas con la alimentación**

([https://www.caib.es/sites/diversitat/ca/protocol\\_de\\_primers\\_auxilis/](https://www.caib.es/sites/diversitat/ca/protocol_de_primers_auxilis/))

1. Obstrucción de las vías respiratorias. Atragantamiento (anexo 2)
2. Anafilaxia: reacción alérgica grave. (anexo 3)