Gac Sanit. 2026;40(S4):413

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

476 - ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE EN UN CENTRO DE EDUCACIÓN PRIMARIA: UNA EXPERIENCIA DE INVESTIGACIÓN-ACCIÓN PARTICIPATIVA

E. Carazo Ruiz, M. Sandín Vázquez, N. Armenta-Paulino

Universidad de Alcalá.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: La promoción de una alimentación saludable y sostenible en la infancia constituye una prioridad en salud pública, especialmente en el contexto escolar, donde se consolidan hábitos con impacto a largo plazo. Las intervenciones basadas en enfoques participativos pueden favorecer cambios significativos al implicar a la comunidad educativa. El objetivo de este estudio fue evaluar una intervención educativa orientada a promover hábitos de alimentación saludable y sostenible en un centro de educación primaria.

Métodos: Se desarrolló un estudio cualitativo en un centro público de educación primaria, en el marco de un proyecto de promoción de la salud basado en investigación-acción participativa. La intervención incluyó talleres prácticos diseñados e implementados por alumnado universitario y de formación profesional como agentes de cambio, en colaboración con profesorado y familias. La evaluación principal se realizó mediante entrevistas semiestructuradas a docentes y familias, cuyo contenido fue analizado a través de análisis descriptivo. Adicionalmente, se utilizaron datos cuantitativos secundarios procedentes del informe del proyecto para contextualizar los hallazgos cualitativos.

Resultados: Los resultados cualitativos y cuantitativos mostraron un alto grado de satisfacción con la intervención entre los distintos agentes implicados. Se identificaron mejoras en la comprensión de los conceptos de alimentación saludable y sostenible, así como cambios positivos en los hábitos alimentarios del alumnado en el entorno

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

escolar y familiar. La participación del alumnado universitario fue valorada como un facilitador del aprendizaje significativo. Las principales barreras fueron la falta de tiempo por los amplios currículums que se deben implementar en el aula y la rotación del profesorado, que limitaron una mayor implicación y continuidad de la intervención.

Conclusiones/Recomendaciones: La investigación-acción participativa aplicada a intervenciones educativas de promoción de salud en el ámbito escolar permite generar cambios relevantes en conocimientos y prácticas alimentarias, reforzando la implicación de la comunidad educativa. La incorporación de datos cuantitativos como complemento del análisis cualitativo permite reforzar la interpretación de los hallazgos. Para favorecer la sostenibilidad de estas intervenciones, resulta clave reforzar el apoyo institucional y su integración en la dinámica habitual de los centros educativos.

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados