



Conselleria d'Educació i Universitats

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

ORIENTACIONS PEDAGÒGIQUES A L'ENTORN DE L'ALIMENTACIÓ EN EL PRIMER CICLE D'EDUCACIÓ INFANTIL¹

L'alimentació com a experiència de cura, vincle, autonomia i aprenentatge

¹ Les orientacions contingudes en aquest document s'aplicaran sense perjudici del compliment de la normativa vigent i de l'autonomia pedagògica i organitzativa dels centres.



Elaboració

Grup de treball pedagògic per a l'elaboració de les orientacions pedagògiques a l'entorn de l'alimentació en el primer cicle d'educació infantil

Autoria

- Maria del Mar Oliver Barceló (doctora de la Universitat de les Illes Balears)
- Eva Bordoy Martínez (mestra d'educació infantil i representant dels diferents col·lectius i associacions 0-3 Illes Balears)
- Rita Lorente Taltavull (orientadora educativa de l'EAP Menorca)
- Catalina Núñez Jiménez (tècnica de Salut Pública del Servei de Promoció de la Salut)

Col·laboració

Institut per a l'Educació de la Primera Infància

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

Secretaria Autonòmica de Desenvolupament Educatiu

- Antònia Bauzà Lliteras (cap del departament)
- Lorena Arce Campos (cap de secció)

Servei de Beques, Programes i Serveis

- Jonatan Vo Medina (cap del servei)
- Enrique Castro Blecua (cap de secció)
- Joan Payeras Mulet (tècnic del servei)

Coordinació institucional

- Mateo Suñer Servera (secretari autonòmic de Desenvolupament Educatiu)
- Neus Riera Estarellas (directora general de Primera Infància, Atenció a la Diversitat i Millora Educativa)



ÍNDIX

1. Presentació.....	4
2. Introducció.....	5
3. Fonamentació normativa.....	6
4. Principis educatius.....	7
4.1. L'alimentació com a moment educatiu	7
4.2. Visió d'infant capaç.....	7
4.3. Rol de l'equip educatiu: relació amb l'infant i establiment del vincle.....	8
4.4. Inclusió.....	9
4.5. Respecte als diferents moments maduratiu dels infants	9
4.6. Organització temporal	10
4.7. L'alimentació com a acte social, comunicatiu i de convivència.....	11
4.8. La importància dels espais educatius	11
4.9. Continuïtat entre escola i família	12
4.10. Els ODS en el moment de l'alimentació	13
5. Objectius i concrecions pedagògiques per cursos	13
5.1 Primer any de vida	13
5.2 Segon any de vida.....	15
5.3 Tercer any de vida	16
6. Educació inclusiva.....	18
7. Observació i avaluació en el moment d'alimentació.....	21
8. Àmbit de salut.....	22
9. Bibliografia de referència.....	24
ANNEXOS	26



1. Presentació

Les orientacions han estat redactades per un grup de treball pedagògic format per professionals experts en el primer cicle d'educació infantil de les Illes Balears. Hi ha participat persones de l'àmbit sanitari i de l'àmbit educatiu com els Equips d'Atenció Primerenca, una representació dels diferents col·lectius i associacions 0-3 de les Illes Balears i la Universitat de les Illes Balears. Aquest grup, d'acord amb la mesa de participació del sector del primer cicle d'educació infantil, celebrada l'11 de gener de 2025, ha estat coordinat per l'Institut per a l'Educació de la Primera Infància de la Direcció General de Primera Infància, Atenció a la Diversitat i Millora Educativa i el Servei de Beques, Programes i Serveis Complementaris de la Secretaria Autonòmica de Desenvolupament Educatiu.

Durant sis mesos s'ha treballat de manera conjunta a partir de la normativa educativa vigent, de les recomanacions de les autoritats sanitàries en matèria d'alimentació en la primera infància i de l'evidència científica disponible sobre desenvolupament infantil, benestar i qualitat educativa per ajustar al màxim els principis i la base pedagògica que regiran l'organització i el funcionament dels moments d'alimentació en el primer cicle d'educació infantil dels centres educatius.

Aquestes orientacions parteixen del reconeixement de l'alimentació com un moment educatiu de primer ordre, una experiència quotidiana de cura, vincle, autonomia i aprenentatge que forma part de la intervenció pedagògica dels centres i que, com a tal, requereix regulació, planificació i reflexió.

La intenció és que constitueixin una eina d'acompanyament per als professionals del primer cicle d'educació infantil de les Illes Balears, que orientin la revisió dels projectes educatius dels centres i de la pràctica educativa en els moments d'alimentació, i que fomentin els processos de formació i la reflexió pedagògica dels equips educatius.

Conscients de la bona pràctica pedagògica que ja es duu a terme en el primer cicle d'educació infantil dels centres de les nostres illes, es té la confiança que aquestes orientacions serveixin per encoratjar els equips educatius a continuar actualitzant i enfortint la seva tasca. En definitiva, l'objectiu final és garantir el dret dels infants a viure l'alimentació com una experiència de benestar, seguretat i respecte, així com donar compliment al dret a una educació de qualitat des de la primera infància.



2. Introducció

Aquest document té per objecte definir les orientacions pedagògiques referents a l'alimentació en el primer cicle d'educació infantil (0–3 anys) a les Illes Balears.

El moment de l'alimentació, entès com una pràctica de cura integrada en la vida diària de l'escola infantil, constitueix una situació educativa significativa que contribueix de manera essencial al desenvolupament global dels infants. Per aquest motiu, requereix una mirada professional fonamentada, criteris compartits entre els diferents membres de l'equip educatiu i una planificació coherent amb els principis educatius que orienten l'acció educativa del centre.

En coherència amb la consideració del primer cicle d'educació infantil com un cicle educatiu amb identitat pròpia, l'alimentació forma part de la intervenció educativa del centre i, per tant, es vincula amb la seva línia pedagògica i amb la funció educativa i social dels centres.

Per aquest motiu, es recomana:

- Integrar-la en el Projecte Educatiu de Centre (PEC);
- Planificar-la, desenvolupar-la i avaluar-la de manera pedagògica i sistemàtica;
- Disposar de temps i espais per a la coordinació, la reflexió i la formació de tot l'equip educatiu.

Per tant, en cap cas es pot concebre com un temps merament assistencial o desvinculat del projecte educatiu del centre.

Aquest plantejament es fonamenta en el reconeixement dels Drets dels Infants (Nacions Unides, 1989) com a punt de partida de tota pràctica educativa, així com dels models educatius de qualitat que situen el benestar i el màxim desenvolupament integral de l'infant com a criteris centrals de la qualitat educativa en la primera infància. Models com el de Lóczy (Belza et al., 2023; Pikler, 1994) i Reggio Emilia entenen que els moments de cura quotidiana són espais educatius plens de significat, i posen l'accent en elements com el respecte pel ritme individual, l'autonomia progressiva, i una relació educativa basada en el vincle i l'observació.

Alhora, aquest model es nodreix de les aportacions de la literatura científica actual sobre el desenvolupament infantil, el benestar i la qualitat educativa en la primera infància, amb la finalitat d'oferir unes orientacions pedagògiques coherents, rigoroses, i alineades amb l'evidència disponible i les bones pràctiques educatives.



3. Fonamentació normativa

Aquestes orientacions s'inscriuen en el marc normatiu vigent en matèria d'educació infantil, protecció de la infància i promoció de la salut.

La normativa educativa vigent, la Llei orgànica 3/2020, de 29 de desembre, per la qual es modifica la Llei orgànica 2/2006, de 3 de maig, d'educació, i la Llei 1/2022, de 8 de març, d'educació de les Illes Balears, reconeixen el primer cicle d'educació infantil com un cicle amb finalitat educativa pròpia, orientada al desenvolupament integral dels infants.

El currículum d'educació infantil estableix la necessitat de promoure experiències educatives significatives basades en la vida quotidiana, entre les quals l'alimentació ocupa un lloc central.

Les recomanacions tècniques en alimentació en el primer cicle d'educació infantil del Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 i la *PractiDUA Guía práctica para abordar el Diseño Universal para el Aprendizaje a través de rincones* (2024) del Govern d'Espanya, reconeixen les dinàmiques de l'alimentació com un espai educatiu clau, destaquen la importància d'aquest període per a la consolidació d'hàbits, el desenvolupament neurològic i també la necessitat d'una alimentació responsiva i respectuosa amb els ritmes individuals.

La normativa de protecció a la infància garanteix el dret a un entorn segur, de bon tracte i respectuós amb la dignitat de l'infant.

Des de l'àmbit de salut pública, s'estableix la necessitat de garantir que l'alimentació en els centres educatius sigui equilibrada, adequada a l'edat i promotora d'hàbits saludables, així com segura i respectuosa amb criteris de sostenibilitat.

El desenvolupament detallat de les referències normatives i tècniques es recull a l'annex 1 d'aquest document.



4. Principis educatius

A continuació, es concreten els principis que orienten l'acció educativa durant l'alimentació en la primera infància.

4.1. L'alimentació com a moment educatiu

Reconèixer l'alimentació com una situació educativa implica entendre que totes les decisions que s'hi prenen tenen una incidència directa en l'experiència dels infants i en les oportunitats d'aprenentatge que se'n deriven.

En aquest sentit, l'alimentació es configura com una situació privilegiada per afavorir el benestar físic i emocional, la construcció de vincles i relacions segures, el desenvolupament de l'autonomia progressiva, l'adquisició d'hàbits saludables i la participació activa dels infants en la vida quotidiana de l'escola. Alhora, ofereix nombroses oportunitats per a la comunicació, la relació amb els altres i el descobriment de les pròpies capacitats.

Per aquest motiu, i en el marc de l'autonomia pedagògica dels centres, l'organització i l'acompanyament durant aquest procés requereixen una metodologia pedagògica que promogui una pràctica educativa intencional i coherent, i es recomana que sigui compartida i planificada. A més, ha de garantir el benestar dels infants i afavorir-ne el desenvolupament integral.

La pràctica educativa s'hauria de fonamentar en l'observació sistemàtica, la reflexió compartida i la revisió contínua de les actuacions educatives per ajustar-se a l'evolució dels infants i a les necessitats del grup. Igualment, s'hauria de garantir un enfocament inclusiu i la continuïtat entre l'escola i la família mitjançant el diàleg i la corresponsabilitat educativa.

4.2. Visió d'infant capaç

Aquestes orientacions parteixen del reconeixement de l'infant com a ésser capaç i subjecte actiu del seu propi desenvolupament, que construeix aprenentatges mitjançant la relació amb el personal educatiu i els altres infants del grup. Des d'aquesta perspectiva, l'infant no és un receptor passiu, sinó un protagonista que, des del moment de néixer, desplega competències i capacitats pròpies. Oferir oportunitats reals que fomentin l'autonomia i l'autoregulació li permet participar activament, prendre decisions ajustades a les seves possibilitats, expressar preferències i enfortir la confiança en si mateix.

El concepte de *competent*, aplicat als infants de 0 a 3 anys, va més enllà del simple reconeixement de les seves capacitats. Aquest concepte implica també tenir en compte com les despleguen. Perquè això sigui possible, cal que l'infant trobi



espais on les seves iniciatives siguin escoltades i on tengui dret a decidir (Hernández Herrera i Oropesa, 2021).

L'equip educatiu hauria de projectar aquesta visió capacitadora durant el moment de l'alimentació. Correspon al centre propiciar un context acuradament preparat que permeti a l'infant participar activament, experimentar amb l'entorn i desenvolupar el seu pensament, sempre de manera ajustada a les seves possibilitats.

4.3. Rol de l'equip educatiu: relació amb l'infant i establiment del vincle

«La participació, l'experimentació activa i la iniciativa per part de l'infant són possibles si s'ha establert un bon vincle afectiu amb la figura de la persona educadora» (Bowlby, 2009). El moment de l'alimentació esdevé un espai privilegiat de trobada entre el personal educatiu i l'infant, on es pot forjar una relació fonamental perquè l'infant disposi d'una base segura per al seu desenvolupament i per a la construcció de la seva identitat.

Atesa la importància de l'acompanyament durant el moment del menjar, per afavorir la continuïtat afectiva, es recomana als centres afavorir la màxima estabilitat possible del personal que atén els infants en aquests moments, segons permetin l'organització i la gestió dels recursos humans, a través d'aquesta continuïtat temporal, l'equip educatiu pot establir relacions segures i vincles sòlids, i convertir-se en veritables figures de referència.

Tal com assenyalava Guerrero (2018), el vincle segur amb la persona de referència és una necessitat vital. Comptar amb una figura adulta disponible, accessible i present no és una demanda circumstancial, sinó una condició imprescindible perquè l'infant se senti protegit i pugui desenvolupar-se en un entorn de seguretat emocional.

L'acompanyament educatiu durant l'alimentació s'ha de fonamentar en una pràctica intencional, reflexiva i ajustada a les necessitats de cada infant. El personal educatiu hauria de situar-se com a figura de referència afectiva, ja que, garanteix seguretat emocional i presència conscient, propera i respectuosa, alhora que facilita els processos d'autonomia, corregulació i autorregulació. Així doncs, és fonamental observar de manera sistemàtica per interpretar les necessitats físiques, emocionals, relacionals i cognitives dels infants i ajustar la intervenció educativa a cada situació concreta.

En coherència amb aquests principis, la intervenció educativa ha de respectar els ritmes individuals de cada infant, promoure la seva participació activa durant l'alimentació, afavorir l'autonomia progressiva, la corregulació i l'autorregulació, evitar intervencions excessives, intrusives o substitutives, i mantenir una actitud



tranquil·la, disponible i respectuosa. No s'han de portar a terme pràctiques que vulnerin el benestar, la dignitat o l'autonomia de l'infant, com ara forçar la ingesta, exercir pressió o coerció, fer servir el menjar com a premi o càstig, o emprar elements distractors amb finalitat alimentària.

La intervenció ha de basar-se en la disponibilitat, l'observació, l'escolta i la interpretació de les necessitats dels infants, actuant com a model relacional i conductual que afavoreix una relació positiva amb l'alimentació, amb els altres i amb l'entorn. Mitjançant la paraula, la mirada i el gest, s'haurien d'anticipar les accions i les rutines, donar sentit a les experiències viscudes i acollir les emocions que emergeixen durant l'àpat amb una actitud empàtica i contenidora, per contribuir a la regulació emocional i a la construcció d'una imatge positiva de si mateix.

4.4 Inclusió

En coherència amb el model pedagògic dels EAP de les Illes Balears (GOIB, 2021), l'entorn de l'alimentació ha de garantir l'accessibilitat física, cognitiva i sensorial de tots els infants. La inclusió implica organitzar els espais, el temps i l'acompanyament de l'alimentació de manera que tots els infants hi puguin participar en condicions de benestar, seguretat, equitat i pertinença, i amb el reconeixement de la diversitat de necessitats, ritmes, capacitats, experiències familiars, culturals i situacions personals com a part inherent de la vida del centre. Aquest enfocament s'orienta a identificar i oferir els suports necessaris perquè cap infant quedi exclòs de la dimensió comunitària, relacional i educativa de l'àpat, i a garantir una actitud de respecte basada en el reconeixement de cada infant com a persona amb valor propi, drets, competències i una trajectòria de desenvolupament singular.

4.5. Respecte als diferents moments madurats dels infants

El respecte pels ritmes i les necessitats individuals de cada infant constitueix un principi pedagògic essencial en l'acompanyament de les situacions d'alimentació. Cada infant té el seu propi procés maduratiu i d'aprenentatge, el qual cal conèixer per poder acompanyar l'infant, intervenir-hi de manera adequada i potenciar-ne el desenvolupament global.

Respectar el ritme de l'infant no implica una actitud passiva per part de l'adult ni l'absència de límits, sinó que significa oferir unes condicions adequades perquè l'infant pugui desplegar progressivament les seves capacitats, sense acceleracions, pressions ni expectatives que no corresponen al seu moment maduratiu. Forçar determinats processos pot afectar el benestar emocional, la seguretat afectiva i la construcció de l'autonomia.



El personal educatiu ha de crear un clima de calma i previsibilitat, anticipar verbalment les accions, posar paraules a les vivències i sostenir emocionalment els infants durant l'àpat. Aquesta presència adulta, sensible i predictable, ajuda l'infant a regular-se progressivament, a afrontar petites frustracions i a desenvolupar autonomia en un context segur. En aquest sentit, el personal educatiu hauria d'observar i interpretar els senyals de gana, sacietat, cansament, desinterès, inseguretat o necessitat d'ajuda, i ajustar l'actuació a aquestes necessitats, evitant pressions, comparacions o imposicions. També ha de facilitar oportunitats perquè l'infant pugui explorar els aliments, participar segons les seves possibilitats i avançar en les habilitats d'autonomia pròpies del moment evolutiu en què es troba.

Així mateix, cal procurar que l'infant pugui iniciar i finalitzar el moment de l'àpat amb transicions suaus i respectuoses amb el seu estat emocional i corporal, afavorint una experiència positiva, segura i coherent amb el seu procés de desenvolupament.

4.6. Organització temporal

Tal com assenyalen Zavalloni (2011) i Ecuyer (2015, 2018), entre d'altres, durant l'educació infantil, els infants necessiten un ritme pausat i una temporalització tranquil·la que els permeti escoltar el propi cos, explorar els aliments, anticipar què passarà i viure l'experiència amb calma i seguretat. Aquests principis, que fonamenten l'acompanyament educatiu descrit en l'apartat anterior, tenen implicacions directes en com s'organitza temporalment el moment de l'alimentació.

El temps destinat als àpats ha de ser suficient i flexible, reconegut com un temps educatiu amb valor propi i no organitzat exclusivament segons criteris logístics. Cal garantir franges temporals àmplies que permetin a l'infant explorar, anticipar, conversar i participar activament en l'experiència.

Aquesta flexibilitat ha de coexistir amb una seqüència temporal estable dins la jornada, ja que la regularitat aporta seguretat i facilita l'anticipació de les rutines. Cal garantir també transicions progressives abans i després de l'àpat (inclosos els temps d'higiene, descans i regulació emocional), per evitar canvis bruscos i assegurar una continuïtat afectiva al llarg de tota la jornada.

El centre ha de respondre durant la permanència dels infants a les seves necessitats alimentàries. En el cas dels nadons, l'alimentació s'ha d'ajustar als seus ritmes individuals, respectant les pautes establertes amb les famílies. Per a la resta d'infants, l'organització dels moments d'alimentació ha de tenir en compte l'hora d'incorporació al centre i garantir una distribució adequada de les ingestes al llarg de la jornada, de manera que es respectin les seves necessitats



fisiològiques i de desenvolupament i s'evitin situacions en què les necessitats alimentàries quedin desateses.

Finalment, per tal que aquesta organització tengui el sentit educatiu i la qualitat que l'alimentació mereix, cal que l'equip educatiu disposi dels recursos humans i materials necessaris per poder-la dur a terme (Rossiter et al., 2024).

4.7. L'alimentació com a acte social, comunicatiu i de convivència

Per als adults, compartir aliments és un acte social, de comunicació i de convivència. D'igual manera, al voltant dels àpats, els infants aprenen a interactuar amb altres infants en un context social i és una bona oportunitat per treballar els valors cívics i el sentiment de pertinença. En aquest cicle educatiu, els infants comencen a explorar les normes de convivència, el respecte i la comunicació amb els altres. Compartir àpats, observar models i establir interaccions respectuoses permet adquirir habilitats socials importants com l'empatia, la comunicació i la resolució de conflictes.

Aquest procés es construeix a poc a poc, convertint el menjar compartit en una estona de relació i de trobada amb els companys i les companyes, una oportunitat més de socialització i de comunicació. L'acompanyament del moment de l'alimentació implica cuidar les relacions entre infants, fomentar el respecte mutu, facilitar la participació i generar un clima de tranquil·litat que afavoreixi la comunicació i les relacions entre iguals.

En aquest sentit, el personal educatiu hauria d'entendre les dinàmiques de l'alimentació com una oportunitat per afavorir el desenvolupament del llenguatge i de la comunicació, posant paraules a les accions, als aliments, a les sensacions i a les emocions, adaptant la comunicació al nivell evolutiu de cada infant.

4.8. La importància dels espais educatius

La cuina, en cas d'haver-hi, i les zones destinades a l'alimentació, seguint el principi d'horitzontalitat, han de ser concebudes com a espais educatius que influeixen directament en la vivència i els aprenentatges. Aquests entorns han de respondre a criteris pedagògics, funcionals, estètics i de seguretat que generin una atmosfera acollidora i casolana que afavoreixi el benestar i la participació activa (Hoyuelos, 2006; Rinaldi, 2021).

Cal promoure ambients amables i inclusius, amb llum natural, materials càlids i una organització que eviti la saturació visual i acústica, per facilitar la conversa, la calma i la llibertat de moviment. Amb l'objectiu de crear un entorn tranquil amb una acústica adequada, es pot plantejar fer torns en què no coincideixin tots els infants al mateix temps i en el mateix lloc.



La presentació ha de ser cuidada i coherent, lliure d'interrupcions innecessàries, de manera que els infants puguin viure l'alimentació com una experiència segura i de benestar.

El mobiliari, els materials i els estris haurien d'estar adaptats a l'edat, al moment maduratiu i a les necessitats individuals dels infants, per permetre'n l'accés i l'ús autònom segons les seves capacitats. L'autonomia s'afavoreix precisament quan l'entorn físic acompanya i no limita.

Les tasques de recollida, neteja i condicionament dels espais emprats durant l'alimentació s'han d'organitzar de manera que no interfereixin en l'acompanyament educatiu, la supervisió directa ni la seguretat dels infants.

Durant el temps en què els infants romanen a la zona d'alimentació, el personal educatiu ha de prioritzar les funcions de supervisió, acompanyament, relació educativa, prevenció de riscos i atenció a les necessitats dels infants.

Les tasques de neteja, desinfecció, recollida d'estrís, retirada de residus, escombrada o fregat del terra s'haurien de dur a terme preferentment una vegada finalitzada l'activitat educativa, per personal específic destinat a aquestes funcions.

4.9 Continuïtat entre escola i família

És imprescindible facilitar i fomentar la participació de les famílies en l'entorn educatiu (Winnicott, 2006, Epstein et al., 2018). La coordinació entre l'escola i la família és essencial per garantir una experiència alimentària coherent, respectuosa i adequada a les necessitats dels infants.

El centre educatiu ha de promoure una relació de diàleg i corresponsabilitat amb les famílies, basada en la confiança mútua i en el reconeixement dels diferents contextos i trajectòries. Compartir criteris, informar de les pràctiques educatives i escoltar les aportacions familiars permet construir una mirada conjunta que reforça el benestar de l'infant i evita contradiccions innecessàries. Aquesta continuïtat no implica uniformitat, sinó coherència i respecte, situant sempre l'infant i el seu desenvolupament al centre de l'acció educativa. La comunicació família-escola, fluïda i habitual, és la base per a un bon vincle i, per tant, cal remarcar-ne la importància en el dia a dia d'una escola infantil.

Les famílies han d'informar de les pautes d'alimentació de l'infant a casa, han de comunicar la introducció d'aliments nous a casa, perquè posteriorment es puguin introduir també a l'escoleta, així com qualsevol canvi que pugui ser important per al benestar de l'infant. Cada centre ha d'establir els mecanismes que permetin



construir una bona comunicació i cooperació família-escola, els quals es recomana que quedin reflectits al PEC.

4.10. Els ODS en el moment de l'alimentació

En el context educatiu de l'etapa 0-3, les situacions de l'alimentació esdevenen una oportunitat clau per incorporar els Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) a la vida quotidiana dels infants. Aspectes com la coeducació, la sostenibilitat ambiental, la promoció del producte local, la justícia alimentària i el respecte per la diversitat cultural poden ser presents en les decisions organitzatives i pedagògiques dels centres. Aquest enfocament permet entendre l'alimentació com una pràctica amb dimensió social i comunitària, que contribueix a la formació d'una ciutadania més conscient, responsable i compromesa amb la primera infància (Mengem futur, 2018). En aquest sentit, és important promoure actituds de respecte envers els aliments i evitar pràctiques poc adequades des del punt de vista educatiu i ètic. L'ús d'aliments amb finalitats exclusivament lúdiques o manipulatives en activitats d'ensenyament-aprenentatge pot esdevenir una forma de malbaratament alimentari, contrària als valors de sostenibilitat i consum responsable que es volen transmetre als infants.

5. Objectius i concrecions pedagògiques per cursos

L'alimentació no és només una necessitat fisiològica sinó una oportunitat per desenvolupar competències clau des de la primera infància. El treball conjunt amb les famílies assegura la coherència educativa i emocional, fent de la situació de l'alimentació un espai de desenvolupament integral, ple de potencial d'aprenentatge i descoberta.

En aquest apartat es pretenen desenvolupar i concretar els objectius específics de cada any de vida amb les competències clau establertes atenent els principis d'inclusió i qualitat educativa, entenent les dinàmiques de l'alimentació com experiències pedagògiques riques, segures i afectives, durant les quals l'infant adquireix habilitats fonamentals per al seu desenvolupament global i per a l'aprenentatge permanent, entre les quals volem destacar:

5.1 Primer any de vida

Durant el primer any de vida, l'alimentació és essencialment una experiència relacional. Té com a objectius principals la seguretat emocional, el benestar físic, fisiològic i emocional de l'infant i la construcció d'un vincle afectiu segur amb el personal educatiu de referència. És un espai privilegiat de relació en què l'adult, a través de la seva presència disponible i conscient, calmada i respectuosa, acompanya l'infant en una experiència que va molt més enllà de la satisfacció d'una necessitat bàsica.



En aquesta etapa, és fonamental tenir en compte els ritmes individuals i les característiques psicomotores (sostinguda cefàlica, manteniment de la postura asseguda o semiincorporada) de cada infant, respectant i coneixent les pautes establertes per les famílies, tant pel que fa a la gana com al temps necessari per menjar, evitant qualsevol pressa o intervenció invasiva. L'acompanyament ha de permetre a l'infant escoltar el propi cos, reconèixer les sensacions de gana, del procés de la ingesta i sacietat, i viure l'alimentació com una experiència plaent i segura. La qualitat del vincle que es construeix en aquests moments contribueix de manera decisiva al desenvolupament emocional i a la confiança bàsica.

Alhora, el moment de l'alimentació afavoreix les primeres formes de comunicació tònicoemocional i no verbal. A través de la mirada, la veu, el contacte corporal i la resposta ajustada del referent educatiu, l'infant inicia un diàleg relacional que és la base del desenvolupament del llenguatge, de la regulació emocional i de la construcció d'una imatge positiva del propi cos. Es tracta d'una estona destinada a l'exploració sensorial, de textures, olors i sabors, mitjançant l'exploració lliure d'aliments que afavoreixi una postura que en faciliti la ingesta (com seure a les falces del referent educatiu), respectant el ritme individual. La finalitat educativa en aquest nivell és, per tant, oferir un context que permeti a l'infant desenvolupar aquests objectius a través de la participació activa en el moment de l'alimentació, segons les seves possibilitats, sentint-se reconegut, respectat i sostingut.

El personal educatiu hauria d'oferir l'alimentació en un ambient tranquil i segur, establint un vincle afectiu que permeti a l'infant viure aquest moment amb benestar. Durant l'alletament o l'alimentació amb biberó, és recomanable garantir la presència conscient amb contacte visual, comunicació verbal i contacte físic, perquè aquest moment esdevingui una experiència de relació i interacció.

Durant la introducció d'aliments sòlids o triturats, és recomanable acompanyar l'infant amb paciència, amb respecte envers el seu ritme d'acceptació dels aliments i permetre'n progressivament la participació activa mitjançant l'exploració i la manipulació dels aliments. Per això, s'hauria de mantenir una coordinació continuada amb les famílies per assegurar la coherència en les pautes d'alimentació i en la introducció de nous aliments.

Els infants, en el primer any de vida i en l'experiència d'alimentació, requereixen exclusivitat, braços que els agafin per acollir-los, ulls que els acompanyin amb la mirada, interpretin i reconeguin els senyals del nadó i una boca que somrigui i respongui a les seves necessitats amb la veu.

En el cas dels infants de 0 a 1 any, és recomanable disposar d'un espai dedicat exclusivament a aquest grup d'edat, ateses les característiques i necessitats específiques pròpies d'aquesta etapa. Aquest espai ha de permetre una atenció propera, individualitzada i de qualitat. Els centres han de disposar igualment d'un



espai adequat per a l'alletament matern, amb condicions de confort, intimitat, calma i privacitat que afavoreixin el benestar de les mares i dels infants. A l'espai d'alletament matern, s'hauria de disposar d'una butaca o seient còmode i d'una il·luminació suau que afavoreixi calma, el confort i el vincle afectiu.

5.2 Segon any de vida

Durant el segon any de vida, la situació educativa de l'alimentació continua sent clau per a la seguretat i el benestar, però esdevé també una oportunitat privilegiada per afavorir el desenvolupament progressiu de l'autonomia, la corregulació, l'autorregulació, la socialització i la comunicació. En aquest nivell educatiu, l'infant mostra un interès creixent per participar activament en el procés de menjar, explorar els aliments i expressar preferències, i s'ha d'acompanyar aquest procés amb la presència de personal educatiu d'atenció als infants, de manera respectuosa i ajustada. En aquesta etapa, les dinàmiques al voltant del menjar evolucionen progressivament cap a una situació més compartida i col·lectiva, tot mantenint el respecte pels ritmes individuals, considerant l'hora d'arribada de l'infant al centre i les hores que porti sense menjar.

L'organització hauria de facilitar que l'infant pugui manipular els aliments, utilitzar els estris segons les seves capacitats i prendre petites decisions, sense exigències ni expectatives homogeneïtzadores. L'exploració sensorial dels aliments forma part del procés d'aprenentatge i constitueix una experiència necessària per construir una relació positiva amb l'alimentació.

En paral·lel, els professionals educatius acompanyen l'infant en el reconeixement i l'expressió de les sensacions i les emocions que poden emergir durant l'àpat, posant paraules a les vivències i ajudant a regular possibles frustracions, corregulant, alhora que acompanya l'autorregulació de l'infant, que comença a identificar els senyals de gana i sacietat (hormones grelina i leptina) permetent que l'infant decideixi la quantitat a ingerir. El context de l'alimentació esdevé així un espai on l'infant reforça la confiança en les seves pròpies capacitats, desenvolupa progressivament la comunicació verbal i no verbal i comença a interioritzar petites normes de convivència, sempre des del respecte als seus ritmes i necessitats individuals.

S'ha d'afavorir la participació activa dels infants, promoure la iniciativa en l'experiència de l'alimentació, encoratjar-los en l'ús progressiu dels estris d'alimentació (cullera, tassó, etc.), permetre errades, proposar rutines que afavoreixin el desenvolupament de l'autonomia, donar temps per experimentar amb els aliments, textures i sabors, per sostenir la relació i els processos de regulació.



L'alimentació constitueix una oportunitat per fomentar el llenguatge i la comunicació i acompanyar les relacions privilegiades entre infants. S'hauria d'acompanyar verbalment l'acció, posar nom als aliments i promoure les interaccions comunicatives entre els infants, verbalitzant les accions dels companys/es i participant en les accions prèvies a menjar.

L'acompanyament ha de ser respectuós i no invasiu, confiant i donant temps, oferint ajuda només quan sigui necessari i reforçant positivament les seves iniciatives i mostres d'autonomia.

Els infants d'1 a 2 anys requereixen un acompanyament atent, personalitzat i disponible que encoratgi les iniciatives, reconegui les seves accions i les validi, però també ha de permetre les errades. En aquesta etapa, els infants necessiten correcció adulta per aprendre a autorregular-se i respondre a les seves necessitats a mesura que vagin emergint en el context de l'alimentació.

Les zones destinades als àpats dels infants d'un a tres anys han d'estar reservats exclusivament als infants d'aquest grup d'edat durant el temps dels àpats, amb la finalitat de garantir un ambient serè, sense excés de soroll ni de distraccions externes, que afavoreixi l'escolta, la presència, la iniciativa, l'atenció, la conversa, la interacció i el moviment autònom dels infants.

Les taules i les cadires han de tenir unes dimensions adequades a la seva alçada. En el cas dels infants de dos a tres anys, s'han de garantir que puguin seure còmodament i tocar de peus a terra, afavorint una postura adequada, autonomia i participació activa.

La disposició de l'espai ha de permetre que el personal educatiu pugui veure tots els infants a càrrec seu i intervenir amb rapidesa davant qualsevol incidència o situació de risc. Per garantir aquests criteris, es recomana que cada grup reduït estigui acompanyat per un responsable educatiu també assegut a taula, que faciliti l'acompanyament, la supervisió i la seguretat.

La concepció de l'infant com a subjecte competent i progressivament autònom implica prioritzar l'ús d'estrils quotidians i de qualitat, per damunt dels materials exclusivament de plàstic. L'ús de coberts metàl·lics, plats de ceràmica o tassons de vidre, amb l'acompanyament educatiu necessari, afavoreix la confiança en les capacitats dels infants, la responsabilitat i l'autonomia progressiva, alhora que contribueixen a una experiència sensorial i funcional coherent amb la vida quotidiana.

5.3 Tercer any de vida

En el tercer any de vida, el context de l'alimentació es consolida com un temps de convivència, relació social i comunicació entre iguals, sense perdre la seva



dimensió de cura i benestar. En aquest nivell educatiu, es pretén afavorir una participació cada vegada més autònoma i conscient de l'infant mitjançant el respecte a la diversitat de ritmes, preferències i necessitats presents al grup.

L'augment progressiu de l'autonomia dels infants no eximeix de la necessitat d'una supervisió permanent per part del personal educatiu, especialment durant la ingesta d'aliments potencialment susceptibles de provocar ennuegaments o altres incidències.

L'infant amplia les seves competències d'autonomia personal, participant de manera més activa en l'organització de l'alimentació en l'ús dels estris i en petites responsabilitats vinculades a l'àpat, sempre amb el suport i l'acompanyament dels professionals educatius. Alhora, es promou l'autorregulació en la ingesta, el respecte a les sensacions de gana i sacietat i s'eviten pràctiques que interfereixin en la capacitat de l'infant d'escoltar el propi cos.

La planificació dels àpats ha de tenir en compte l'horari d'entrada i les menjades de cada infant per afavorir el seu benestar. El context de l'alimentació també és una oportunitat per afavorir el desenvolupament del llenguatge oral, el diàleg espontani i l'intercanvi amb els companys i companyes, així com per treballar valors de respecte, empatia i cooperació. En aquest sentit, l'educador o mestre té un paper clau en la creació d'un clima tranquil i inclusiu, que permeti que tots els infants se sentin part del grup i puguin participar activament de l'experiència.

Finalment, el moment de l'alimentació contribueix a consolidar una relació positiva i conscient amb el menjar, uns hàbits alimentaris saludables, integrant progressivament valors com la cura dels aliments, el respecte pel propi cos i pels altres, i una primera mirada de responsabilitat envers l'entorn.

En aquest nivell educatiu, els infants han de poder assumir un paper més actiu i autònom en el moment de l'alimentació. L'organització de l'alimentació-hauria d'afavorir la participació dels infants en petites responsabilitats vinculades a la vida quotidiana de l'aula. Els infants han de poder col·laborar en accions senzilles, com ara parar o desparar taula, repartir alguns estris o portar el seu plat o got al lloc corresponent una vegada han acabat.

El personal educatiu hauria de continuar garantint un ambient tranquil i respectuós, promovent hàbits saludables, afavorint la conversa i ajudant els infants en la regulació progressiva del seu comportament a taula. Cal respectar les sensacions de gana i sacietat dels infants, evitant qualsevol pràctica coercitiva relacionada amb la ingesta i promovent una relació positiva amb els aliments.



La convivència amb iguals en el moment de l'àpat constitueix una oportunitat per afavorir el llenguatge, la comunicació i les relacions socials, mitjançant accions com per exemple servir aigua als companys/es o repartir els estris o materials als companys/es. S'hauria d'afavorir el diàleg i la comunicació emparaulant les experiències i promovent l'intercanvi comunicatiu entre iguals.

Els infants de dos a tres anys requereixen un acompanyament atent, personalitzat i disponible, per encoratjar les iniciatives i reconèixer les seves accions, validar-les, esperar, permetre les errades, facilitar la correcció i autorregulació i respondre a les seves necessitats a mesura que vagin emergint en el context de l'alimentació.

6. Educació inclusiva

La inclusió és un principi transversal que ha de guiar totes les actuacions educatives del primer cicle d'educació infantil, incloent-hi les situacions quotidianes d'alimentació. Tots els infants, independentment de les seves característiques personals, ritmes de desenvolupament, capacitats, necessitats de suport, contextos familiars, culturals o socials, tenen dret a participar activament en les experiències d'alimentació en condicions de seguretat, benestar, dignitat i equitat.

L'educació inclusiva implica garantir no només la presència dels infants en els contextos educatius, sinó també la seva participació activa, el sentiment de pertinença al grup, la construcció de vincles afectius segurs i les oportunitats d'aprenentatge i desenvolupament. En aquest sentit, correspon als centres educatius identificar i eliminar les barreres que poden dificultar la participació dels infants i, per tant, l'administració ha de proporcionar els suports personals, materials, organitzatius i comunicatius que siguin necessaris per poder garantir una bona qualitat d'educació inclusiva.

Les situacions d'alimentació constitueixen una oportunitat privilegiada per promoure la inclusió perquè integren dimensions fisiològiques, emocionals, relacionals, socials i educatives. Per aquest motiu, la planificació dels espais, els temps, els materials, les rutines i les formes d'acompanyament hauria de partir d'una mirada flexible i accessible, capaç de donar resposta a la diversitat real present en cada grup.

Els contextos d'alimentació han de dissenyar-se des d'un enfocament inclusiu, accessible i flexible, que permeti identificar les necessitats funcionals de cada infant i oferir els suports necessaris per garantir la participació, la seguretat, el benestar i l'autonomia progressiva. Tots els infants tenen dret a viure els moments d'alimentació com experiències de benestar, relació, aprenentatge i participació. Per aquest motiu, qualsevol adaptació o mesura de suport ha de



tenir com a finalitat facilitar la inclusió de l'infant dins la vida quotidiana del grup, evitant situacions d'exclusió, segregació o estigmatització.

La qualitat de l'atenció inclusiva durant les situacions d'alimentació requereix unes condicions organitzatives que permetin una presència educativa propera, sensible i ajustada a les necessitats dels infants. En conseqüència, el personal educatiu constitueix una condició pedagògica essencial per garantir la seguretat, el benestar, la participació, l'autonomia progressiva i la qualitat de l'acompanyament educatiu, especialment en el cas d'infants amb necessitats específiques de suport, dificultats alimentàries, condicions mèdiques o situacions de vulnerabilitat.

Alguns infants poden presentar necessitats de suport específiques derivades de necessitats educatives, condicions de salut o dificultats funcionals en la participació dels àpats. Aquestes necessitats poden relacionar-se amb aspectes motrius, sensorials, comunicatives, de regulació, entre d'altres; així com per condicions de salut, al·lèrgies i intoleràncies. Durant els primers tres anys de vida, aquestes necessitats poden manifestar-se de formes diverses, alguns infants poden presentar dificultats per regular l'espera o les transicions, comunicar la gana, la sacietat o el malestar, acceptar determinades textures o sabors, mantenir una postura estable, coordinar els moviments necessaris per alimentar-se, utilitzar els estris o deglutir amb seguretat. Altres poden requerir temps addicional, adaptacions dels materials, modificacions de les textures o formes específiques d'acompanyament i comunicació. Les situacions possibles són diverses i han de valorar-se sempre a partir de les necessitats funcionals de cada infant.

En el cas d'infants amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries, el centre ha de garantir un entorn segur, acollidor i respectuós amb les necessitats de salut de cada infant. Les famílies han d'informar l'escola mitjançant l'aportació de les recomanacions pautades pels equips pediàtrics. En el cas concret d'infants amb al·lèrgies alimentàries, l'informe aportat per les famílies haurà d'especificar el tipus d'al·lèrgia, l'aliment desencadenant que s'ha d'evitar i les recomanacions a seguir, així com el tractament d'emergència que s'haurà d'administrar. No s'ha de deixar mai sol un infant que presenti una reacció al·lèrgica.

Tot el personal del centre educatiu (personal docent, no docent, de transport, auxiliars de menjador...) ha de disposar de la informació necessària, tenir identificats aquests infants i conèixer el tipus d'al·lèrgia que presenten i el protocol d'emergència a aplicar en cas que aparegui una reacció al·lèrgica.

En coherència amb el Decret 17/2026, de 19 de juny de 2026, pel qual es regula la prestació dels serveis de menjador escolar i de cafeteria i es modifica el Decret 30/2023, de 22 de maig, pel qual es regula el transport escolar en centres educatius públics i en centres d'educació especial sostinguts amb fons públics de



les Illes Balears i el *Documento de consenso sobre la alimentación saludable y sostenible en el primer ciclo de educación infantil*, els centres educatius amb alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries diagnosticades per especialistes, que, mitjançant el certificat mèdic corresponent, acreditin la impossibilitat d'ingerir determinats aliments perquè perjudiquen la seva salut, han d'elaborar menús especials, adaptats a aquestes al·lèrgies o intoleràncies. S'han de garantir menús alternatius en el cas d'intolerància al gluten.

En el cas dels infants diagnosticats de celiàquia, la família també ha d'informar el centre educatiu, que tindrà en compte els protocols necessaris per garantir la seguretat dins el centre educatiu.

Tant en el cas d'infants amb al·lèrgies com intoleràncies, cal tenir especial cura durant les excursions, aniversaris i altres celebracions. Els centres educatius han de disposar de menús especials per a l'alumnat que ho requereixi per motius ètics o religiosos, o, si s'escau, han de disposar dels mitjans de refrigeració i escalfament adequats perquè es pugui conservar i consumir el menú especial proporcionat per l'entorn familiar.

En tots els casos, correspon al centre educatiu adoptar les mesures necessàries per garantir la participació, la seguretat, el benestar emocional i l'autonomia progressiva dels infants. Aquestes actuacions s'han de desenvolupar en coordinació amb les famílies i, quan sigui necessari, amb els equips especialitzats: l'EAP, equips sanitaris o altres professionals especialitzats.



7. Observació i avaluació en el moment d'alimentació

Les disposicions legals vigents assenyalen l'observació sistemàtica i directa com a principal eina d'avaluació a l'educació infantil. En aquest cicle, l'avaluació té un caràcter global, continu i formatiu, i es fonamenta en la recollida d'informació significativa sobre els processos de desenvolupament, aprenentatge i benestar dels infants en els diferents contextos. Dins d'aquest marc, el context de l'alimentació constitueix una situació privilegiada d'observació, ja que hi conflueixen múltiples processos en un espai ric en experiències educatives que permeten comprendre el desenvolupament global de l'infant.

Entenem l'observació amb una triple finalitat: en primer lloc, conèixer l'alumnat i identificar les seves necessitats, els interessos, les potencialitats i les formes particulars de relacionar-se amb l'alimentació; en segon lloc, avaluar el procés d'ensenyament-aprenentatge dels infants i el desenvolupament que es produeixi durant els àpats i, en darrer lloc, reflexionar i autoavaluar sobre la pràctica educativa amb la finalitat d'ajustar-la, enriquir-la i millorar-la.

Per dissenyar una observació sistemàtica que permeti comprendre el context de l'alimentació, és recomanable prendre decisions conjuntes i compartides dins l'equip docent en relació amb tres qüestions: què s'observarà, com s'observarà i qui observarà. Com més clara sigui la finalitat de l'observació, més senzill resultarà atendre els detalls significatius i seleccionar la informació rellevant.

Pel que fa a *què s'observarà*, convé delimitar amb claredat l'aspecte que es vol observar, sempre en relació amb els objectius, les competències, els criteris d'avaluació i els sabers bàsics establerts pel currículum vigent i concretats pel centre educatiu en el marc de les situacions d'alimentació i el mateix context. En aquest sentit, l'observació pot incloure, entre d'altres, aspectes com el benestar físic i emocional de l'infant, les estratègies d'autorregulació i correulació, el desenvolupament de l'autonomia en el moment de l'àpat, la seva relació amb el menjar o les competències comunicatives i socials que es posen en joc en la interacció amb l'adult i amb el grup. Acotar el focus d'observació és fonamental, ja que les observacions massa àmplies poden conduir a interpretacions poc precises i dificultar l'ús pedagògic de la informació recollida.

Com s'observarà implica decidir quins instruments d'observació són els més adequats. En aquest cas, es poden emprar registres anecdòtics, notes de camp, registres narratius, taules d'observació o diaris, entre d'altres. En aquest sentit, resulta útil disposar de registres consensuats que orientin i acotin l'observació. Aquestes eines haurien d'estar sempre ajustades a la realitat de cada centre i a l'enfocament pedagògic des del qual s'acompanya la infància.



Una altra decisió rellevant és *qui durà a terme l'observació*. En alguns casos, pot ser el mateix educador o mestre del grup, tot i que també pot participar-hi un altre membre de l'equip educatiu per tal d'aportar una mirada diferent. Quan intervenen diferents observadors, és recomanable compartir prèviament el sentit de l'observació i els aspectes en què es focalitzarà la mirada, amb la finalitat d'afavorir una major coherència en la recollida d'informació.

Quan es detectin situacions que generin preocupació, el centre ha d'establir canals de comunicació i col·laboració amb les famílies i, si escau, amb els serveis educatius, sanitaris o socials corresponents, amb la finalitat de garantir una resposta coordinada i ajustada a les necessitats de l'infant.

La detecció precoç s'ha d'entendre com un procés d'acompanyament i suport que permet identificar necessitats i activar recursos, evitant interpretacions precipitades o etiquetats innecessaris. En tot cas, l'avaluació s'entendrà com a part del procés educatiu, amb caràcter continu, global i formatiu, d'acord amb el currículum vigent.

8. Àmbit de salut

8.1 Criteris nutricionals

8.1.1 Lactància materna

Durant el primer any de vida, la llet materna —o, si no és possible o no es desitja alletar, les fórmules per a lactants— han de ser l'aliment principal del nadó i la seva font bàsica d'energia i nutrients. Per aquest motiu, a les escoles infantils, s'ha de continuar garantint una aportació prioritària de llet, també més enllà dels 6 mesos.

Aquests centres han de facilitar i afavorir la continuïtat de la lactància materna, ja sigui permetent que la mare vingui personalment a donar el pit, o bé oferint les condicions necessàries per conservar i administrar la llet que ella hagi extret prèviament si no pot desplaçar-se.

És fonamenta crear un clima de confiança mutu amb les famílies que hagin optat per aquest tipus d'alimentació amb els seus lactants; per aquest motiu, es recomana que el personal de les escoles infantils hagi rebut una formació prèvia. En aquest sentit, és fonamental l'adequada coordinació entre les conselleries competents en matèria d'educació i de salut.

En el *Documento de consenso sobre la alimentación saludable y sostenible en el primer ciclo de educación infantil* es troben els aspectes clau a tenir en compte als centres educatius de 0 a 3 anys.

8.1.2 Alimentació complementària (vegeu l'annex 2)



L'alimentació complementària (AC) s'entén com el procés mitjançant el qual s'ofereixen a l'infant aliments sòlids o líquids diferents de la llet materna o de les fórmules per a lactants, amb la finalitat de complementar-los, però no de substituir-los.

Segons l'OMS, l'oferta d'aliments complementaris ha de ser segura, adequada des del punt de vista nutricional i introduïda a partir dels 6 mesos d'edat, i es recomana mantenir la lactància materna fins als 2 anys o més.

L'ordre d'incorporació dels diversos aliments no és especialment rellevant i, actualment, no hi ha cap justificació científica per retardar la introducció de cap aliment, ni tampoc dels potencialment al·lèrgics ni dels que contenen gluten. Així i tot, és recomanable prioritzar aquells aliments rics en ferro i zinc.

Cal garantir que la preparació dels aliments s'adapti a l'edat i al desenvolupament de l'infant. La textura i la consistència s'han d'ajustar progressivament a cada etapa, evitant prolongar innecessàriament l'ús d'aliments triturats. És important evitar els aliments sencers i crus que presentin un risc elevat d'ennuegament.

L'oferta d'aliments i begudes dels centres educatius del primer cicle d'educació infantil (1-3 anys) es basarà preferentment en productes frescos, de temporada i procedents de canals curts de distribució. Entre aquests, hi haurà hortalisses, llegums, cereals, fruites, fruita seca i oli d'oliva, propis de la dieta mediterrània. Aquesta alimentació també inclourà un consum moderat de proteïnes d'origen animal, com ara peix, ous, lactis i carn (preferentment pollastre i conill).

Els àpats servits als centres hauran de ser equilibrats, adaptats a les necessitats nutricionals dels infants d'aquest grup d'edat i supervisats per professionals amb formació en nutrició i dietètica. Quant a les freqüències recomanades al dinar, així com altres aspectes a tenir en compte, se seguiran les recomanacions del *Documento de consenso sobre la alimentación saludable y sostenible en el primer ciclo de educación infantil*.



9. Bibliografia de referència

- AUCOUTURIER, B. *Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz*. Barcelona: Graó, 2004.
- BELZA, H., HERRÁN, E., & ANGUERA, M. T. *Keys to Responsive Feeding in Early Education: Systematic Observation of Pikler-Lóczy's Educators' Behaviour During Breakfast*. International Journal of Early Childhood, 56, 605-623. <<https://doi.org/10.1007/s13158-023-00366-x>>
- BOOTH, T., & AINSCOW, M. *Guía para la educación inclusiva. Desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros escolares* (3.ª ed.). Madrid: FUHEM, 2015.
- BOWLBY, J. *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós, 2009. (Obra original publicada el 1988).
- CATHERINE L'ECUYER. *Educación en el 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. *School, family, and community partnerships: Your handbook for action*. Corwin, 2018.
- FOMASI, I; TRAVAGLINI, P.J *Cuidados corporales de acuerdo con los principios Pikler*, 2016.
- GOIB. *El model pedagògic dels Equips d'Atenció Primerenca de les Illes Balears*. Palma, 2021.
- GUERRERO, R. *Educación emocional y apego*. Cúpula, 2018.
- HERNÁNDEZ, N., & OROPESA, R. L'infant competent, una mirada de confiança. *Infància: Educar de 0 a 6 Anys*, (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.
- GENERALITAT DE CATALUNYA. CONSELL ASSESSOR PER AL DESENVOLUPAMENT SOSTENIBLE. *Mengem Futur. Per un sistema alimentari productiu, sostenible, resilient, saludable, responsable i d'accés universal a Catalunya* <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 de l'infant*. <<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., & MCISAAC, J.-L. *CELEBRATE Feeding: A Responsive Approach to Food and Feeding*



in Early Learning Settings. Canadian Journal of Dietetic Practice and Research. 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.



ANNEXOS

Annex 1.

Normativa relacionada amb l'alimentació

- Llei orgànica 2/2006, de 3 de maig, d'educació. (BOE núm. 106, de 4 de maig de 2006).
- Llei orgànica 3/2020, de 29 de desembre, per la qual es modifica la Llei orgànica 2/2006, de 3 de maig, d'educació (BOE núm. 340, de 30 de desembre de 2020).
- Llei 8/2018, de 31 de juliol, de suport a les famílies (BOE núm. 236, de 29 de setembre de 2018).
- Llei 9/2019, de 19 de febrer, de l'atenció i els drets de la infància i l'adolescència de les Illes Balears (BOIB núm. 26, de 28 de febrer de 2019).
- Llei orgànica 8/2021, de 4 de juny, de protecció integral a la infància i a l'adolescència davant la violència (BOE» núm. 134, de 5 de juny de 2021).
- Llei 1/2022, de 8 de març, d'educació de les Illes Balears (BOIB núm. 38, de 17 de març de 2022).
- Real Decret 1394/2007, de 29 d'octubre, pel qual s'estableix el títol de Tècnic Superior en Educació infantil i se'n fixen les ensenyances mínimes (BOE núm. 282, de 24 de novembre de 2007).
- Decret 39/2011, de 29 d'abril, pel qual es regula l'atenció a la diversitat i l'orientació educativa als centres educatius no universitaris sostinguts amb fons públics (BOIB núm. 67, de 5 de maig de 2011).
- Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears (BOIB núm. 67 de 18 de maig de 2019)
- Decret 23/2020, de 31 de juliol, pel qual s'aprova el Text Consolidat del Decret pel qual s'estableixen els requisits mínims dels centres de primer cicle d'educació infantil (BOIB núm. 135, d'1 d'agost de 2020).
- Decret 40/2025, d'1 d'agost, pel qual s'estableix l'ordenació i el currículum de l'educació infantil a les Illes Balears (BOIB núm. 102, de 2 d'agost de 2025).
- Decret 17/2026, de 19 de juny de 2026, pel qual es regula la prestació dels serveis de menjador escolar i de cafeteria i es modifica el Decret 30/2023, de 22 de maig, pel qual es regula el transport escolar en centres educatius públics i en centres d'educació especial sostinguts amb fons públics de les Illes Balears (BOIB núm. 78, de 20 de juny de 2026).

Documentació de referència bàsica:

- 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.*



Annex 2. Freqüències recomanades

Primers plats:

- Hortalisses: d'una a dues racions per setmana,
- Llegums: d'una a dues racions per setmana,
- Arròs: una ració per setmana,
- Pasta: una ració per setmana.

Segons plats:

- Peixos: d'una a tres racions per setmana,
- Ous: d'una a dues racions per setmana,
- Carns: màxim tres racions per setmana. Màxim una ració de carn vermella a la setmana. Màxim dues racions de carn processada al mes,
- Plats basats en aliments que aportin proteïna d'origen vegetal: d'una a cinc racions per setmana. En aquells centres educatius que ofereixin un menú vegetarià, els cinc segons plats es basaran en aliments que aportin exclusivament proteïna vegetal.

Guarnicions:

- Amanides variades: de tres a quatre racions per setmana,
- Altres guarnicions (patates, hortalisses, llegums): d'una a dues racions per setmana. Màxim una ració de patates per setmana.

Postres:

- Fruïtes fresques: de quatre a cinc racions per setmana,
- Altres postres, preferentment iogurt i quallada sense sucre afegit i formatge fresc: màxim una vegada per setmana.

Cal tenir en compte les necessitats especials de l'alumnat per motius de salut (al·lèrgies o intoleràncies alimentàries o altres malalties que així ho requereixin), així com per motius ètics o religiosos.

Altres recomanacions

- Emprar oli d'oliva verge o verge extra per amanir i, per cuinar, emprar preferentment oli d'oliva o oli de gira-sol alt oleic.
- Emprar poca sal i, quan s'empri, que sigui sal iodada. Com a orientació, la quantitat màxima de sal (parlem de sal afegida i de la present en els aliments) per a infants d'entre 1 i 3 anys és de 2 grams al dia (0,8 grams de sodi). Una culleradeta de cafè rasa equival a 2 grams de sal.
- Prioritzar les tècniques culinàries més saludables com forn, vapor, bullit, planxa, sofregits i salses de tomàquet, davant d'altres com ara fregits, arrebossats i preparacions amb altres salses.
- Oferir la fruita tallada en lloc de fer-ho en suc.
- Garantir que la beguda que s'ofereixi sigui sempre aigua.



- Triar les versions integrals de pa, pasta, arròs i altres cereals per aportar una major quantitat de fibra.
- Evitar el consum de peixos amb un alt contingut en mercuri, i afavorir el consum d'espècies de proximitat i pesca sostenible.
- Consumir arròs blanc fins als 3 anys d'edat per minimitzar el risc associat al contingut elevat d'arsènic inorgànic de l'arròs integral, a la llum del nou valor de seguretat de 0,6 µg per kg de pes corporal establert per l'EFSA el 2024. Així mateix, s'ha d'evitar el consum de begudes d'arròs per la presència d'arsènic, així com evitar el consum diari de coquetes d'arròs.
- Evitar, en aquest període d'edat, un consum d'espínacs i bledes superior a 45 g/dia pel seu alt contingut en nitrats.
- Excloure les fruites seques senceres a causa de l'ennuegament, es poden oferir moltes o en crema.
- Evitar també aquells aliments que, per la seva consistència o mida, puguin suposar un risc d'ennuegament (tomàquets cirerol, olives, raïm sencer, cireres, trossos grans de poma o pastanaga...).
- Prescindir d'aliments «especials» dissenyats per a aquestes edats (iogurts infantils, potets comercials...).



Annex 3. Programa alerta escolar

El programa Alerta Escolar Balear té com a objectiu facilitar l'atenció immediata i eficient als alumnes escolaritzats amb patologies cròniques que poden requerir una atenció sanitària durant la jornada escolar o que, a causa de la seva patologia, pot donar-se una situació d'emergència de risc vital.

Normativa

- **Llei orgànica 10/1995, de 23 de novembre, amb l'article 195 del Codi penal**, estableix com a delictes l'incompliment de l'obligació de totes les persones de socórrer una persona que estigui desemparada i en perill manifest i greu, quan pugui fer-ho sense risc propi ni de tercers. La no actuació deriva en responsabilitats civils i penals, que recauen de forma solidària tant sobre la persona que, havent pogut actuar, no ho ha fet, com sobre el centre com a institució.
- **Llei orgànica 1/1996 de Protecció Jurídica del Menor**
Article 11: obliga tots els poders públics (inclosos centres educatius) a protegir la vida, integritat i salut dels menors.
Article 13: estableix el deure de qualsevol persona (inclòs professorat) d'actuar i comunicar situacions de risc.
Això implica que no actuar davant una urgència mèdica pot ser il·legal.

Les malalties que s'inclouen dins el Programa d'Alerta escolar són:

PATOLOGIA	S'INCLOUEN DINS ALERTA ESCOLAR
 Cardiopatia congènita	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.
 Epilèpsia	Epilèpsia en tots els seus diagnòstics, i convulsions, que poden ser febrils o no.
 Asma	Asma persistent moderada o greu.
 Diabetis	Diabetis tipus I juvenil, en tots els seus diagnòstics.
 Anafilaxi (al·lèrgia alimentària, al làtex i picades)	-Reaccions anafilàctiques amb símptomes cardiovasculars i respiratoris previs amb aliments, làtex i/o picades d'insectes. -Anafilaxi induïda per l'exercici i anafilaxi idiopàtica.

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

Situacions d'emergència relacionades amb el menjar

(https://www.caib.es/sites/diversitat/ca/protocol_de_primers_auxilis/)

1. Obstrucció de la via aèria. Ennuegament (annex 2)
2. Anafilaxi: reacció al·lèrgica greu. (annex 3)