

**Proyecto:** *Nutrición en el niño sano. Guía de Recomendaciones Prácticas en Enfermería*

#### **A. Datos de la organización solicitante**

Fundación Instituto Español de Investigación Enfermera

#### **B. Modalidad del premio al que concurre**

**Premio Estrategia NAOS a la promoción de la alimentación saludable en el ámbito familiar y comunitario**

Por ser un recurso técnico creado para profesionales sanitarios con impacto directo en la alimentación infantil y la prevención de la obesidad.

#### **C. Descripción del proyecto**

##### **1. Título del proyecto**

**Nutrición en el niño sano. Guía de Recomendaciones Prácticas en Enfermería**

##### **2. Datos identificativos de la persona que lo presenta**

**Coordinadora: M<sup>a</sup> Guadalupe Fontán Vinagre**

##### **3. Datos de la institución**

Consejo General de Enfermería de España

##### **4. Resumen del proyecto (versión ampliada y enriquecida)**

El proyecto *“Nutrición en el niño sano. Guía de Recomendaciones Prácticas en Enfermería”* surge como respuesta a la creciente necesidad de disponer de herramientas basadas en evidencia científica que permitan a las enfermeras abordar de manera eficaz la educación nutricional durante el seguimiento del niño sano. Esta necesidad se fundamenta en la tendencia ascendente del sobrepeso y la obesidad infantil en España, donde los datos del estudio ALADINO (AESAN, 2022) confirman que uno de cada tres niños presenta exceso de peso, convirtiendo esta problemática en un reto de salud pública prioritario. En este contexto, las enfermeras desempeñan un papel clave como agentes de salud con contacto continuado y directo con las familias durante los primeros años de vida, etapa

crítica para la adquisición de hábitos alimentarios que tendrán repercusión a largo plazo.

La guía nace de la observación de una realidad común en la práctica clínica: la variabilidad en las recomendaciones sobre lactancia, alimentación complementaria, ingestas recomendadas, elección de alimentos o pautas conductuales. Esta variabilidad se relaciona con múltiples factores: diferencias en la formación previa, falta de actualización sistemática, limitaciones de tiempo en consulta o dificultad para integrar los abundantes avances científicos publicados en los últimos años. La presente guía ofrece una respuesta estructurada y homogénea a estas necesidades, actuando como documento de consulta rápida y fiable para estandarizar intervenciones en salud infantil.

El objetivo de este proyecto es proporcionar una herramienta que permita mejorar la calidad del consejo nutricional enfermero, facilitar una práctica clínica basada en evidencia y promover intervenciones preventivas que contribuyan a frenar el avance de la obesidad infantil. La guía recoge recomendaciones científicas actualizadas procedentes de organismos como la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Asociación Española de Pediatría (AEP), el Panel Europeo de Nutrición de EFSA. Integrar estos estándares en un único documento práctico ofrece un recurso accesible y claro para su utilización en consultas, talleres grupales, sesiones educativas y actividades comunitarias.

La metodología empleada se ha basado en una revisión narrativa sistematizada de la literatura, con especial atención a publicaciones de los últimos diez años, documentos de consenso, guías clínicas nacionales e internacionales y estudios epidemiológicos. Este análisis ha permitido elaborar un contenido riguroso, actualizado y estructurado por etapas evolutivas, desde el nacimiento hasta la adolescencia. La guía aborda aspectos clave como la promoción de la lactancia materna, la utilización segura y apropiada de fórmulas infantiles, la introducción de la alimentación complementaria, el fomento de un patrón dietético saludable durante la etapa escolar, las necesidades nutricionales en la adolescencia y la educación en estilos de vida saludables, incluyendo la promoción de actividad física y la reducción del sedentarismo.

Además de su fundamentación científica, el proyecto incorpora un enfoque clínico y práctico. Cada capítulo está diseñado para resolver dudas frecuentes de las familias, ofreciendo pautas claras, alimentación complementaria, déficits y excesos nutricionales o alergias e intolerancias, señales de alerta, recomendaciones por edades y orientaciones para prevenir conductas alimentarias problemáticas. La guía también incide en aspectos psicoeducativos y sociales: el establecimiento de rutinas alrededor de la mesa, la importancia del entorno familiar, la prevención de prácticas coercitivas, la autonomía del niño en la

alimentación y el acompañamiento respetuoso, en línea con los nuevos modelos de alimentación perceptiva.

Los resultados esperados incluyen:

- Homogeneización del consejo nutricional enfermero, reduciendo la variabilidad de la práctica clínica.
- Mejora de la calidad de la información transmitida a las familias, favoreciendo decisiones saludables basadas en evidencia.
- Incremento de la confianza profesional al disponer de un recurso actualizado en un ámbito con alta demanda de información.
- Impacto positivo en los indicadores de salud infantil, contribuyendo a la prevención del sobrepeso y la obesidad.
- Mayor integración de la guía en actividades comunitarias, como talleres de alimentación, escuelas de familias o programas de promoción de la salud en centros educativos.

Este proyecto se alinea plenamente con los objetivos de la Estrategia NAOS, especialmente en lo referente a la promoción de la alimentación saludable desde las primeras etapas de la vida y la prevención del exceso de peso infantil. La guía constituye un instrumento práctico para reforzar las intervenciones sanitarias basadas en evidencia y para impulsar acciones educativas coherentes con las recomendaciones nacionales. Además, su formato accesible permite su actualización periódica, garantizando así su continuidad y sostenibilidad a lo largo del tiempo.

En síntesis, la guía representa una contribución útil, rigurosa y necesaria para mejorar la educación nutricional en el ámbito sanitario, fortalecer las competencias profesionales de Enfermería y promover hábitos de vida saludables en la población infantil, impactando directamente en la salud pública presente y futura.

##### **5. Objetivos, material y métodos utilizados para su desarrollo.**

El desarrollo de la guía *“Nutrición en el niño sano. Recomendaciones prácticas en Enfermería”* se planteó con el objetivo general de ofrecer a las enfermeras una herramienta clara, actualizada y basada en la evidencia científica que permitiera mejorar el consejo nutricional durante las distintas etapas de la infancia. Para ello, se estableció como propósito fundamental unificar criterios, reforzar la educación para la salud y dotar a los profesionales de un documento práctico que respondiera a las necesidades reales que se presentan en la consulta del niño sano.

En cuanto a los objetivos específicos, se buscó sintetizar la información procedente de guías clínicas nacionales e internacionales, estandarizar las recomendaciones más relevantes y facilitar al profesional una referencia fiable que apoyara la toma de decisiones en la atención diaria. También se consideró prioritario promover la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil, así como ofrecer contenidos que ayudaran a detectar precozmente situaciones de riesgo nutricional o dificultades relacionadas con la alimentación.

Para la elaboración del documento se utilizaron materiales procedentes de fuentes científicas reconocidas, como las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, la Asociación Española de Pediatría, el panel de expertos de EFSA y otros organismos de referencia en nutrición y salud infantil. Se revisaron estudios recientes, consensos clínicos y documentos de práctica asistencial que permitieron actualizar los contenidos y garantizar su validez científica. Además, se consultaron publicaciones específicas sobre lactancia materna, alimentación complementaria, requerimientos nutricionales en la primera infancia, alergias alimentarias y promoción de hábitos saludables, lo que permitió estructurar la guía en torno a las necesidades más frecuentes de la práctica enfermera.

La metodología empleada combinó la revisión sistematizada de la literatura con la síntesis de información relevante para su aplicación clínica. Se identificaron los temas prioritarios, se organizaron los contenidos por etapas del desarrollo infantil y se elaboraron textos claros y funcionales que pudieran utilizarse fácilmente en consulta. Posteriormente, los contenidos fueron revisados y contrastados con la experiencia profesional del equipo, garantizando que las recomendaciones fueran tanto científicamente correctas como realistas y aplicables en la práctica diaria.

El proceso metodológico culminó con la redacción definitiva de la guía, procurando mantener una estructura homogénea y un lenguaje accesible que facilitara su comprensión tanto por los profesionales como por las familias. Esta forma de trabajo asegura que la guía sea un recurso útil, actualizado y alineado con los principios de promoción de la salud, educación sanitaria y prevención de problemas nutricionales en la infancia.

## **6. Identificación de las actuaciones realizadas**

El desarrollo de la guía “Nutrición en el niño sano. Recomendaciones prácticas en Enfermería” se llevó a cabo mediante un proceso de revisión y síntesis de información científica centrado en cinco áreas fundamentales: lactancia materna, alimentación complementaria, dieta del niño a partir del año, alergias e intolerancias y hábitos saludables. Estas áreas representan los principales contenidos que estructuran el documento y reflejan las necesidades detectadas en la práctica enfermera con población infantil.

En relación con la lactancia materna, se revisaron las recomendaciones oficiales y la evidencia más actualizada para elaborar un apartado que recoge sus beneficios, el papel de la enfermería en el apoyo a las madres y los aspectos básicos sobre manejo y seguimiento en los primeros meses de vida.

Para la alimentación complementaria, se analizaron las principales guías clínicas y documentos de consenso a fin de sintetizar las recomendaciones sobre el inicio, progresión y características de los alimentos adecuados en esta etapa, así como los aspectos prácticos relacionados con la transición desde la lactancia hacia una dieta diversificada.

En cuanto a la dieta del niño a partir del año, se seleccionó información relevante sobre los requerimientos nutricionales en la primera infancia y los principales desequilibrios dietéticos observados en esta población. Se elaboró un contenido centrado en los grupos de alimentos, los patrones dietéticos recomendados y los déficits y excesos nutricionales más frecuentes, con el objetivo de orientar la valoración enfermera y la educación a las familias.

Respecto a las alergias e intolerancias alimentarias, se revisaron los criterios diagnósticos y las recomendaciones de manejo básico dentro del ámbito enfermero, incorporando información esencial sobre los alérgenos más frecuentes, las manifestaciones iniciales y el papel de la enfermería en la detección precoz y en la educación sanitaria a las familias.

Finalmente, el bloque de hábitos saludables se elaboró a partir de la evidencia sobre estilo de vida en la infancia, destacando aspectos como la importancia de una alimentación variada, la organización de rutinas familiares, el papel del entorno a la hora de promover relaciones positivas con la comida y los principios básicos de educación para la salud en esta etapa.

Estas actuaciones permitieron estructurar una guía coherente, actualizada y útil para los profesionales de Enfermería, centrada en los contenidos esenciales que se abordan en la consulta del niño sano y orientada a promover una alimentación adecuada, prevenir problemas nutricionales y apoyar a las familias en el proceso de crecimiento de sus hijos. La guía se elaboró procurando mantener un enfoque práctico, claro y adaptado a las necesidades reales del ámbito sanitario.

## **7. Implicación y sinergias de los diferentes sectores implicados**

La elaboración de la guía *“Nutrición en el niño sano. Recomendaciones prácticas en Enfermería”* ha sido posible gracias a la interacción de distintos ámbitos profesionales e institucionales comprometidos con la mejora de la salud infantil y con el desarrollo de la práctica enfermera basada en evidencia. Aunque el documento nace del trabajo clínico y formativo realizado en la consulta de enfermería, su contenido se fundamenta en la colaboración y alineación con

entidades que desempeñan un papel esencial en la investigación, el asesoramiento, la divulgación científica y la promoción de la salud.

En el ámbito clínico, se ha mantenido una coherencia constante con las recomendaciones pediátricas, garantizando que las orientaciones nutricionales se ajusten a los criterios empleados en el seguimiento del niño sano. Esta coordinación permite que la guía se integre de forma natural en la práctica asistencial habitual, promoviendo una intervención unificada entre enfermería y medicina.

Asimismo, se ha incorporado la perspectiva de la Asociación Española de Enfermeras de Nutrición y Dietética (ADENYD), cuya trayectoria en el ámbito de la nutrición enfermera ha servido como referencia conceptual. ADENYD aporta un marco profesional centrado en la formación especializada, el rol educativo de la enfermería y la necesidad de utilizar herramientas fundamentadas científicamente, principios que están presentes a lo largo de todo el documento.

El proyecto también se enmarca en la línea de trabajo del Instituto Español de Investigación Enfermera, que impulsa la producción de conocimiento y la investigación aplicada en cuidados. Su enfoque metodológico contribuye a que la guía esté construida desde el rigor científico, integrando criterios de calidad, revisión de evidencia y claridad estructural para facilitar su utilización por parte de profesionales.

Dentro del propio Instituto, la Unidad de Cultura Científica y de la Innovación (UCC+i) desempeña un papel fundamental en la divulgación del conocimiento enfermero y en la transferencia de resultados hacia la sociedad. Su participación garantiza que el contenido de la guía pueda difundirse de manera accesible, comprensible y adaptada a distintos públicos, facilitando su llegada no solo a profesionales sanitarios, sino también a familias, centros educativos y entidades comunitarias. La labor divulgativa de esta unidad refuerza la función de la guía como herramienta de educación para la salud más allá del ámbito clínico.

El Consejo General de Enfermería (CGE) actúa como organismo de referencia que promueve la excelencia profesional, la actualización de competencias y la publicación de recursos útiles para la práctica. Su apoyo institucional favorece la integración de la guía dentro de un marco más amplio de iniciativas destinadas a mejorar la salud infantil y a fortalecer el papel de la enfermería en la educación nutricional. El CGE forma parte del Observatorio de la Nutrición y de la Obesidad desde 2013, contando además con una vocalía específica en nutrición, lo que refuerza su compromiso con la salud pública, la educación sanitaria y la mejora de la calidad de vida de la población.

Finalmente, la guía reconoce la importancia del entorno familiar y comunitario como agentes esenciales en la adopción de hábitos saludables. La claridad del lenguaje y la estructura de los contenidos buscan facilitar la comunicación entre profesionales y familias, promoviendo decisiones informadas que contribuyan al bienestar del niño.

En conjunto, todas estas sinergias (clínicas, profesionales, institucionales y comunitarias) refuerzan la calidad, la utilidad y el impacto potencial de la guía, consolidándola como un recurso sólido para la promoción de una alimentación saludable en la infancia.

### **8. Perspectiva de género y equidad.**

La guía *“Nutrición en el niño sano. Recomendaciones prácticas en Enfermería”* integra la perspectiva de género y equidad de manera transversal, reconociendo que la salud infantil está influida por múltiples determinantes sociales y que las desigualdades de género pueden afectar tanto a la práctica profesional como a la experiencia de las familias. Desde su elaboración, la guía asume la importancia de promover una atención inclusiva, equitativa y sensible a las realidades diversas de los cuidadores.

Un aspecto especialmente relevante es que la guía ha sido desarrollada por un equipo de mujeres científicas enfermeras, cuya aportación ha sido fundamental en el diseño, la revisión metodológica y la elaboración de los contenidos. La presencia de mujeres liderando este trabajo refleja la fortaleza del colectivo enfermero en la producción de conocimiento científico y evidencia la contribución femenina en ámbitos tradicionalmente invisibilizados. Este liderazgo contribuye a reducir brechas históricas en la autoría científica y refuerza el papel de la mujer en la investigación y divulgación de la salud infantil.

En cuanto al contenido, la guía utiliza un lenguaje inclusivo y no sexista, evitando atribuir responsabilidades de cuidado exclusivamente a las mujeres. El documento reconoce que la crianza y la alimentación infantil pueden ser asumidas por padres, madres, parejas diversas, abuelos u otros cuidadores, promoviendo la corresponsabilidad y evitando reforzar estereotipos de género en tareas tradicionalmente asociadas a la mujer.

La guía también está diseñada teniendo en cuenta la equidad social, ya que las familias cuentan con recursos económicos, culturales y educativos muy diferentes. Por ello, las recomendaciones se formulan de manera accesible, clara y adaptable a una amplia variedad de realidades, lo que permite que las orientaciones puedan ser aplicadas tanto por familias con mayor disponibilidad de recursos como por aquellas que se encuentran en situaciones más vulnerables. Este enfoque busca reducir desigualdades en salud, uno de los objetivos clave de la Estrategia NAOS.

Asimismo, se reconoce que las desigualdades en alfabetización sanitaria afectan especialmente a mujeres cuidadoras en determinados contextos socioeconómicos, por lo que se presta especial atención a la claridad del lenguaje y a la utilidad práctica de la información. El diseño accesible de la guía facilita su uso como herramienta educativa en consulta y en entornos comunitarios, lo que contribuye a disminuir barreras de acceso a información fiable.

Del mismo modo, la guía contempla la diversidad de modelos familiares actuales, evitando juicios o recomendaciones que puedan resultar excluyentes. Esta sensibilidad hacia las distintas formas de organización familiar favorece que la guía pueda adaptarse a cada contexto, garantizando que las recomendaciones nutricionales y de hábitos saludables puedan aplicarse sin reproducir desigualdades o sesgos de género.

Por último, el enfoque enfermero garantiza una atención centrada en la persona y en su contexto, permitiendo al profesional adaptar las recomendaciones nutricionales no solo a la edad del niño, sino también a las características propias de cada familia. Ello facilita un acompañamiento respetuoso, equitativo y orientado a reducir desigualdades desde los primeros años de vida.

En conjunto, la guía contribuye a una intervención sanitaria más justa e inclusiva, fortalece el liderazgo de las mujeres en la producción científica enfermera y promueve la equidad en alimentación y salud infantil, en consonancia con los principios de la Estrategia NAOS.

### **9. Evaluación de proceso y de resultados: metodología, indicadores e impacto sobre la salud de la población diana**

La evaluación del proyecto *“Nutrición en el niño sano. Recomendaciones prácticas en Enfermería”* se plantea como un proceso continuo que permite valorar su utilidad, su implementación en la práctica clínica y su impacto sobre la salud infantil. La guía ha sido concebida no solo como un documento de consulta, sino como una herramienta capaz de mejorar la calidad de la educación sanitaria ofrecida en la consulta del niño sano y de contribuir a la prevención de problemas nutricionales en la infancia.

En primer lugar, la evaluación del proceso se centra en analizar el grado de integración de la guía en la práctica enfermera. Esto incluye observar cómo los profesionales utilizan el documento durante las consultas, identificar qué capítulos resultan más útiles en la orientación a las familias y valorar la facilidad con la que se incorpora a la dinámica de las revisiones del niño sano. La utilización de la guía en situaciones reales permite detectar puntos fuertes, posibles necesidades de ajuste y oportunidades de mejora en su contenido o formato.

La guía se ha utilizado de forma preliminar en consultas de atención primaria, lo que ha permitido valorar su aplicabilidad práctica. Los profesionales destacan que disponer de un recurso estructurado facilita la transmisión de información clave sobre lactancia materna, alimentación complementaria, dieta durante la primera infancia, alergias e intolerancias y hábitos saludables. Esta claridad en la información contribuye a una mayor seguridad en la intervención enfermera y a una reducción de la variabilidad en el consejo nutricional.

En cuanto a la evaluación de resultados, se plantea analizar los cambios observados en la comprensión y comportamiento de las familias respecto a la alimentación infantil. La guía ofrece orientaciones claras y basadas en evidencia, lo que facilita que los cuidadores adopten prácticas más saludables, comprendan mejor las necesidades nutricionales del niño y desarrollen mayor autonomía para tomar decisiones adecuadas. Se considera especialmente relevante evaluar la percepción de las familias sobre la utilidad de la información recibida y sobre la facilidad para aplicarla en su vida cotidiana.

Desde un punto de vista sanitario, el impacto esperado se relaciona con la mejora de la calidad de la alimentación infantil y con la prevención de problemas nutricionales frecuentes, tanto por déficit como por exceso. Al ofrecer recomendaciones coherentes, accesibles y adaptadas a cada etapa del desarrollo, la guía contribuye a fomentar una alimentación variada y equilibrada, a reducir el consumo de productos no recomendados y a favorecer la adquisición temprana de hábitos saludables. Esto repercute de forma directa en la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil, uno de los objetivos prioritarios de la Estrategia NAOS.

La guía también puede servir como herramienta para facilitar la detección precoz de situaciones de riesgo, ya que permite al profesional identificar con mayor claridad desviaciones en los hábitos alimentarios, dificultades en la transición entre etapas, conductas alimentarias problemáticas o signos compatibles con alergias e intolerancias. Esta detección temprana facilita la intervención oportuna y, cuando es necesario, la derivación a otros profesionales, mejorando así la calidad asistencial.

Por último, la evaluación deberá contemplar el potencial de la guía para integrarse en actividades comunitarias y educativas, dado que su diseño favorece la divulgación en talleres, escuelas infantiles y programas de promoción de la salud. La participación de la Unidad de Cultura Científica del Instituto Español de Investigación Enfermera también amplía las posibilidades de difusión, contribuyendo a que la guía llegue a un público más amplio y reforzando su impacto social.

En conjunto, la evaluación del proceso, de los resultados y del impacto evidencia que la guía es una herramienta útil y sólida para la mejora de la salud nutricional

infantil y para el fortalecimiento del papel de la enfermería en la promoción de estilos de vida saludables desde las primeras etapas de la vida.

### **10. Continuidad y sostenibilidad del proyecto prevista para los próximos años, y financiación económica disponible**

La guía “*Nutrición en el niño sano. Recomendaciones prácticas en Enfermería*” ha sido concebida como un proyecto sostenible en el tiempo, con capacidad de actualización, ampliación y adaptación a las nuevas necesidades tanto del ámbito sanitario como del contexto social. Su continuidad está garantizada por la implicación de las instituciones que participan en su desarrollo y por el compromiso de los profesionales que la han elaborado.

En primer lugar, la guía tiene un carácter dinámico, lo que permite su revisión periódica conforme se publiquen nuevas evidencias científicas y recomendaciones oficiales en materia de nutrición infantil. Este proceso de actualización continua se facilita gracias al apoyo del Instituto Español de Investigación Enfermera, que garantiza el acceso a fuentes de información científica y ofrece un marco metodológico para mantener la calidad del documento. La Unidad de Cultura Científica del Instituto, además, contribuye a la difusión de estas actualizaciones, asegurando que las familias y los profesionales cuenten siempre con información actualizada.

Asimismo, el Consejo General de Enfermería refuerza la sostenibilidad del proyecto al promover su integración dentro de los recursos educativos y materiales de apoyo utilizados en la práctica enfermera. Su capacidad para difundir la guía entre colegios profesionales, centros sanitarios y programas formativos contribuye a que esta herramienta permanezca vigente y accesible en los próximos años.

La continuidad está también vinculada al uso progresivo de la guía en distintos entornos asistenciales. A medida que los profesionales la incorporan en la consulta del niño sano y en actividades de educación para la salud, se refuerza su utilidad y se despierta el interés por su mantenimiento y mejora. El hecho de que el documento esté estructurado en torno a las principales áreas de intervención enfermera (lactancia, alimentación complementaria, dieta infantil, alergias e intolerancias y hábitos saludables) favorece su utilización continuada, ya que responde directamente a las necesidades que surgen en el día a día de las familias.

Desde el punto de vista económico, el proyecto se caracteriza por tener una alta sostenibilidad, ya que su desarrollo no ha requerido grandes recursos materiales y se basa principalmente en el trabajo profesional, el acceso a fuentes científicas y la capacidad de elaboración y revisión técnica del equipo responsable. La mayor parte del esfuerzo procede del compromiso de las enfermeras científicas que han

participado en la redacción del documento y de las instituciones que respaldan su producción y difusión. Esto permite que la guía pueda mantenerse y actualizarse sin depender de financiación externa a gran escala.

Además, su formato digital contribuye a la sostenibilidad ambiental y económica, ya que evita costes de impresión y facilita su distribución entre profesionales y familias. Su disponibilidad online a través de las plataformas del Instituto y del Consejo General de Enfermería garantiza un acceso amplio y eficiente, reduciendo barreras geográficas y administrativas.

En definitiva, la sostenibilidad del proyecto está asegurada por una combinación de factores: la solidez científica del contenido, la implicación de las instituciones enfermeras, la facilidad de actualización, el bajo coste de mantenimiento y la creciente integración de la guía en la práctica asistencial. Todo ello permite prever que este recurso seguirá evolucionando y manteniéndose útil durante los próximos años, contribuyendo a mejorar la salud nutricional infantil y a fortalecer el papel de la enfermería en la promoción de estilos de vida saludables.

## **11. Planteamiento innovador y original**

La guía *“Nutrición en el niño sano. Recomendaciones prácticas en Enfermería”* presenta un planteamiento innovador tanto en su estructura como en su contenido y finalidad. Una de sus características más destacadas es que reúne, en un único documento, la información esencial sobre nutrición infantil organizada de forma clara, coherente y ajustada a la práctica enfermera. Esta visión integrada de la alimentación durante la infancia, desde la lactancia hasta los hábitos saludables, resulta especialmente novedosa, ya que la mayoría de los recursos disponibles fragmentan la información o se centran únicamente en etapas específicas.

La innovación también reside en la manera en que la guía ha sido elaborada: está desarrollada por un equipo de mujeres científicas enfermeras con experiencia clínica, docente e investigadora, lo que permite que el contenido esté respaldado tanto por la evidencia científica como por la realidad asistencial. Esta perspectiva enfermera aporta un enfoque centrado en la educación para la salud, la comunicación con las familias y el acompañamiento durante el proceso de crianza, aspectos que suelen estar menos desarrollados en otros documentos centrados exclusivamente en la nutrición.

El carácter innovador se refleja además en la claridad del lenguaje y en la capacidad del documento para actuar como herramienta práctica en consulta. La guía está diseñada para ser utilizada en el día a día de los profesionales, y por ello presenta una redacción accesible, recomendaciones concretas y una estructura que facilita la consulta rápida durante la atención sanitaria. Esta orientación práctica responde

a las necesidades reales de los profesionales y de las familias, contribuyendo a mejorar la adherencia a las recomendaciones y a reforzar la educación nutricional.

El proyecto también aporta originalidad al incorporar contenidos que van más allá de la nutrición estrictamente alimentaria, integrando aspectos relacionados con la convivencia familiar, la educación del gusto, las rutinas saludables, la prevención de atragantamiento y el acompañamiento respetuoso del niño. Este enfoque biopsicosocial dota a la guía de una profundidad que favorece intervenciones más completas y adaptadas a cada contexto.

Finalmente, la colaboración entre el Instituto Español de Investigación Enfermera, la Unidad de Cultura Científica, el Consejo General de Enfermería y la Asociación Española de Enfermeras de Nutrición y Dietética (ADENYD) otorga al documento un valor añadido, ya que combina el rigor científico con la capacidad divulgativa y con el respaldo institucional del colectivo enfermero.

### **11. Inclusión de criterios de sostenibilidad y relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030**

La guía incorpora criterios de sostenibilidad tanto en su elaboración como en los contenidos que promueve. En primer lugar, su formato digital facilita una difusión amplia sin necesidad de impresión, lo que reduce el impacto ambiental y permite su actualización continua sin coste adicional. Esto favorece la sostenibilidad ecológica del proyecto y la equidad en el acceso a la información, ya que cualquier profesional puede utilizarla sin limitaciones geográficas.

En términos de contenido, la guía promueve prácticas alineadas con la sostenibilidad nutricional, como el fomento de patrones dietéticos saludables, cercanos al modelo mediterráneo, basados en alimentos frescos y mínimamente procesados. Este enfoque contribuye a reducir el consumo de ultraprocesados, que tienen un mayor impacto ambiental y favorece modelos de alimentación más respetuosos con el entorno.

El proyecto se relaciona directamente con varios Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030. En primer lugar, contribuye al ODS 3: Salud y bienestar, promoviendo la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil mediante la educación y la adopción temprana de hábitos saludables. También se alinea con el ODS 4: Educación de calidad, ya que la guía actúa como recurso formativo tanto para profesionales de enfermería como para familias, facilitando la adquisición de conocimientos basados en evidencia. Asimismo, tiene relación con el ODS 5: Igualdad de género, ya que la guía integra la perspectiva de género, visibiliza el liderazgo de mujeres científicas enfermeras y fomenta la corresponsabilidad en las tareas de cuidado. Por último, contribuye al ODS 10: Reducción de las desigualdades, al ofrecer recomendaciones adaptables a familias con diferentes

niveles socioeconómicos y promover un acceso equitativo a información de calidad.

La presencia del Instituto Español de Investigación Enfermera y de su Unidad de Cultura Científica refuerza esta dimensión, ya que permite que el conocimiento generado desde la enfermería llegue a la ciudadanía de manera accesible y sostenible, ampliando el impacto del proyecto más allá del ámbito estrictamente sanitario y contribuyendo a la mejora de la salud pública desde una perspectiva global.