



pp. 98-115

Recibido: 22 | 10 | 2016

Evaluado: 28 | 02 | 2017

Cómo citar este artículo: Pulido Serrano, A. J. (2017). La alimentación en educación inicial como un campo de experiencia pedagógica. *Revista Aletheia*, 9(1), 98-115.

# La alimentación en educación inicial como un campo de experiencia pedagógica

Nutrition in Initial Education as a Field of Pedagogical Experience

A alimentação na educação inicial como um campo de experiência pedagógica

---

Ana Julieta Pulido Serrano\*

\* Nutricionista Dietista. Secretaría Distrital de Integración Social, Bogotá, Colombia. Orcid: 0000-0001-9126-106X. Correo electrónico: sdisasesorians2@gmail.com.

---

## Resumen

Este artículo presenta los resultados de la sistematización de la experiencia realizada en la Fundación Inti Huasi: Casa del Sol, institución Waldorf, ubicada en la localidad de Teusaquillo, en Bogotá. La sistematización de la experiencia como proceso inductivo plantea una reflexión sobre la práctica dentro de su contexto natural, en una apuesta por visibilizar los aprendizajes que fortalecen la propuesta de educación de niños como parte de una perspectiva pedagógica que integra la alimentación al resignificar su valor para el desarrollo humano como uno de los ejes fundamentales que permiten la transformación de las condiciones de bienestar y aprendizaje. Los resultados de esta investigación se encuentran estructurados en cinco secciones: la reconstrucción colectiva de la experiencia, saberes, formas de acción, sentidos y significados, y conclusiones.

## Abstract

This article presents the results of the systematization of an experience conducted at the Inti Huasi Foundation: Casa del Sol, Waldorf institution, located in Teusaquillo, Bogotá. This systematization, as an inductive process, poses a reflection on the practice within its regular context, in a bid to make visible the learning processes that strengthen the proposal for children education. All of the above is part of a pedagogical perspective that integrates food, by giving to its value a new meaning for human development as one of the fundamental axes that allow the transformation of conditions for well being and learning. The results of this research are structured in five sections: The collective reconstruction of experience, knowledge, forms of action, senses and meanings, conclusions.

---

---

## Resumo

Este artigo apresenta os resultados da sistematização da experiência realizada na Fundação Inti Huasi: Casa do Sol, Instituição Waldorf, localizada em Teusaquillo, Bogotá. A sistematização da experiência como processo indutivo propõe uma reflexão sobre a prática dentro do seu contexto natural, tentando visibilizar as aprendizagens que fortalecem a proposta de educação de crianças como parte de uma perspectiva pedagógica que integra a alimentação ao ressignificar seu valor para o desenvolvimento humano como um dos eixos fundamentais que possibilitam a transformação das condições de bem-estar e aprendizagem. Os resultados desta pesquisa foram estruturados em cinco seções: a reconstrução coletiva da experiência, saberes, formas de ação, sentidos e significados, e conclusões.

---

### Palabras clave

alimentación; educación inicial; desarrollo; prácticas pedagógicas.

### Keywords

nutrition; early childhood education; development; teaching practices.

### Palavras chave

alimentação; educação inicial; desenvolvimento; práticas pedagógicas.

---

---

## Introducción

---

El problema es mucho más complejo. La alimentación no es, exclusivamente, un fenómeno biológico, nutricional, médico. La alimentación es un fenómeno, además social, psicológico, económico, simbólico, religioso, cultural en definitiva, en el más amplio sentido del término.

Contreras, 1995, p.10

**L**a fundación Inti Huasi: Casa del Sol desde su práctica visiona y posiciona la alimentación como un eje transversal ligado al proceso educativo de los niños. Su práctica, basada en la pedagogía Waldorf, considera el trabajo en torno a la alimentación para el desarrollo de los niños en educación inicial una de sus principales fortalezas.

La Casa del Sol reconoce que sus acciones pedagógicas encuentran consonancia con el enfoque de atención integral a la primera infancia que se proyecta desde la perspectiva de derechos humanos, y visibiliza el lugar de la alimentación fundamentada como derecho humano dentro de los instrumentos normativos internacionales (art. 25 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, art. 11 del Pacto Internacional de los Derechos Económicos, Sociales y Culturales).

Según las formas de acción que hoy realiza la fundación alrededor de la alimentación, subyacen intencionalidades pedagógicas cuyo origen se encuentra en el pensamiento antroposófico creado por Rudolf Steiner. Entre ellas se destacan la resignificación de la relación entre el hombre y el alimento como fuente de múltiples oportunidades para el desarrollo humano, y la articulación del cuidado calificado y el potenciamiento del desarrollo, al considerar

que acontecen simultáneamente y que no son posibles el uno sin el otro.

Para lograr este fin, la Casa del Sol en su práctica pedagógica aborda la alimentación desde diferentes perspectivas en relación con el desarrollo humano: la alimentación como necesidad fundamental, como derecho, y su papel en el desarrollo de capacidades y potencialidades al visibilizar el hecho de que los vínculos entre el alimento y el ser humano se despliegan más allá de lo orgánico, como una red que atraviesa múltiples esferas del desarrollo.

---

## Metodología

---

Esta experiencia se encuentra específicamente dentro del marco de sistematización de experiencias en educación inicial, y específicamente posiciona la alimentación en educación inicial como un campo de experiencia pedagógica, que desde las prácticas construidas entra en contraposición con las tensiones tradicionales entre cuidado y educación, entre ellas: la comprensión del cuidado desde una perspectiva mecánica de satisfacciones básicas; los imaginarios frente al bajo nivel educativo que requieren los agentes a cargo del cuidado y educación de los bebés; y la subvaloración de las actividades propias de la infancia.

Esta investigación como proceso dialógico, participativo y activo plantea una reflexión que no establece categorías a priori y que es el resultado de una metodología inductiva a partir de los datos, dentro de su contexto natural, con el fin de reflexionar sobre la práctica y reconocer aprendizajes que puedan fortalecer las propuestas de educación inicial.

## Resultados

### La reconstrucción colectiva de la experiencia

La experiencia pedagógica en educación inicial de la Fundación Inti Huasi: Casa del Sol sobre la construcción de la relación entre el ser humano y el alimento en primera infancia se extiende desde el 2006, en un recorrido de nueve años a la fecha.

En el 2006 un primer grupo de siete familias interesadas en una educación diferente a la tradicional reconocen en la pedagogía Waldorf un eco de su forma de pensar. Distinguen su interés por el bienestar de sus hijos y su relación con la salud, la naturaleza y la alimentación saludable como constante preocupación. De la mano de la maestra Lucía Correa Pachón empezó el primer grupo de estudio de la pedagogía y del pensamiento antroposófico.

En el 2007, aquello que empezó como una semilla con un grupo pequeño de familias emprende un nuevo reto, el de crecer. En esta búsqueda acuerdan comprar un jardín en funcionamiento. Allí, su forma de pensar sobre la alimentación encontró su primera confrontación, en un jardín conformado por un grupo de familias para quienes la alimentación no era una prioridad; evidencia de ello era el bajo consumo de frutas y verduras, consumo de alimentos licuados, loncheras constituidas por paquetes y productos industrializados. Cuestionadas por el interés inicial y apoyadas en la pedagogía Waldorf, deciden como maestras relacionarse de una forma distinta con el alimento al apropiarse de cocinar. Al acoger nuevas familias, reco-

nocen sus hábitos y realizan un proceso de acuerdos. Como parte de esa inquietud por mejorar el estilo de alimentación nace el ritual como la disposición, el agradecimiento al recibir el alimento.

Esta época entre el 2009 y el 2010 se destaca por la diversidad, nuevas familias en búsqueda de una educación diferente sienten que encuentran una posibilidad con la pedagogía Waldorf en la Fundación Inti Huasi. El 2009 se destacó por el ingreso de familias indígenas, vegetarianas y extranjeras, que realizaron su aporte en la construcción de la relación del ser humano con el alimento. La fundación decide realizar un cambio radical: unido al cambio del menaje plástico por losa, se incluyeron nuevos alimentos, entre ellos los cereales, que empiezan a trabajarse con fuerza debido a los análisis del grupo de estudio, por ejemplo, la quinua, el amaranto, la cebada, la avena, también acompañados de nuevas recetas. A pesar de las dificultades financieras, la consigna desde el origen de trabajar la alimentación saludable persiste y la dinámica de sostener la calidad versus la economía es una consigna institucional. Como proyecto Waldorf avalado, la Fundación recibe visitas de docentes internacionales asignados para su acompañamiento. En el 2009 recibió la visita de la maestra Inés Spittler, formadora de maestras jardineras. El énfasis durante su visita se centró en la trascendencia de la alimentación, la importancia de los cereales y el proceso de masticación.

En el 2011, las miradas externas como fuente de cuestionamiento son múltiples, época que las maestras denominan "agridulce": por un lado, tienen las visitas

provenientes de la pedagogía para el proceso de aval y acompañamiento al proyecto; por otro lado, están las visitas de las instituciones gubernamentales encargadas de la inspección y vigilancia para el cumplimiento de los lineamientos y estándares de educación inicial.

Un nuevo crecimiento, como fruto de su esfuerzo, ocurre cuando familias atraen nuevas familias. El crecimiento institucional demanda la contratación de nuevo talento humano, en este caso el personal de cocina. Se impone un nuevo reto de transmitir el *saber hacer* construido por las maestras en este espacio, definiendo procesos nuevos para este personal. Las capacitaciones constantes al talento humano fortalecen la comprensión de las prácticas y su impacto en el bienestar de los niños, entre ellas las que se encuentran en relación con la alimentación. Las maestras asisten a capacitaciones nacionales e internacionales en temáticas que incluyen el papel del alimento en las diferentes etapas del desarrollo. Inicialmente, las visitas para la vigilancia del cumplimiento de la normatividad sobre educación inicial provocan cuestionamientos y, en un primer momento, aparente debilitamiento de lo construido; la reflexión pedagógica permite retomar los principios y prácticas y robustecerlos. Sin embargo, su mirada es analítica y crítica frente a las normas y dialogan con ellas como interlocutores desde la práctica. Con este aprendizaje se emprendió la labor del 2015, época en la que hubo logros a partir de la reflexión provocada por miradas externas, que definen nuevos procesos, pero que consolidan el enfoque en la alimentación como parte de la identidad institucional en una reafirmación.

## Saberes

El sentido de las prácticas pedagógicas para la construcción de la relación entre el ser humano y el alimento se encuentra fundamentado en dos tipos de saberes que se constituyen en la cotidianeidad. El primer tipo hace referencia a saberes transversales que, al permear todas las prácticas pedagógicas, constituyen una parte fundamental del sentido de esta relación; entre ellos se encuentran las concepciones, intencionalidades y saberes provenientes del modelo pedagógico. Sin embargo, este artículo enfatiza en un segundo tipo de saberes que, si bien se desprenden de los primeros, permiten profundizar y resignificar el papel del alimento en el potenciamiento del desarrollo humano.

*Saberes transversales.* La Casa del Sol, en concordancia con los principios de una educación hacia la libertad, establece los preceptos y las concepciones que hacen parte del proyecto pedagógico, con base en la antroposofía y la pedagogía Waldorf. Son conceptos sobre ser humano, desarrollo humano e infancia que forman parte de la construcción que sustenta las acciones pedagógicas:

La antroposofía describe una estructura del hombre y de los seres de la naturaleza, según la cual el ser humano estaría conformado por un cuerpo físico, un cuerpo etérico (la fuerza que da la vida, que comparte con los vegetales), un cuerpo astral (la capacidad de sentir, que comparte con los animales) y el yo (estrato superior del hombre que corresponde a la capacidad de pensar). Considera al ser humano triformado, dividido físicamente en tres grandes sistemas, a cada



uno de los cuales corresponden distintas cualidades anímicas: el pensar, al sistema nervioso-sensorio, el sentir, al respiratorio-circulatorio y el querer, al metabólico-motor (Hilmar-Jezek, 2014).

El constructo conceptual de desarrollo humano forma parte de la comprensión de las intencionalidades y formas de acción que constituyen el modelo pedagógico Waldorf. Steiner define el desarrollo como un recorrido biográfico en el que cada sujeto atraviesa cada siete años etapas de transformación —septenios— en las esferas física, anímica y espiritual. Desde la perspectiva de necesidades, dicho desarrollo se encuentra íntimamente relacionado con la naturaleza y con la satisfacción de las necesidades que de ella provienen y que Steiner denomina “verdaderas necesidades” dada su relación con la calidad de vida y el bienestar.

La visión de infancia de la Fundación Inti Huasi es una construcción que entrelaza lo individual y lo colectivo. Dentro de su concepción destaca la perspectiva cultural, en la que la infancia es el resultado de determinados procesos económicos, históricos, sociales y culturales. La infancia es considerada una construcción social más allá del hecho biológico, en la que el niño es partícipe de su propia construcción, que influye sistemáticamente sobre la sociedad que lo rodea.

La Casa del Sol plantea un horizonte de sentido que correlaciona el desarrollo humano, infantil y comunitario, al visionar y estructurar un proceso de construcción conjunta que reconoce y garantiza los derechos de los niños en el presente, pero que, a su vez, cimenta sus acciones en su visión de una construcción futura de la sociedad. El interés de un grupo de familias por lo que

denominaron en un comienzo “una educación diferente a la tradicional” se consolida a través de diversas intencionalidades que hacen parte hoy del proyecto pedagógico.

En la Casa del Sol, se distingue la atención de la necesidad del niño como prioridad, y el respeto de los ritmos biológicos en la organización de la vida diaria que se adapta a las necesidades de los niños y a sus características evolutivas. Rudolf Steiner enfatizó en la importancia de construir acciones educativas acordes con el desarrollo evolutivo: “Durante los primeros siete años las fuerzas vitales en el niño están enfocadas a la construcción del cuerpo físico. El cuerpo físico constituye la herramienta primordial para los posteriores desarrollos —anímico y espiritual”.

La comprensión de la relación entre el ser humano y la naturaleza constituye la plataforma sobre la cual estructura su pensamiento y labor. Para fortalecer la relación del ser humano con el medio, reconoce en la cadena alimenticia una cadena de acciones que claramente la representa. Sus principios pedagógicos permiten engranar cuidadosamente salud, educación y desarrollo humano, medicina y educación como pilares de su filosofía pedagógica. El ritmo como sistema que permite el engranaje entre el hombre y la naturaleza representa el camino para enfocar las fuerzas vitales hacia el óptimo desarrollo del cuerpo físico. Dentro de su visión, el enfoque de la labor pedagógica y social en el primer septenio se encuentra en proporcionar las condiciones necesarias para configurar al “hombre rítmico”; detrás de las acciones cotidianas se encierran las fuerzas salutíferas que permiten la configuración orgánica y fisiológica del hombre rítmico a través de la cotidianeidad.



En el educador, como trabajador de la primera infancia, se moviliza una diversidad de competencias. Por un lado, se constituye en un recurso dispuesto para los niños a fin de movilizar sus competencias de creación de sentido a través de su acción y su actitud. De otro, es un profesional reflexivo que profundiza en la comprensión de lo que ocurre y de la forma de aprender de los niños (Dahlberg, Moss y Pence, 2005 pp. 134-135). Para acompañar a los niños durante su alimentación el maestro debe desarrollar su sensibilidad como su principal herramienta; su actitud parte de una preparación anímica que le permite disponerse para un tiempo de entrega.

*Saberes que permiten resignificar el rol del alimento.* La construcción pedagógica ha permitido visibilizar saberes que llenan de sentidos la relación entre el ser humano y el alimento como oportunidades para el desarrollo humano. García y Radrigan (1997) resaltan las oportunidades educativas y terapéuticas de la alimentación en relación con la comunicación:

(...) en la vida de cualquier niño, la alimentación es un momento importante (...) la comida puede dejar de ser uno de los pocos instantes en los que podemos interactuar con nuestros hijos, para pasar a convertirse en otro momento más de prisas e incomunicación. Con ello se desaprovechan las oportunidades educativas que nos otorga la necesidad básica de alimentación (p. 2).

El movimiento se encuentra presente en los momentos de alimentación. Desde el nacimiento el ser humano se encuen-

tra en capacidad de realizar esfuerzo: el movimiento continuo a través de su mandíbula permite la extracción de la leche materna. Lo que inicialmente es un reflejo (de succión) progresivamente constituye un entrenamiento muscular de las actividades prefónicas (masticación y deglución, entre otras) como parte del desarrollo de los músculos necesarios para articular el habla y facilitar la adquisición del lenguaje. Succión, deglución y masticación "son los movimientos que permiten preparar la coordinación, la fuerza y la agilidad necesaria para el desarrollo del habla en el niño (...) en un proceso de maduración motora de su aparato fonarticulatorio" (García y Radrigan, 1997, p.7).

La Casa del Sol resalta el papel de los alimentos frente al fortalecimiento de la voluntad, esta es la manera como evita el consumo de productos procesados como las comidas rápidas (*nuggets*, hamburguesas, perros calientes, papas francesas) debido a que su consistencia y sabores, aunque facilitan el consumo por parte de los niños (por gusto, por costumbre, por moda), disminuyen los procesos de masticación, lo cual facilita el camino del consumo y desplaza otros alimentos de mejor calidad, y que por su menor procesamiento requieren un mayor esfuerzo, en el que también fortalecen el hacer individual a través de la masticación.

Al respecto, Vygotsky (1995), en su estudio sobre el desarrollo de las funciones psíquicas superiores, describe el lugar de la voluntad como "un rasgo psicológico general (...) que constituye su característica diferencial respecto a todos los restantes procesos psíquicos. Todos estos procesos son procesos de dominio de nuestras propias reacciones con ayuda de diversos medios" (p.285). La

pedagogía Waldorf centrada en el niño como ser integral, con voluntad, sentimientos e intelecto aprovecha la voluntad activa del niño al utilizar la imitación como medio.

El desarrollo de la autonomía y el autocuidado también es visible en este momento, a través del uso de objetos reales. El niño en este proceso construye su independencia gracias a las experiencias organizadas que estimulan su contacto con platos, cucharas y cuchillos cuyas dimensiones y peligros son auténticos. La alimentación posibilita una adquisición progresiva de autonomía por parte del niño por medio de su participación activa.

La satisfacción de la alimentación como necesidad básica permite la consolidación de vínculos afectivos y el desarrollo de sentimientos de autoconfianza en un intercambio cotidiano que genera el despliegue de la comunicación y la construcción de sentidos en relación con la comprensión del niño sobre el mundo. A través de las experiencias vinculantes el niño expresa sus emociones y reconoce su sentir.

La sana alimentación, en palabras de las maestras de Inti Huasi, “no es solo lo que veo, sino lo que le doy al niño, tiene que ver con una buena preparación, una buena presentación y un acompañamiento saludable” (entrevistas a maestras, 2015). Actuando en coherencia, diseñan e implementan prácticas pedagógicas para lograr: que adultos y entorno actúen como filtros protectores; reconocer la fuente y el sistema de producción para la selección de alimentos —dando privilegio a aquellos alimentos orgánicos, frescos e integrales—; la máxima conservación del valor nutricional de los alimentos;

el consumo de los alimentos respetando su sabor original; reconocer el significado de los sentidos en esta etapa y aplicarlo en la cotidianidad; involucrar simultáneamente al niño como constructor de su autocuidado; acompañar y orientar adecuadamente a los niños en el momento de alimentación. Parte del acompañamiento debe partir del reconocimiento de la adquisición de hábitos como un proceso, que distingue etapas de transición. La influencia a través del estilo de alimentación es esencial en la construcción de hábitos adecuados.

Osorio, Weisstaub y Castillo (2002) definen la conducta alimentaria “como el comportamiento normal relacionado con los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos”. (p.1).

En los seres humanos los modos de alimentarse, preferencias y rechazos hacia determinados alimentos están fuertemente condicionados por el aprendizaje y las experiencias vividas en los primeros cinco años de vida. En general, el niño incorpora la mayoría de los hábitos y prácticas alimentarias de una comunidad durante la primera infancia. La madre tiene un rol fundamental en la educación y la transmisión de pautas alimentarias al hijo, sin embargo la orientación y acompañamiento debe enfatizarse según las particularidades de cada niño y su familia. Enseñar a comer implica un camino que requiere un abordaje que integra salud, alimentación, cultura y educación. La visión antropológica analiza alrededor de este proceso diferentes factores, como la calidad de los alimentos; las tendencias de producción

alimentaria y sus efectos sobre la calidad de los alimentos y la salud humana; la protección del sano instinto; y el rol social de las instituciones, familias y el entorno.

### Formas de acción pedagógica

Los saberes dan sentido a un conjunto de formas de acción que, a partir de la reflexión pedagógica, junto con los principios que ofrece la pedagogía Waldorf, permiten tanto la construcción de la relación saludable entre el hombre y el alimento como la incorporación de otras intencionalidades pedagógicas.

*El trabajo con las familias.* Mediante un primer encuentro, en un espacio personalizado, se establece un diálogo entre las expectativas de las familias con la propuesta educativa de Inti Huasi. En este primer contacto, el reconocimiento mutuo entra a formar parte de un proceso planeado para trabajar de la mano. La alimentación saludable es un tema indispensable a tratar, ya que permite reconocer su lugar —desde el inicio— como eje estructural de la propuesta pedagógica para el desarrollo de sus hijos. Construir sentido en torno a la alimentación es un proceso que año a año ha venido fortaleciéndose en Inti Huasi. Allí, la alimentación es un tema que exige compromiso institucional y personal, y su experiencia les permite reconocer problemáticas y formas de trabajar. Aunado a esto, existe una complementariedad natural con las experiencias familiares, en la que las actuaciones de los padres constituyen acciones educativas, que cada día cobran más fuerza.

*La reflexión pedagógica.* Reconocer y visibilizar el lugar de las prácticas en torno a la alimentación ha sido el resultado de un

ejercicio pedagógico crítico y riguroso. Ser coherente con postulados y principios pedagógicos en las prácticas cotidianas significa enfocar la reflexión en el bienestar del niño y, por lo tanto, en sus necesidades. Para ello es imprescindible movilizar los esquemas de acción, anteponiendo la construcción de sentido frente a otros discursos, como los administrativos y económicos.

*La planeación de épocas.* La planeación de épocas es la estrategia en la que confluyen las intencionalidades, la reflexión y las actividades pedagógicas. Dentro del proyecto pedagógico se establecen diferentes épocas y en cada una se proponen los temas de las actividades. Steiner elabora una teoría de la educación que promueve el aprendizaje del sentido de las cosas dentro de una estructura rítmica de la vida cotidiana. Al igual que las escuelas Waldorf, la Casa del Sol desarrolla todas las actividades a través de un ritmo que está relacionado con el acontecer del universo.

*El cuidado como ritual.* En los postulados de la escuela Waldorf, el ritmo se encuentra visible como un engranaje cósmico entre el cuidado y la cotidianidad. En cada momento de cuidado confluye la satisfacción de las necesidades básicas que permiten la supervivencia, mezcladas con señales y signos fruto de la interacción entre cuidado y cuidador. Pero el cuidado puede ser vivido de maneras diametralmente opuestas y es en ello donde radica la distancia entre la rutina y el ritual. L'Ecuyer (2012), por ejemplo, describe el riesgo que entraña una rutina sin sentido y la define como "la repetición de actos útiles, estructurados, a veces cronometrados y supervisados". En Inti Huasi los momentos de alimentación son configurados como

“rituales” repletos de significados y símbolos posibles a partir del sentido construido sobre el valor latente de cada encuentro.

*La experiencia sensorial.* Las maestras promueven experiencias que involucran el uso de alimentos. Reconocen que las características organolépticas brindan una amplia gama de posibilidades como estímulos sensoriales durante la primera infancia. Así, el alimento puede ser observado por el niño en toda su extensión y su reconocimiento compromete todos sus sentidos. La pedagogía Waldorf destaca el rol que juega la experiencia sensorial como fuente de aprendizaje en el primer septenio.

*Las representaciones* en la pedagogía Waldorf desempeñan un rol fundamental relacionado con el sentido de la existencia. Para Steiner, la cualidad pictórica se encuentra presente en el alma del niño y a través de su fantasía le permite recrear imágenes que movilizan la comprensión de su relación como hombre individual con el universo. Las narraciones, los cantos, versos y juegos de dedos sobre los alimentos son representaciones regulares y cuyo trasfondo forma parte del sentido del alimento dentro de la relación hombre naturaleza. Las imágenes del hombre incorporado en el gran todo universal comportan para Steiner (2000) un lugar prevalente en la educación.

*La imitación* juega un importante papel en el proceso de aprendizaje del niño, contribuye a reconocer sus cualidades como persona y lo lleva a alcanzar niveles de desarrollo. Vygotsky (1995) hace un llamado a reconocer la imitación como un proceso complejo y, así mismo, a superar la mirada mecánica intelectualista que sobre ella pudiera darse. Resalta la importancia de

la imitación en el desarrollo de las funciones psíquicas superiores como

(...) una de las vías fundamentales en el desarrollo cultural del niño (...). El propio proceso de imitación presupone una determinada comprensión del significado de la acción del otro [y que] por sí misma es un proceso complicado que exige entendimiento previo (...) la imitación solo es posible en la medida y en las formas en que va acompañada por el entendimiento (pp. 137-138).

La imitación como segunda “ley de la infancia” enunciada por Steiner cobra un lugar protagónico como forma de acción pedagógica dentro de las escuelas Waldorf : “Con el poder de la imitación se aprende, se ‘asimilan’ las impresiones del medio ambiente” (2005, p. 227). Entre las formas de imitación se distinguen: *el ejemplo digno de ser imitado y las actividades hogareñas*. La figura del maestro, según Steiner, debe ser “un modelo digno de ser imitado”. Dos son las palabras mágicas que indican cómo el niño ha de entrar en relación con el medio y la sociedad: imitación y ejemplo. Aristóteles llamó al hombre el ser más imitador entre los animales; para ninguna edad es más válida esta afirmación que para la infancia antes de la segunda dentición: el niño imita todo lo que acontece en el medio físico circundante y, al imitar, sus órganos físicos estructuran sus formas permanentes (Steiner, 1991, p. 11). Al respecto, la fundación Inti Huasi, específicamente en la práctica pedagógica, considera el papel de la imitación y el ejemplo herramientas para la construcción de la relación saludable entre el hombre y el alimento del niño. Para las maestras de Inti Huasi ser el ejemplo en el momento de la

alimentación ha implicado un largo recorrido que las compromete a “ser más conscientes de lo que significa alimentarse”; es un ejercicio de coherencia en el que la maestra educa con su acción: “yo educo con lo que hago”. Las actividades hogareñas son otra herramienta clave, ya que allí, mediante la imitación, se replican las tareas cotidianas de los adultos y pueden verse como “una especie de juego”. Con base en esto, los principios antroposóficos ofrecen, dentro de las tareas pedagógicas, “un amplio repertorio de cuadros para la imitación”, entre ellos la actividad hogareña, que, relacionada con el quehacer humano, debe convertirse en una experiencia cualitativa llena de significados. Para los niños el hacer, el juego y la motivación se acoplan en estas experiencias configuradas para la imitación (Steiner, 2005, pp. 11 y 224). Esto permite a los niños experimentar y conectar una cadena de acciones y eventos con su cotidianeidad. Por ejemplo, la preparación de alimentos, como un proyecto de aula, logra que los niños comprendan que sus acciones son parte de un fin concreto. Otros autores, como Dewey (citado en Nussbaum y Rodil, 2010), explican desde su perspectiva las múltiples potencialidades de este tipo de actividades, que denominan *actividades prácticas más concretas de la vida misma*.

*El juego.* Es precisamente a través del juego que el niño tiene la oportunidad de interactuar con su entorno. El niño encuentra la oportunidad de aprehender el mundo y expresarse. Se convierte entonces en la actividad central de su quehacer y en la manera de entretejer los elementos de la vida conforme la va experimentando.

Steiner claramente exaltó el papel del juego como potenciador del sano desarrollo infantil. En las escuelas Waldorf los niños pueden jugar con diversos recursos, especialmente con los que ofrece la naturaleza, entre ellos los alimentos. Se recrean con el quehacer de los mayores, en la medida en que reproducen sus experiencias. Dicho quehacer se constituye entonces en “una especie de juego”, ya sea transformando el quehacer con su imaginación y fantasía o participando en él (Steiner, 2005, pp. 333-334). Un ejemplo es la cocina, que se asume como uno de los rincones pedagógicos. En este espacio tienen la oportunidad —a través del juego libre— de interpretar roles en los que imitan lo que hacen los adultos.

### **Sentidos y significados del alimento y la alimentación**

Dahlber et al. (2005), frente al discurso modernista de la calidad comprendida como “parte del sueño de certeza cartesiano” relacionado con la “búsqueda de criterios definitivos y universales”, plantean un discurso de creación de sentido, el cual implica el diálogo como parte de la ética del encuentro. Los sentidos y significados construidos por los niños, familias y talento humano de la fundación Inti Huasi son el resultado de un proceso interactivo y dialógico. La reflexión pedagógica centrada en el bienestar y el desarrollo aprovecha las herramientas filosóficas y teóricas fundamentadas en la pedagogía Waldorf como argumentos que enriquecen los cuestionamientos y la reflexión.

La compleja visión científico-espiritual de Steiner apuesta por la integración entre

múltiples campos de conocimiento para trascender como base para la acción en todos los ámbitos de la vida cotidiana. Rudolf Steiner acuña el concepto “vitaeshopia (sabiduría de la vida)” en su afán por acercar la ciencia a las realidades de vida, del acontecer temporal, a través de los principios antroposóficos. Steiner integra tres campos de conocimiento y los relaciona con cada etapa evolutiva del desarrollo humano-médico-curativo: el pedagógico-educativo y el de la agricultura-alimentación. La vitaeshopia es un diálogo continuo con la vida práctica. En el caso de la alimentación, este diálogo representa el enlace de los principios con cada uno de los eventos propios de la cadena alimentaria, a la que Steiner denomina doctrina alimentaria antroposófica (2012, p.12). Los principios antroposóficos proponen abordar la alimentación especialmente desde un enfoque cualitativo, sin desconocer el enfoque tradicional cuantitativo nutricional. De esa forma se definen prácticas que dan cuenta de la coherencia y el compromiso en cada acción.

En la Casa del Sol, los principios antroposóficos constituyen herramientas argumentativas que permiten el cuestionamiento y la movilización frente a las cuestiones prácticas de la vida —entre ellas la alimentación—. En la labor de resignificar y construir sentido en lo cotidiano, la antroposofía se constituye en la herramienta que apoya el cuestionamiento frente a los discursos cuantitativos dominantes y adicionalmente impulsa la reflexión para la producción de discursos que fundamentan las prácticas pedagógicas.

La cadena alimentaria en sí misma establece una forma de relación entre el hombre y todos los seres vivientes. El alimento

conecta al ser con la naturaleza y en dicha relación se encuentra inmerso gran parte del sentido de lo que somos. Redimensionar el papel de la alimentación y el alimento como conector dentro de un nuevo proceso de comprensión de la relación del ser humano como parte de la naturaleza y la humanidad y su significado para el desarrollo representa uno de los principios de la antroposofía como “nutrición y evolución oculta” (Steiner, 2012). Esta relación se evidencia aún más hoy cuando formamos parte de un mundo globalizado y la interdependencia es incluso mayor. Las decisiones básicas de consumo afectan a personas que pueden encontrarse muy distantes, decisiones que hacen parte de la vida cotidiana dentro de una conexión como ciudadanos del mundo. Para la Casa del Sol, cultivar “el sentido de lo que somos” es parte de su quehacer.

Irene Comins describe el sentido del valor del cuidado, afirma que las tareas de atención y cuidado son fundamentales para el desarrollo humano: “Las tareas de atención y cuidado son necesarias para la satisfacción de las necesidades básicas de todo individuo, son fundamentales para la supervivencia y el bienestar. Por ello son consideradas importantes para el desarrollo humano y también para la existencia de justicia social” (2009, p.87). Además enfatiza en que este hecho no es el único que las hace importantes: “La atención y el cuidado suministran por sí mismas la necesidad de afecto y apoyo emocional que todos los seres humanos tenemos. Son la mejor muestra del reconocimiento que todos los seres humanos necesitamos” (2009, p.88).

Una nueva relación surge. Desde esta perspectiva, los niños aprenden al implicarse



en el mundo a través de las experiencias. El educador acompaña, orienta y propone como parte de un consenso en el que los niños participan en la discusión, la reflexión y el análisis (Dewey, citado en Nussbaum y Rodil, 2010, p.73). Las reflexiones y preguntas de los niños generadas por las experiencias en la Casa del Sol se reconocen como planteamientos valiosos que permiten movilizar sus comprensiones en torno al mundo que les rodea.

La visión antropológica de la alimentación privilegia las relaciones sociales. La comensalidad es la forma en que los alimentos se comparten, y desde los estudios antropológicos es un momento privilegiado para la reproducción física y social de los individuos y los grupos. De esta manera, la relación cultural con los alimentos, en sus preparaciones, métodos de conservación, utilidades medicinales y la forma en que se comparten encierran saberes e intencionalidades que constituyen parte de nuestra identidad.

---

## Conclusiones

---

La experiencia pedagógica de Casa del Sol parte de reconocer la relación del ser humano con el alimento como una necesidad que trasciende la visión biológica y mecánica del alimento y resignifica su rol en las prácticas culturales y sociales. La alimentación como una construcción social supera los postulados disciplinarios para ubicarse en la cotidianidad de las prácticas diarias, en las que el alimento cumple múltiples papeles simbólicos. Igualmente, reconoce en ellas que la primera infancia es la etapa oportuna y decisiva para la construcción de hábitos de alimentación saludable y privilegia esta construcción desde una mirada transdisciplinaria.

El proceso comprometido con las familias y la comunidad ha propiciado la construcción de formas de acción dirigidas al fortalecimiento del desarrollo infantil. Su recorrido histórico expone la relación del ser humano con el alimento como una construcción integradora que permite movilizar la comprensión del sentido en tres instancias: la primera, la relación entre el ser humano y la naturaleza —de donde proviene el alimento—; la segunda, la relación con los otros, a través de las prácticas sociales y culturales, en las que el alimento juega diversos papeles simbólicos —sobre lo que somos, lo que pensamos—; y una última instancia, con nosotros mismos. De esta manera, la relación con el alimento atraviesa diferentes entornos, visibilizando la forma de ser y estar en el mundo que nos rodea.

El proyecto pedagógico define un compromiso institucional de construcción dialógica de la que hacen parte los niños y sus familias, de la mano de las maestras y el talento humano de la Fundación. A partir de allí, se reconoce el lugar de la alimentación como parte de su construcción pedagógica, fundamentada en el reconocimiento de las particularidades, y cuyos recursos pedagógicos se encuentran fortalecidos por los principios de la filosofía antroposófica que caracteriza a las instituciones Waldorf.

Las prácticas cotidianas relacionadas con la alimentación en la Casa del Sol, además de apoyarse en los principios pedagógicos Waldorf, utilizan como recurso para la reflexión los cuestionamientos de Rudolf Steiner aplicados a las transformaciones del sistema de producción alimentaria; al lugar del alimento en el desarrollo humano desde la perspectiva biológica, fisiológica y cuantitativa; a la rela-



ción entre salud y educación, y su visión de una educación acorde a las necesidades del niño. Hoy, frente a las dinámicas económicas y sociales de globalización y homogenización alimentaria, que promueven el consumo de alimentos cuyo procesamiento atenta contra la salud y el desarrollo humano, y al compromiso de sustentabilidad y respeto por el medio ambiente, es imprescindible definir unos parámetros mínimos de protección en términos de alimentación, que actúen como “filtro” para la construcción de la relación entre el ser humano y el alimento. Así, desde la primera infancia, se deben garantizar los derechos de los niños a la salud, a ser educados para la salud, a la alimentación adecuada, y a un medioambiente sano y sustentable.

La calidad de la alimentación debe considerarse una construcción participativa y contextualizada, fruto de los saberes, productos y cultura alimentaria propios de cada comunidad, que, junto con las teorías nutricionales, permita a los niños, familias y talento humano institucional reconocer las intencionalidades y fundamentos que mantienen, modifican o cambian sus prácticas cotidianas de alimentación, teniendo en cuenta la selección, conservación, preparación y consumo de alimentos como parte de su identidad cultural.

La educación alimentaria y nutricional, en el contexto de la educación inicial, debe ser resignificada para expandir su sentido. Debe construir sus prácticas a partir del reconocimiento de las necesidades, las características y las particularidades de las comunidades, y fundamentarlas a través de procesos de construcción participativa que integren saberes e intencionalidades. Se

deben acoger las teorías como fuentes de reflexión y cuestionamiento y no como verdades incuestionables.

La construcción colectiva, y el empoderamiento de las familias y del talento humano de la fundación constituyen las fortalezas que han permitido la superación de diversas dificultades durante el transcurso de su existencia. Dificultades de índole económica, cultural, y relacionales, que en su momento generaron crisis, constituyen fuentes de reflexión y construcción de bases sólidas para el trabajo pedagógico en torno a la alimentación. Dichas dificultades como parte de su historia permiten consolidar su identidad en Bogotá como una institución que cuenta con una construcción colectiva de prácticas pedagógicas para la relación entre el ser humano y el alimento.

Más allá de filosofías o corrientes pedagógicas, los elementos y las características que emergen de esta experiencia pueden ser fuente de reflexión para la construcción de nuevas formas de acción pedagógica contextualizadas que permitan resignificar el lugar del alimento y la alimentación para el desarrollo humano en diferentes ámbitos de la educación inicial.

---

## Referencias bibliográficas

---

- Dahlberg, G., Moss, P. y Pence, A. (2005). *Más allá de la calidad en educación infantil: Perspectivas posmodernas*. Barcelona: Graó.
- Comins Mingol, I. (2009). *Filosofía del cuidar: Una propuesta coeducativa para la paz*. Barcelona: Icaria

- Contreras, J. (1995). *Alimentación y cultura: necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Universitat de Barcelona Publicacions.
- García, F. y Radrihan, J. (1997). Posibilidades educativas y terapéuticas de la alimentación en el niño pequeño con deficiencias. *Revista de Educación Especial*, 23, 89, 99. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=148909>
- Kytka Hilmar-Jezek (2014) *Pedagogía Waldorf: Una Educación que Integra el Pensar, el Sentir y el Hacer; que Revaloriza lo Moral y la Conciencia, para una Mejor Convivencia dentro y fuera de la escuela*. (Spanish Edition) libro electrónico en: <http://leerahora.com/kytka-hilmar-jezek-pedagogia-waldorf-una-educacion-que-integra-el-pensar-el-sentir-y-el-hacer-que-revaloriza-lo-moral-y-la-conciencia-para-una-mejor-convivencia-dentro-y-fuera-de-la-escuela-spa/>
- L'Ecuyer, C. (2012). *Educación en el asombro*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Nussbaum, M. C. y Rodil, M. V. (2010). *Sin fines de lucro: por qué la democracia necesita de las humanidades*. Madrid: Katz.
- Osorio E., J., Weisstaub N., G., y D. Castillo, Carlos. (2002). Desarrollo de la conducta de alimentación en la infancia y sus alteraciones. *Revista Chilena de Nutrición*, 29(3), 280-285. Recuperado de [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-7518\\_2002\\_0003\\_00002\\_&lng=es&tlng=en](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-7518_2002_0003_00002_&lng=es&tlng=en). 2010.406720/20S0717-7518\_2002\_0003\_00002
- Steiner, R. (1991). *La educación del niño desde el punto de vista de la antroposofía. Metodología de la enseñanza y las condiciones vitales de la educación. Conferencias impartidas en 1924*. Madrid: Editorial Rudolf Steiner.
- Steiner, R. (2000). *Fundamentos de la educación Waldorf: I El estudio del hombre como base de la pedagogía*. Ciclo de catorce conferencias pronunciadas del 21 agosto al 5 de septiembre de 1919 con motivo de la fundación de la primera Escuela Waldorf. Madrid: Editorial Rudolf Steiner.
- Steiner, R. (2005). *El primer septenio: la educación preescolar según las enseñanzas de Rudolf Steiner*. Madrid: Editorial Rudolf Steiner.
- Steiner, R. (2012). *Nutrición para la libertad: Bases espirituales de la alimentación. Tomo II*. Conferencias escogidas por Kurt T. Willmann. Buenos Aires: Editorial Antroposófica.
- Vygotsky, L. S., Matiushkin, A. M., Álvarez, A., y Río, P. D. (1995). *Obras escogidas III: Problemas del desarrollo de la psique*. Madrid: Visor.