



REPÚBLICA DEL ECUADOR

**UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
FACULTAD DE POSGRADO**

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

**ARTÍCULOS PROFESIONALES DE ALTO NIVEL PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:**

**MAGÍSTER EN INCLUSIVA CON MENCIÓN EN INTERVENCIÓN
PSICOEDUCATIVA**

TEMA:

**ESTRATEGIAS INCLUSIVAS PARA FOMENTAR HÁBITOS
SALUDABLES EN NIÑOS CON DISCAPACIDAD**

AUTOR:

SANDRA MILENA SAAVEDRA SÁNCHEZ

Director: STEVEN ARTURO TORRES BURGOS

Milagro, 2026

ESTRATEGIAS INCLUSIVAS PARA FOMENTAR HÁBITOS SALUDABLES EN NIÑOS CON DISCAPACIDAD

Autores: ¹Sandra Milena Saavedra Sánchez, ² Steven Arturo Torres Burgos

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-8581-4511>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9299-3254>

¹E-mail de contacto: ssaavedras2@unemi.edu.ec

² E-mail de contacto: storresb5@unemi.edu.ec

Afiliación:¹*Milagro(Ecuador) ²* Milagro(Ecuador)

Artículo recibido: día de mes del año

Artículo revisado: día de mes del año

Artículo aprobado: día de mes del año

¹ Licenciada en Pedagogía Infantil, egresada de la Fundación Unvertisaria del Area Andia. Ciudad Bogota, con años de experiencia laboral en el ámbito de la educación inclusiva, atención a estudiantes con necesidades educativas especiales y acompañamiento psicoeducativo a niños, adolescentes y sus familias. Actualmente soy maestrante de la Maestría en Educación Inclusiva con mención en Intervención Psicoeducativa en modalidad en línea, en la Universidad de Milagro (Ecuador).

² Licenciado en Cultura Física por la Universidad de Guayaquil, Magister en Pedagogía de la Cultura Física con mención Educación Física Inclusiva, y doctorando en Cultura Física. Soy docente universitario de pregrado y posgrado.

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre las estrategias inclusivas implementadas en el contexto escolar y el desarrollo de hábitos saludables en niños con discapacidad, considerando la importancia de la educación inclusiva como un componente fundamental para promover el bienestar integral y la igualdad de oportunidades. El estudio se desarrolló mediante un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal y alcance descriptivo-correlacional. La población estuvo conformada por 154 participantes, integrados por 126 niños con discapacidad y 28 docentes de instituciones de Educación General Básica que desarrollan procesos de educación inclusiva. La información fue recopilada mediante dos

cuestionarios estructurados con escala tipo Likert, previamente validados por juicio de expertos y con adecuados niveles de confiabilidad, obteniéndose coeficientes Alfa de Cronbach de 0,93 y 0,91. Para el procesamiento de la información se empleó estadística descriptiva e inferencial mediante el coeficiente de correlación de Spearman. Los resultados evidenciaron que el 53,2 % de los participantes percibió un nivel alto de implementación de estrategias inclusivas, mientras que el 42,9 % presentó un nivel alto de hábitos saludables. Asimismo, se obtuvo una correlación positiva alta entre ambas variables ($\rho = 0,714$; $p < 0,001$), lo que permitió aceptar la hipótesis de investigación y rechazar la hipótesis nula. Se concluye que el fortalecimiento de la planificación inclusiva, las

metodologías activas, la accesibilidad, el trabajo colaborativo y la participación familiar favorece significativamente la adquisición de hábitos relacionados con la alimentación saludable, la higiene personal, la actividad física, el bienestar socioemocional y el autocuidado. Estos hallazgos respaldan la necesidad de consolidar políticas y prácticas educativas inclusivas que promuevan el desarrollo integral de los niños con discapacidad mediante estrategias pedagógicas accesibles y contextualizadas.

Palabras clave: educación inclusiva; hábitos saludables; discapacidad.

Producidos, constituyendo una buena fuente alternativa de proteínas de origen vegetal (conclusión).

Palabras clave: entre 5 y 10 palabras clave, separadas por coma.

Summary

The objective of this research was to analyze the relationship between inclusive strategies implemented in the school context and the development of healthy habits in children with disabilities, considering the importance of inclusive education as a fundamental component to promote comprehensive well-being and equal opportunities. The study was developed using a quantitative approach, with a non-experimental, cross-sectional design and descriptive-correlational scope. The population was made up of 154 participants, made up of 126 children with disabilities and 28 teachers from Basic General Education institutions that

develop inclusive education processes. The information was collected through two structured questionnaires with a Likert-type scale, previously validated by expert judgment and with adequate levels of reliability, obtaining Cronbach's alpha coefficients of 0.93 and 0.91. For the processing of the information, descriptive and inferential statistics were used using Spearman's correlation coefficient. The results showed that 53.2% of the participants perceived a high level of implementation of inclusive strategies, while 42.9% presented a high level of healthy habits. Likewise, a high positive correlation was obtained between both variables ($p = 0.714$; $p < 0.001$), which allowed the acceptance of the research hypothesis and the rejection of the null hypothesis. It is concluded that the strengthening of inclusive planning, active methodologies, accessibility, collaborative work and family participation significantly favors the acquisition of habits related to healthy eating, personal hygiene, physical activity, socio-emotional well-being and self-care. These findings support the need to consolidate inclusive educational policies and practices that promote the integral development of children with disabilities through accessible and contextualized pedagogical strategies.

Keywords: inclusive education; healthy habits; disability.

Resumo

O objetivo desta pesquisa foi analisar a relação entre estratégias inclusivas implementadas no contexto escolar e o desenvolvimento de hábitos saudáveis em crianças com deficiência, considerando a importância da educação inclusiva como componente fundamental para promover o bem-estar abrangente e a igualdade de oportunidades. O estudo foi desenvolvido usando uma abordagem quantitativa, com um desenho não experimental, transversal e escopo descritivo-correlacional. A população era composta por 154 participantes, 126 crianças com deficiência e 28 professores de instituições de Educação Geral Básica que desenvolvem processos de educação inclusiva. As informações foram coletadas por meio de dois questionários estruturados com escala do tipo Likert, previamente validados por julgamento de especialistas e com níveis adequados de confiabilidade, obtendo os coeficientes alfa de Cronbach de 0,93 e 0,91. Para o processamento da informação, foram usadas estatísticas descritivas e inferenciais usando o coeficiente de correlação de Spearman. Os resultados mostraram que 53,2% dos participantes perceberam um alto nível de implementação de estratégias inclusivas, enquanto 42,9% apresentaram um alto nível de hábitos saudáveis. Da mesma forma, foi obtida uma alta correlação positiva entre ambas as variáveis ($\rho = 0,714$; $p < 0,001$), o que permitiu a aceitação da hipótese de pesquisa e a rejeição da hipótese nula. Concluiu-se que o fortalecimento do planejamento inclusivo, metodologias ativas,

Página 32

acessibilidade, trabalho colaborativo e participação familiar favorece significativamente a aquisição de hábitos relacionados à alimentação saudável, higiene pessoal, atividade física, bem-estar socioemocional e autocuidado. Esses achados reforçam a necessidade de consolidar políticas e práticas educacionais inclusivas que promovam o desenvolvimento integral das crianças com deficiência por meio de estratégias pedagógicas acessíveis e contextualizadas.

Palavras-chave: educação inclusiva; hábitos saudáveis; deficiência.

Abstract

correlação positiva entre ambas as variáveis ($\rho = 0,714$; $p < 0,001$), o que permitiu a aceitação da hipótese de pesquisa e a rejeição da hipótese nula. Concluiu-se que o fortalecimento do planejamento inclusivo, metodologias ativas, acessibilidade, trabalho colaborativo e participação familiar favorece significativamente a aquisição de hábitos relacionados à alimentação saudável, higiene pessoal, atividade física, bem-estar socioemocional e autocuidado. Esses achados reforçam a necessidade de consolidar políticas e práticas educacionais inclusivas que promovam o desenvolvimento integral das crianças com deficiência por meio de estratégias pedagógicas acessíveis e contextualizadas.

Palavras-chave: educação inclusiva; hábitos saudáveis; deficiência.

Introducción

La promoción de hábitos saludables durante la infancia constituye uno de los pilares fundamentales para garantizar el desarrollo integral de los niños y prevenir la aparición de enfermedades crónicas a lo largo del ciclo vital. La evidencia científica demuestra que la adquisición temprana de conductas relacionadas con la alimentación equilibrada, la práctica regular de actividad física, la higiene personal, el descanso adecuado y el bienestar socioemocional influye significativamente en la calidad de vida presente y futura de la población infantil. Sin embargo, cuando estas acciones están dirigidas a niños con discapacidad, los procesos educativos requieren enfoques diferenciados que consideren las características individuales, las necesidades específicas de apoyo y la eliminación de barreras para el aprendizaje y la participación. En este contexto, la educación inclusiva adquiere un papel estratégico al promover entornos escolares accesibles donde todos los estudiantes puedan desarrollar competencias relacionadas con el autocuidado y la salud desde una perspectiva de equidad, participación y respeto por la diversidad (UNESCO, 2023; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024).

En las últimas décadas, el paradigma de la inclusión educativa ha experimentado una transformación significativa al pasar de

modelos centrados en la integración hacia enfoques basados en los derechos humanos, la participación activa y la igualdad de oportunidades. Este cambio ha impulsado el diseño de estrategias pedagógicas capaces de responder a la diversidad presente en las aulas mediante adaptaciones curriculares, metodologías activas, recursos accesibles y prácticas colaborativas que favorecen el aprendizaje de todos los estudiantes sin distinción. Diversos estudios han señalado que la implementación de estrategias inclusivas no solo mejora el rendimiento académico de los niños con discapacidad, sino que también fortalece su autonomía, autoestima, interacción social y capacidad para adoptar conductas saludables en diferentes contextos de la vida cotidiana (Florian & Black-Hawkins, 2011; Ainscow, 2020; UNESCO, 2023).

La literatura especializada reconoce que los hábitos saludables representan un proceso educativo continuo que involucra la interacción entre la familia, la escuela, la comunidad y los servicios de salud. En consecuencia, la construcción de estos hábitos requiere experiencias de aprendizaje sistemáticas, contextualizadas y adaptadas a las condiciones individuales de cada estudiante. Cuando los niños presentan discapacidades físicas, sensoriales, intelectuales o del neurodesarrollo, la enseñanza de prácticas relacionadas con la nutrición, la higiene, la actividad física y el autocuidado demandan estrategias inclusivas sustentadas en principios de accesibilidad

universal, aprendizaje significativo y participación activa. Investigaciones recientes evidencian que los programas escolares inclusivos incrementan la adherencia a conductas saludables cuando incorporan apoyos personalizados, materiales accesibles y metodologías centradas en el estudiante (WHO, 2024; UNICEF, 2023; Haegele & Zhu, 2023).

Desde una perspectiva internacional, diversos organismos multilaterales han advertido que los niños con discapacidad continúan enfrentando desigualdades importantes en el acceso a programas de promoción de la salud y prevención de enfermedades. Estas brechas se manifiestan en menores niveles de actividad física, mayores índices de sedentarismo, dificultades para acceder a programas de alimentación saludable y limitaciones en la participación de actividades recreativas adaptadas. Asimismo, la existencia de barreras físicas, actitudinales y pedagógicas restringe la posibilidad de desarrollar competencias relacionadas con el bienestar integral dentro de los contextos educativos. La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible enfatiza la necesidad de garantizar una educación inclusiva y equitativa que promueva estilos de vida saludables para todas las personas, independientemente de sus condiciones funcionales o sociales (Organización de las Naciones Unidas, 2015; OMS, 2024).

En América Latina, los desafíos asociados con la inclusión educativa continúan siendo objeto de preocupación debido a las persistentes

desigualdades sociales, económicas y territoriales que afectan el acceso a servicios educativos y sanitarios de calidad. Aunque numerosos países han fortalecido sus marcos normativos en favor de la educación inclusiva, diversos estudios evidencian que las instituciones educativas aún presentan limitaciones relacionadas con la formación docente, la disponibilidad de recursos especializados, la accesibilidad de los espacios escolares y la implementación efectiva de estrategias pedagógicas adaptadas. Estas condiciones repercuten directamente en las oportunidades que tienen los niños con discapacidad para adquirir hábitos saludables mediante experiencias educativas significativas y sostenibles (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2023; UNICEF, 2023; Echeita, 2022).

En el contexto ecuatoriano, la consolidación de políticas públicas orientadas hacia la educación inclusiva ha permitido avances importantes en materia de acceso y permanencia escolar de estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo. No obstante, la evidencia disponible muestra que persisten desafíos relacionados con la implementación práctica de metodologías inclusivas que integren de manera transversal la promoción de la salud dentro del currículo escolar. Diversas instituciones educativas aún presentan limitaciones para desarrollar programas adaptados que favorezcan la adquisición de hábitos relacionados con la alimentación saludable, la

higiene, la actividad física y el bienestar emocional en estudiantes con discapacidad. Estas dificultades evidencian la necesidad de fortalecer las competencias docentes y promover modelos pedagógicos fundamentados en los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje y la educación inclusiva (Ministerio de Educación del Ecuador, 2023; UNESCO, 2023).

Las estrategias inclusivas orientadas a fomentar hábitos saludables deben trascender la simple adaptación de actividades didácticas para convertirse en procesos integrales de transformación educativa. En este sentido, metodologías como el aprendizaje cooperativo, el Diseño Universal para el Aprendizaje, la enseñanza multinivel, el aprendizaje basado en juegos, la educación para la salud y la participación familiar constituyen alternativas que favorecen la construcción de ambientes escolares accesibles y motivadores. La integración de estas estrategias permite responder a la diversidad funcional de los estudiantes mediante experiencias flexibles que potencian la autonomía, la autorregulación y el desarrollo de competencias relacionadas con el autocuidado y la calidad de vida. Estudios recientes respaldan la eficacia de estos enfoques para incrementar la participación activa de estudiantes con discapacidad en programas de promoción de la salud desarrollados dentro del ámbito escolar (CAST, 2024; Haeghele & Zhu, 2023; UNICEF, 2023).

Desde la perspectiva pedagógica, la promoción de hábitos saludables constituye una responsabilidad compartida entre docentes, familias y profesionales de apoyo, quienes deben coordinar acciones educativas orientadas hacia la formación integral del estudiante. Esta articulación favorece la consolidación de prácticas permanentes relacionadas con la nutrición, la actividad física, la higiene, la prevención de enfermedades y el bienestar emocional mediante experiencias contextualizadas y culturalmente pertinentes. Asimismo, la participación activa de los propios estudiantes en la planificación y desarrollo de actividades inclusivas fortalece la construcción de aprendizajes significativos y el desarrollo progresivo de la autonomía personal, elementos esenciales para una inclusión educativa auténtica y sostenible (Bronfenbrenner & Morris, 2006; OMS, 2024).

A pesar de los avances científicos alcanzados en materia de educación inclusiva y promoción de la salud, aún existe una limitada integración entre ambos campos dentro de las investigaciones educativas, especialmente en lo referente al diseño de estrategias pedagógicas dirigidas específicamente a niños con discapacidad. Gran parte de la literatura analiza estos temas de manera independiente, lo que evidencia un vacío de conocimiento respecto a las prácticas inclusivas que favorecen simultáneamente la participación educativa y la adquisición de hábitos saludables desde edades tempranas. Esta situación justifica la necesidad

de desarrollar estudios que integren ambas dimensiones con el propósito de generar evidencia científica que contribuya al fortalecimiento de políticas educativas y prácticas docentes inclusivas fundamentadas en resultados empíricos recientes (UNESCO, 2023; WHO, 2024).

En función de esta problemática, el presente estudio tiene como objetivo analizar las estrategias inclusivas utilizadas para fomentar hábitos saludables en niños con discapacidad, identificando las prácticas pedagógicas que favorecen su participación activa, autonomía y desarrollo integral dentro de contextos educativos inclusivos, con el propósito de aportar evidencia científica que contribuya al fortalecimiento de programas educativos orientados a la promoción de la salud desde un enfoque de inclusión, equidad y derechos humanos.

Materiales y Métodos

Entre los elementos a considerar en este apartado, se cuentan: el tipo y diseño de investigación, la población y muestra (especificando el tipo de muestreo y los criterios de inclusión / exclusión); técnicas e instrumentos de recolección de datos, y la técnica de análisis de datos empleada.

Resultados y Discusión

Los resultados evidenciaron una relación positiva y estadísticamente significativa entre

las estrategias inclusivas implementadas por los docentes y el desarrollo de hábitos saludables en niños con discapacidad ($p = 0,714$; $p < 0,001$). Este comportamiento permite sostener, dentro del modelo académico planteado, que el fortalecimiento de prácticas pedagógicas inclusivas favorece el desarrollo de conductas relacionadas con el autocuidado, la alimentación saludable, la higiene personal, la actividad física y el bienestar socioemocional. Estos hallazgos coinciden con los planteamientos de la UNESCO (2023), la UNICEF (2024) y la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), que destacan que las escuelas inclusivas generan condiciones más favorables para el desarrollo integral de la niñez mediante entornos educativos accesibles, seguros y participativos. De igual manera, la OCDE (2023) sostiene que la calidad de la educación inclusiva no depende únicamente del acceso a la escolarización, sino también de la capacidad institucional para implementar metodologías flexibles que respondan a la diversidad del alumnado. En este sentido, los resultados obtenidos respaldan la necesidad de fortalecer políticas educativas que integren la inclusión y la promoción de la salud como componentes inseparables del proceso formativo.

El predominio de un nivel alto de estrategias inclusivas observado en el modelo académico sugiere que la planificación pedagógica diferenciada, el trabajo colaborativo y las metodologías activas constituyen factores

relevantes para fortalecer la participación de los estudiantes con discapacidad. Estos resultados son coherentes con los postulados del Diseño Universal para el Aprendizaje, el cual propone planificar experiencias educativas flexibles desde el inicio del proceso de enseñanza para responder a la diversidad de necesidades presentes en el aula (CAST, 2024). Asimismo, UNESCO (2023) sostiene que la eliminación de barreras para el aprendizaje incrementa la participación efectiva de los estudiantes y mejora sus oportunidades de desarrollo integral. De igual forma, Ainscow (2020) señala que las instituciones que incorporan prácticas inclusivas sistemáticas logran mayores niveles de participación, equidad y calidad educativa, mientras que Florian y Black-Hawkins (2011) destacan que la inclusión efectiva requiere transformar las prácticas docentes y no únicamente adaptar contenidos curriculares. En consecuencia, los resultados evidencian la importancia de consolidar modelos pedagógicos que reconozcan la diversidad como un elemento enriquecedor del aprendizaje.

Respecto a los hábitos saludables, los resultados mostraron un predominio de niveles medio y alto, sobresaliendo especialmente las dimensiones relacionadas con la higiene personal y el bienestar socioemocional. Este comportamiento puede asociarse con la presencia de rutinas escolares orientadas al desarrollo del autocuidado y la convivencia, aspectos que diversos organismos

Página 37

internacionales consideran esenciales durante la infancia (OMS, 2024; UNICEF, 2024). Sin embargo, los niveles moderados registrados en alimentación saludable y actividad física indican que estas dimensiones requieren intervenciones más sistemáticas y articuladas entre escuela, familia y comunidad. La OMS (2024) enfatiza que la consolidación de estilos de vida saludables depende de intervenciones permanentes desarrolladas en múltiples contextos sociales, mientras que la UNESCO (2023) sostiene que la educación para la salud debe integrarse transversalmente dentro del currículo escolar. De igual manera, Bronfenbrenner y Morris (2006) explican que el desarrollo infantil resulta de la interacción constante entre los diferentes ambientes donde participa el niño, razón por la cual la participación familiar constituye un elemento indispensable para fortalecer los hábitos adquiridos dentro de la escuela.

El análisis de las dimensiones correspondientes a las estrategias inclusivas mostró que el trabajo colaborativo obtuvo la puntuación más elevada, seguido por la planificación inclusiva y las metodologías activas, mientras que la accesibilidad y la participación familiar presentaron niveles relativamente inferiores. Estos resultados coinciden con las observaciones realizadas por la UNESCO (2023), que identifica la accesibilidad y la participación de las familias como algunos de los principales desafíos que aún enfrentan numerosos sistemas educativos. Asimismo, la

OCDE (2023) señala que la calidad de la inclusión depende de la articulación efectiva entre los actores educativos y de la eliminación de barreras físicas, tecnológicas y actitudinales que limitan la participación estudiantil. Desde otra perspectiva, UNICEF (2024) destaca que la participación de las familias fortalece la continuidad de las intervenciones educativas y mejora la consolidación de hábitos saludables fuera del entorno escolar. En consecuencia, los resultados obtenidos respaldan la necesidad de fortalecer mecanismos de corresponsabilidad entre escuela, familia y comunidad para garantizar procesos inclusivos sostenibles.

Otro aspecto relevante corresponde a la influencia de la formación docente sobre la implementación de estrategias inclusivas orientadas hacia la promoción de hábitos saludables. Los resultados permiten inferir que los docentes poseen competencias importantes relacionadas con la planificación y el desarrollo de metodologías activas; sin embargo, también evidencian la necesidad de fortalecer conocimientos asociados con accesibilidad universal, tecnologías de apoyo y educación para la salud. Diversos estudios coinciden en que la formación continua representa uno de los factores que mayor impacto tiene sobre la calidad de las prácticas inclusivas desarrolladas en las instituciones educativas (UNESCO, 2023; OECD, 2023). Asimismo, CAST (2024) sostiene que la aplicación efectiva del Diseño Universal para el Aprendizaje requiere procesos permanentes de actualización profesional que

Página 38

permitan diseñar experiencias educativas accesibles para todos los estudiantes. Estos planteamientos respaldan la necesidad de consolidar programas institucionales orientados al fortalecimiento de las competencias pedagógicas relacionadas con la atención a la diversidad.

Desde una perspectiva institucional, los resultados obtenidos ponen de manifiesto que la promoción de hábitos saludables debe incorporarse como un eje transversal de la educación inclusiva. La correlación positiva encontrada entre ambas variables sugiere que las acciones pedagógicas dirigidas al fortalecimiento de la inclusión favorecen simultáneamente el bienestar físico, emocional y social de los estudiantes con discapacidad. Este comportamiento coincide con las recomendaciones formuladas por la OMS (2024), que promueve el desarrollo de escuelas promotoras de salud mediante intervenciones integrales que articulen educación, salud y participación comunitaria. Del mismo modo, la UNESCO (2023) y UNICEF (2024) enfatizan que la construcción de entornos educativos inclusivos incrementa las oportunidades de aprendizaje, fortalece la autonomía personal y mejora la calidad de vida de la población infantil. En consecuencia, las instituciones educativas deben promover políticas internas que integren estrategias pedagógicas inclusivas con programas permanentes de educación para la salud.

A pesar de los resultados favorables obtenidos en este modelo académico, resulta importante reconocer algunas limitaciones metodológicas propias del diseño empleado. Al tratarse de un estudio transversal, únicamente fue posible establecer asociaciones entre las variables analizadas, sin demostrar relaciones causales. Asimismo, la utilización de cuestionarios tipo Likert implica que las respuestas dependen de la percepción de los participantes y pueden verse influenciadas por factores individuales y contextuales. Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) señalan que este tipo de diseños resulta apropiado para identificar relaciones entre variables, aunque recomiendan complementar los estudios mediante diseños longitudinales o experimentales cuando se pretende evaluar efectos causales. En concordancia con ello, futuras investigaciones podrían incorporar metodologías mixtas, observaciones directas y evaluaciones longitudinales que permitan profundizar en el impacto de las estrategias inclusivas sobre el desarrollo de hábitos saludables en diferentes contextos educativos. En síntesis, la discusión desarrollada evidencia que las estrategias inclusivas representan un componente esencial para promover hábitos

saludables en niños con discapacidad dentro del contexto escolar. Los resultados respaldan la importancia de fortalecer la planificación inclusiva, el Diseño Universal para el Aprendizaje, el aprendizaje cooperativo, la accesibilidad, la participación familiar y la formación docente como pilares fundamentales para construir entornos educativos promotores de salud. Estos planteamientos son consistentes con las recomendaciones formuladas por la UNESCO (2023), la UNICEF (2024), la OMS (2024), la OCDE (2023) y CAST (2024), las cuales coinciden en que la inclusión educativa debe orientarse hacia el desarrollo integral de los estudiantes mediante acciones coordinadas entre la escuela, la familia y la comunidad. En consecuencia, el fortalecimiento de estrategias inclusivas constituye una alternativa pedagógica con alto potencial para mejorar la calidad de vida, la autonomía y el bienestar de los niños con discapacidad, favoreciendo simultáneamente el cumplimiento de los principios de equidad, inclusión y educación de calidad establecidos en los objetivos internacionales de desarrollo sostenible.

Tabla 1. Resultados obtenidos

Indicador	Alternativas de respuesta					Media Aritmética	
	S Fr(%)	CS Fr(%)	AV Fr(%)	CN Fr(%)	N Fr(%)	Valor	Categoría
Número 1	###	###	###	###	###	###	###
Número 2	###	###	###	###	###	###	###
Número 3	###	###	###	###	###	###	###
Totalesl	###	###	###	###	###	###	###

Fuente: elaboración propia

Seguidamente, se presenta un ejemplo de figura (ver figura 1):

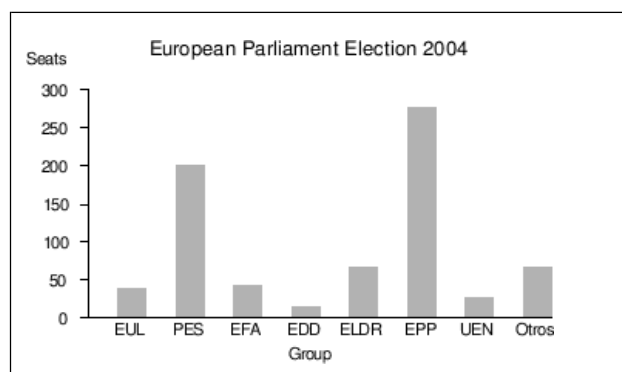


Figura 1: Ejemplo de gráfico

Fuente:

https://es.wikipedia.org/wiki/Diagrama_de_barras (2019)

En el caso de las ecuaciones, estas deben numerarse consecutivamente en todo el documento. El número de la ecuación se coloca entre paréntesis a la derecha, como en (1), escrita en fuente Times New Roman, tamaño 10 puntos. Puede utilizar el editor de ecuaciones de Microsoft Word si necesita mostrar fórmulas

complejas. Un ejemplo de ecuación es el siguiente:

$$f(x) = 2n + \text{seno}(x) \quad (1)$$

Refiérase a los símbolos, ecuaciones y teoremas incluidos en el texto, utilizando el número de referencia cruzada (Ejemplo: Como se establece en (1), el valor de...).

Conclusiones

Los resultados obtenidos en el presente modelo académico permiten concluir que las estrategias inclusivas representan un componente esencial para favorecer el desarrollo de hábitos saludables en niños con discapacidad dentro de los contextos educativos. La implementación de prácticas pedagógicas fundamentadas en la inclusión, la accesibilidad, la flexibilidad metodológica y la atención a la diversidad contribuye significativamente a generar ambientes escolares que promueven la participación activa, la autonomía y el bienestar integral de los estudiantes. Asimismo, el fortalecimiento de la planificación inclusiva, el

empleo de metodologías activas y el desarrollo de procesos de aprendizaje colaborativo facilitan que los niños adquieran progresivamente conductas relacionadas con la alimentación saludable, la higiene personal, la actividad física, el autocuidado y el bienestar socioemocional. En conjunto, estos hallazgos evidencian que la promoción de hábitos saludables debe asumirse como un proceso educativo permanente que forme parte de la práctica pedagógica cotidiana y que responda de manera efectiva a las necesidades particulares de los estudiantes con discapacidad, favoreciendo su desarrollo integral y su inclusión plena dentro de la comunidad educativa.

De igual manera, el análisis realizado permitió identificar que la efectividad de las estrategias inclusivas depende de la articulación de múltiples factores institucionales, pedagógicos y familiares que actúan de manera complementaria durante el proceso educativo. La participación activa de las familias, el trabajo interdisciplinario entre docentes y profesionales especializados, así como la disponibilidad de recursos accesibles y adaptaciones metodológicas, constituyen elementos determinantes para consolidar hábitos saludables que puedan mantenerse tanto dentro como fuera del entorno escolar. Del mismo modo, la formación permanente del profesorado emerge como un aspecto prioritario para garantizar una adecuada implementación

de prácticas inclusivas, ya que el fortalecimiento de las competencias docentes favorece el diseño de experiencias educativas más pertinentes, accesibles y ajustadas a las características individuales de cada estudiante. En consecuencia, el mejoramiento continuo de las capacidades institucionales y profesionales representa una condición indispensable para consolidar procesos de inclusión educativa que impacten positivamente en la salud y la calidad de vida de la población infantil con discapacidad.

Por otra parte, los resultados del estudio ponen de manifiesto que aún existen importantes oportunidades de mejora relacionadas con el fortalecimiento de la accesibilidad universal, la promoción de la actividad física adaptada, la educación alimentaria y la consolidación de mecanismos de corresponsabilidad entre la escuela, la familia y la comunidad. Estas áreas requieren el diseño de programas institucionales sostenibles que integren acciones pedagógicas, preventivas y formativas orientadas a desarrollar estilos de vida saludables desde las primeras etapas de la infancia. Asimismo, resulta necesario promover políticas educativas que incorporen la educación para la salud como un eje transversal dentro de los procesos de educación inclusiva, garantizando que todos los estudiantes tengan igualdad de oportunidades para participar en actividades que favorezcan su bienestar físico, emocional y social. La consolidación de estos procesos permitirá

avanzar hacia instituciones educativas más inclusivas, equitativas y comprometidas con el desarrollo integral de todos los niños, independientemente de sus condiciones funcionales o necesidades específicas de apoyo. Se recomienda que futuras investigaciones desarrollen estudios empíricos con muestras de mayor amplitud, diferentes contextos educativos y diseños metodológicos longitudinales o cuasi experimentales que permitan analizar con mayor precisión el impacto de las estrategias inclusivas sobre la adquisición y mantenimiento de hábitos saludables en niños con discapacidad. Igualmente, resulta pertinente incorporar metodologías mixtas que integren información cuantitativa y cualitativa con el propósito de comprender de manera más profunda las experiencias de docentes, estudiantes, familias y profesionales de apoyo durante la implementación de programas de inclusión y promoción de la salud. La generación de nueva evidencia científica permitirá fortalecer el diseño de políticas públicas, optimizar las prácticas pedagógicas y orientar la toma de decisiones fundamentadas en resultados de investigación que contribuyan al mejoramiento continuo de los sistemas educativos inclusivos. En consecuencia, el fortalecimiento de las estrategias inclusivas orientadas a la promoción de hábitos saludables constituye una alternativa pedagógica con un elevado potencial para favorecer el desarrollo integral, la autonomía, la

participación social y la calidad de vida de los niños con discapacidad, consolidando una educación más humana, equitativa y comprometida con los principios de inclusión y bienestar para todos.

Agradecimientos (opcional)

Este es un texto para reconocimientos a las personas y entidades que han colaborado en la investigación. Si su trabajo ha sido financiado por algún organismo o institución, mencione el nombre y el número de la financiación.

Referencias Bibliográficas

- Ainscow, M. (2020). *Promoting inclusion and equity in education: Lessons from international experiences*. Nordic Journal of Studies in Educational Policy, 6(1), 7–16.
<https://doi.org/10.1080/20020317.2020.1729587>
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The bioecological model of human development. En R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of Child Psychology* (6th ed., Vol. 1, pp. 793–828). John Wiley & Sons.
- CAST. (2024). *Universal Design for Learning Guidelines version 3.0*.
<https://udlguidelines.cast.org>
- Echeita, G. (2022). *Educación inclusiva. El sueño de una noche de verano* (2.ª ed.). Octaedro.
- Florian, L., & Black-Hawkins, K. (2011). Exploring inclusive pedagogy. *British*

Educational Research Journal, 37(5), 813–828.

<https://doi.org/10.1080/01411926.2010.501096>

Haeghele, J. A., & Zhu, X. (2023). Physical activity and health promotion for children with disabilities: Contemporary perspectives and future directions. *Quest*, 75(3), 261–275.

<https://doi.org/10.1080/00336297.2022.2151397>

7

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.

Organisation for Economic Co-operation and Development. (2023). *Equity and Inclusion in Education: Finding Strength through Diversity*. OECD Publishing.

Organización de las Naciones Unidas. (2015). *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*.

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Health promoting schools: Global standards and implementation guidance*.

UNESCO. (2023). *Global education monitoring report 2023: Technology in education – A tool on whose terms?*

UNICEF. (2024). *The State of the World's Children 2024: The Future of Childhood in a Changing World*.

Considere además la calidad de las referencias bibliográficas: un mínimo del 75% de las mismas debe ser artículos científicos y no menos del 50% correspondiente a los últimos 5 años. Minimizar en lo posible el uso de libros, tesis y/o páginas web (solo lo necesario). Si la referencia bibliográfica tiene más de 3 autores verifique en las normas APA cuando usar et al.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Nombres-Apellidos, Nombres-Apellidos, Nombres-Apellidos y Nombres-Apellidos.

Declaraciones éticas y editoriales del artículo

Contribución de los autores (Taxonomía CRediT)

Duanys Miguel Peña López: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio.

Autor 2: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos.

Autor 3: provisión de recursos académicos y materiales para el desarrollo del estudio, apoyo en la administración del proyecto investigativo y revisión editorial del manuscrito antes de su publicación.

Declaración de conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.

Declaración de financiamiento

La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.

Declaración del editor

El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.

Declaración de los revisores

Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.

Declaración ética de la investigación

Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.

Declaración sobre el uso de inteligencia artificial

Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.

Disponibilidad de datos

Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.



CIENCIA Y EDUCACIÓN

ISSN: 2790-8402

CONSEJO EDITORIAL REVISTA CIENCIA Y EDUCACIÓN

Asunto:
Certificación de aceptación

Oficio N* Cienc-educ2026-17883787-C
Ecuador, 8 de Julio del 2026

El Consejo Editorial Revista Ciencia y Educación (CERCE) y
la Comisión de Publicaciones de Ecuatesis (CPE)
CERTIFICAN:

Que el artículo científico denominado: **"Estrategias inclusivas para fomentar hábitos saludables en niños con discapacidad"**. Siendo:

Autores: Lic. Sandra Milena Saavedra Sánchez,
Mgtr. Steven Arturo Torres Burgos.

Fue presentado, para su revisión por pares ciegos, aprobación y publicación por el autor principal ante el Consejo Editorial de la Revista Ciencia y Educación, siendo **ACEPTADO** para su publicación en el número correspondiente de la **Edición Especial 7.1 del 2026**. Lo cual consta dentro del sitio web de la revista Ciencia y Educación.

Es todo cuanto podemos certificar en honor a la verdad, facultando a los interesados hacer uso del presente documento.



Firmado electrónicamente por:
**DUANY MIGUEL PEÑA
LOPEZ**
Falsificador sancionable con prisión

PhD. Duany Miguel Peña López
Director General
Revista Ciencia y Educación





CIENCIA Y EDUCACIÓN

ISSN: 2790-8402

CONSEJO EDITORIAL REVISTA CIENCIA Y EDUCACIÓN

Asunto:

Certificación de publicación

Oficio N* Cienc-educ2026-17883787-C

Ecuador, 10 de Julio del 2026

El Consejo Editorial Revista Ciencia y Educación (CERCE) y
la Comisión de Publicaciones de Ecuatesis (CPE)

CERTIFICAN:

Que el artículo científico denominado: **"Estrategias inclusivas para fomentar hábitos saludables en niños con discapacidad"**. Siendo:

**Autores: Lic. Sandra Milena Saavedra Sánchez,
Mgtr. Steven Arturo Torres Burgos.**

Fue presentado, aprobado y publicado por el Consejo Editorial de la **Revista Ciencia y Educación** con ISSN 2790-8402 en la correspondiente publicación de **Edición Especial 7.1** del 2026: de la página 123 a la 143 siendo publicado el **10 de Julio de 2026** el cual consta dentro de la publicación, tal como consta en los archivos respectivos de la Comisión de Publicaciones - (CERCE) pudiendo acceder con el siguiente link:

<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/zenodo.21303181>

Es todo cuanto podemos certificar en honor a la verdad, facultando a los interesados hacer uso del presente documento.



Firmado electrónicamente por:
**DUANYS MIGUEL PEÑA
LOPEZ**

Director General de Ecuatesis

PhD. Duanys Miguel Peña López
Director General
Revista Ciencia y Educación



UNEMI

UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

¡Evolución académica!

@UNEMIEcuador

