



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CULTURA Y
DEPORTE DEL ESTADO DE CAMPECHE
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 042
CIUDAD DEL CARMEN, CAMP.



**“La Influencia de la Desnutrición en el
Aprendizaje del Niño en el
Nivel Preescolar”**

PROPUESTA PEDAGOGICA
QUE SE PRESENTA PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN EDUCACION PREESCOLAR

Luisa Lucía Jiménez Solís

CIUDAD DEL CARMEN, CAMPECHE
1997

5-11-97 mag

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

CIUDAD DEL CARMEN, CAMPECHE A 19 DE JUNIO DE 1997

C. PROFR. (A) LUISA LUCIA JIMENEZ SOLIS
P R E S E N T E

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación alternativa. PROPUESTA PEDAGOGICA titulado "LA INFLUENCIA DE LA DESNUTRICION EN EL APRENDIZAJE DEL NIÑO EN EL NIVEL PREESCOLAR" presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado antes el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar diez ejemplares como parte de su expediente al solicitar el examen.

A T E N T A M E N T E

PROFR.(a) LEDDY MARIA CRISTINA JABER PARRA
El Presidente de la Comisión



S. E. P.
Universidad Pedagógica
Nación
Unidad 012
Cd. del Carmen, Camp.

Con todo mi amor a mi hija

Fedra Cenit

Por todos los momentos
maravillosos de su primera
infancia que no pude
compartir.

I N D I C E

	Página
INTRODUCCION.....	6
1. FORMULACION DEL PROBLEMA.....	10
1.1. Presentación del problema.....	11
1.2. Delimitación del problema.....	16
1.3. Justificación del problema.....	20
1.4. Objetivos.....	24
2. MARCO CONTEXTUAL.....	27
2.1. Antecedentes.....	28
2.2. Condiciones Situacionales.....	32
3. MARCO TEORICO.....	35
3.1. Marco teórico.....	36
4. ANALISIS INTERPRETATIVO.....	48
5. PROPUESTA PEDAGOGICA.....	52
CONCLUSIONES.....	56
BIBLIOGRAFIA.....	58
ANEXOS.....	60

Introducción

Los niños se caracterizan por el gran derroche de energía -- que manifiestan a lo largo del día, lo mismo corren que brincan, y nunca se les ve cansados. El niño es un pequeño gran atleta.

La desnutrición es uno de los males más comunes que aquejan a la niñez, contra la cual se deben unir esfuerzos para su erradicación. Durante los seis primeros años de vida los niños se encuentran supeditados a la alimentación que les brindan sus padres quienes generalmente lo hacen siguiendo patrones de costumbres, - bajo la errónea concepción de que de esa manera ellos han sobrevivido.

Estadísticas y estudios en el campo de la salud infantil manifiestan que para su desarrollo normal el pequeño requiere de -- una gran variedad de alimentos que aporten en cantidades suficientes nutrimentos necesarios para la realización de sus actividades en las que derrochan energía.

Pero como es lógico, estas actividades consumen en gran medida todos los nutrimentos que existen en su organismo, por lo que estos mismos deben ser regenerados para el buen desarrollo y crecimiento normal de cualquier niño. Cuando un pequeño no recibe en cantidades necesarias los nutrimentos indispensables para su desarrollo, dentro de su organismo comienza a presentarse un desequilibrio nutricional que traerá como resultado la presencia del ---

peor enemigo con que cuenta la niñez, "la desnutrición".

En los últimos tiempos esta problemática ha sido de gran interés para la escuela, debido a su repercusión en el aprovechamiento de los preescolares, por lo que la Dirección General de Educación Preescolar ha diseñado una serie de estrategias tendientes a contribuir a la prevención de dicho padecimiento.

Esta misma inquietud fue la base de la elaboración del presente trabajo de investigación, en el cual se pretende conocer las causas y efectos de la desnutrición en el niño de preescolar para lo cual, se divide la investigación de la siguiente manera:

En primer lugar, se realiza el planteamiento del problema presentando las causas que influyeron en la elección del tema. se menciona en forma general el impacto que tiene la desnutrición en diversos lugares del territorio nacional, principalmente en los niños en edad preescolar, señalando la función importante que la escuela desempeña al influir en la población desarrollando hábitos, actitudes y valores en su constante interrelación con la familia.

Se delimita el problema enfocando la investigación en algunos puntos que se consideran más importantes, tales como las causas culturales y sociales que la provocan, así como su repercusión en el aprovechamiento de la población escolar a la que se dirige la misma. Ya que sería imposible abarcar todas sus causas y-

efectos debido a que su origen está dado por diversidad de factores.

En la justificación del trabajo se abordan algunos puntos--- importantes como son: la falta de información acerca de la nutrición, la mala distribución del gasto familiar, y la apatía que se manifiesta en algunas familias al preferir alimentos enlatados en vez de los naturales, lo que provoca mala nutrición, por lo que-- con los objetivos que se proponen, se pretende formar una mentalidad nueva en los padres para lograr un cambio en los hábitos alimenticios de la comunidad.

Seguidamente se procede a plasmar una visión del contexto -- sociocultural en que se desenvuelve la población investigada, señalando la falta de higiene en algunos hogares, la inexistencia - de drenaje, la poca información que tienen las familias, así como tabúes que impiden el consumo de algunos alimentos ricos en vitaminas.

Asimismo se continua con el Marco Teórico, donde se recopi-- lan criterios acerca del significado de la desnutrición, se men-- cionan enfermedades que se derivan de la misma, así como sus sín-- tomas. También se recopilaron algunas dietas de tipo indígena y - mestiza, señalándose la importancia de incluir en la dieta alimentos de todos los grupos para aportar al organismo vitaminas, protéinas y carbohidratos así como los efectos que producen su ausent

cia de la misma.

Se realizó un análisis de interpretación de la recopilación del material bibliográfico, contraponiéndolo a las situaciones del entorno en que se desenvuelven los niños de esta investigación, con el fin de brindar una visión más clara acerca de las causas que impiden a las familias proveer a los niños de una alimentación balanceada, así como las que limitan a la escuela e instituciones de salud para llevar en forma óptima las actividades que favorezcan el cuidado de la alimentación.

Posteriormente, después de tomar en consideración todas las aportaciones recabadas tanto en el medio bibliográfico como por las situaciones que viven las familias de la comunidad investigada se procede a presentar la propuesta de trabajo, la que sugiere posibles situaciones que puestas en práctica pueden contribuir a disminuir la incidencia de la problemática.

Al final del trabajo se presentan de manera objetiva las conclusiones así como la bibliografía que sirvió de apoyo para el presente trabajo.

1. FORMULACION DEL PROBLEMA

1.1. Presentación del problema

Puede decirse que el hombre no "come" para nutrirse. Pues -- comer para nutrirse es algo mucho más complejo que un simple aporte de alimentos. El hombre come fundamentalmente para saciar su - hambre. Sin embargo la finalidad esencial de la alimentación es - el mantenimiento de la salud.

Por su frecuencia y sus consecuencias, pocos asuntos merecen tanta atención como la desnutrición infantil, y no es arriesgado asegurar que este es el principal problema de salud pública en el mundo y en nuestro país.

" La mal nutrición protéico-calórica es el problema básico - de extensas zonas del mundo. En ellas, el ingreso promedio de proteínas por habitantes y por día es de 60 gramos, cuando las necesidades son de 90 gramos, algo similar ocurre con las calorías -- que reciben los habitantes de las regiones subdesarrolladas; 2000 diarias contra 3000 que constituyen los requerimientos normales"(1).

Los expertos en nutrición señalan que: la escasa alimenta---ción tiene efectos profundos sobre la salud física, psicomotora e intelectual, y además es causa de una elevada mortalidad, sobre - todo en la primera infancia, y de una corta expectativa de vida.

" Coincidiendo con esta opinión, nutricionistas de la organiz

(1) CURSOS DE ORIENTACION FAMILIAR. Medicina y salud. Editorial Océano. p.p. 105.

zación Mundial de la Salud (O.M.S.) estiman que el 43% de los niños de menos de 5 años que viven en países en desarrollo , son -- víctimas de un retraso importante en su crecimiento por desnutrición. Esto es lo que revelan investigaciones realizadas en países del tercer mundo. " En la mayoría de los países de Asia que han proporcionado datos (Pakistán, India, Bangladesh, Laos, Vietnam, Birmania, Bután), se han encontrado una tasa netamente superior a ésta, mientras que la situación parece más contrastada en Africa, según los países (Etiopía, Mauritania, Ruanda, Malawi, Uganda, Nigeria, Tanzania, son los más afectados de los países estudiados) y parece globalmente menos grave en América Latina". (1).

Según la opinión del Dr Adolfo Chávez Villasana: " El problema de la desnutrición visto a nivel Latinoamericano, México, sigue siendo uno de los países más desnutridos". (2). Quiere decir que los demás países han progresado más en el aspecto de la nutrición; pues después de México sólo se pueden mencionar: Haití, --- Bolivia y Guatemala como más desnutridos.

En cuanto a México, miles de niños y personas adultas sufren diariamente las consecuencias de una mala alimentación, y para -- todos es bien sabido que una buena alimentación es importante para mantener la salud y gozar de un óptimo desarrollo como ser --- humano.

Ya que la desnutrición es un estado biológico que es ocasionado por la deficiencia de cualquiera de los nutrientes. Esto es

(1) MEXICO UN PAIS DESNUTRIDO. Muy interesante. México, D. F. 1995.

(2) IBIDEM.

la deficiencia de energía y proteínas, que por lo general se combina con la carencia de varias vitaminas y de hierro.

En forma general puede señalarse que la desnutrición es consecuencia de diversos fenómenos sociales entre los que pueden mencionarse: el desarrollo tecnológico, el nivel económico de la familia, pues no puede esperarse que una familia que percibe el sueldo mínimo y con 3 o 4 hijos puedan brindarle a estos una buena nutrición. Otros factores son: las tradiciones y tabúes ligados con la alimentación, la falta de información y de cultura en la misma, la disponibilidad del alimento y producción del mismo.

En el territorio nacional son varias las zonas que se presentan con este problema, por ejemplo: Oaxaca, Chiapas y parte de Guerrero presentan una desnutrición muy grave, Mientras que la Sierra Madre Oriental desde la Huasteca hasta Chiapas, tiene según la opinión del Dr Chávez, nueve millones de habitantes de los cuales el 80% está muy desnutrido. Con respecto al sureste comenta que: ha tenido varias etapas, antes estaba muy mal, sin embargo ha ido mejorando, aunque todavía no puede decirse que haya superado la situación.

Las investigaciones del Instituto Nacional de Nutrición han demostrado que, en promedio, el 65% de los niños preescolares de las áreas rurales y el 30% de las áreas urbanas sufren desnutrición en algunos de sus grados. El efecto que esto tiene en la tasa de mortalidad y morbilidad y en el desarrollo humano es tan---

profunda que el daño a nivel individual y colectivo es incalculable.

Con relación a esto, el niño que se encuentra en edad preescolar suele ser muy inquieto, por lo que su consumo o requerimiento energético es alto. Los padres necesitan cuidar la alimentación del pequeño. Pues ésta, proporcionada en forma balanceada y adecuada al infante, permite su crecimiento y desarrollo psicológico, biológico y físico, sin embargo una dieta insuficiente en cantidad y calidad puede provocar desnutrición; ésta da lugar a daños físicos y trastornos en el desarrollo mental que se pueden manifestar, entre otras formas, por las dificultades en el aprendizaje.

Es preciso señalar, que las bases de una buena o mala alimentación se cimentan en la infancia, cuando el organismo se adapta así una vez que los niños crecen en un medio donde predomina la desnutrición, es difícil que se recuperen, porque ésta modifica ciertas características de personalidad y fisiológicas, es decir adapta al organismo a la falta de energía y realmente es muy difícil que cambien de hábitos alimenticios.

Ahora bien, la escuela por la función que desempeña como institución formadora de hábitos, actitudes y valores, y debido a la estrecha relación que existe entre el Jardín de Infantes y la comunidad, es posible que influya en la población, haciendo extensivos los beneficios de la orientación alimentaria, al brindarle-

información práctica a la población preescolar y su familia.

Involucrar a los padres de familia en las actividades del Jardín de Niños ha sido una de las preocupaciones permanentes en el nivel preescolar, ya que sólo así, podrá lograrse una mejor relación entre familia y educadora, relación que favorecerá el mejor conocimiento de las costumbres familiares, en cuanto a la alimentación, higiene, y en general el medio en que se desenvuelven los niños.

Como ya se ha mencionado, la alimentación adecuada del niño permite su crecimiento y desarrollo, y cuanto más crece, más son sus necesidades, las cuales deben ser satisfechas con una dieta balanceada; más sin embargo, esto no sucede por diversos factores socio-económicos y culturales que limitan las posibilidades de una buena nutrición en la infancia. Es por esto que se propone investigar:

¿ COMO INFLUYE LA DESNUTRICION EN EL APRENDIZAJE DEL NIÑO EN EL NIVEL PREESCOLAR.?

1.2. Delimitación del problema

La desnutrición es un problema cuyo origen es determinado--- por factores tales como: la pobreza, la falta de cultura higiénico-dietética para seleccionar los alimentos adecuados, estas características existen en la población en un porcentaje alto por lo que ya es preocupación de diferentes instituciones, dedicadas a la conservación e investigación de la salud pública, así como otros sectores de la población. Entre los que pueden mencionarse a las instituciones educativas, que en los últimos años ha mostrado gran interés en el aspecto nutricional de los educandos.

Esto se debe en parte, ha que han surgido teorías acerca de los múltiples aspectos que perjudican o retrasan el aprendizaje, y una de ellas es la falta de una alimentación balanceada, como es sabido perjudica el desarrollo infantil.

Así puede notarse que en todo Jardín de Infantes, sea urbano o rural siempre se encontrarán problemas de desnutrición en los preescolares, consecuencia lógica del consumo excesivo de alimentos con escaso valor nutritivo. Todos estos antecedentes llevan a realizar la presente investigación en el Jardín de Niños: " Olga-María Morales de Macossay" que se encuentra localizado en la Cd.- del Carmen, municipio del mismo nombre, estado de Campeche. Este centro educativo se ubica en la colonia Morelos, en la calle 57 x 60 s/n.

se pretende realizar la investigación en el segundo grado--- grupo único en el año de 1997. En este grupo se ha detectado ---- aproximadamente un 10% de niños con problemas de desnutrición. -- Entre los aspectos que se han podido observar están: bajo nivel - cultural y socio-económico al que pertenecen las familias de algu- nos pequeños, la comida poco nutritiva que llevan para su desayu- no, así como también la poca participación que tienen los niños - en las actividades que se realizan, su desgano y con frecuencia - dicen estar cansados, y en algunas ocasiones, se han llegado a -- quedar dormidos en el salón de clases, En contraste con sus demás compañeros que son incansables y siempre se encuentran en plena - actividad.

En relación con este problema, la Direcció General de Educa- ción Preescolar, atenta a satisfacer las necesidades del niño de- 4 a 6 años, y preocupados por la preservación de la salud en el - ser humano, y convencidos de la relación e importancia que tiene- este aspecto en el contexto educativo, ha proporcionado al nivel- preescolar diversos programas para apoyar su práctica docente, -- entre los cuales se encuentra el de " Apoyo para protección y --- **mejoramiento de la salud del preescolar** " El cual contribuye a la detección del estado de nutrición y de salud en general, así como a su atención, revisión permanente del esquema de vacunación y -- aplicación complementaria de la dosis faltantes.

El programa anteriormente señalado sugiere acciones especí--

ficas, tales como la promoción, difusión, planeación, realización y evaluación de contenidos. La tarea del docente del Jardín de Niños en este aspecto es muy importante, ya que es el encargado de conocer, analizar, jerarquizar, priorizar y adecuar dichos contenidos, considerando las características y necesidades de la población que atiende y el contexto social en el que se encuentra ubicado el plantel, sin olvidar que este programa está encaminado hacia un fin común, que es el de preservar la salud integral del ser humano, y en forma especial la del preescolar.

Otro de los aspectos que pretende favorecer dicho programa es que, en forma conjunta, educadora, familia y comunidad, en unión con el personal de las instituciones de salud, apoyen y proporcionen información adecuada a través de conferencias, pláticas, muestras gastronómicas, etc, que les enseñen a preparar una dieta balanceada, y sobre todo adecuada al preescolar. Permitiéndole así, mejorar el contenido nutricional de su dieta diaria, tomando en cuenta la economía familiar.

Cabe señalar que uno de los mayores problemas de salud pública, causante de las altas tasas de mortalidad, son las enfermedades infecciosas, como: Las diarreas y parasitosis las cuales están relacionadas estrechamente con el estado nutricional, por lo que es indispensable que al preparar los alimentos se realice con la más estricta limpieza.

Como ya se mencionó anteriormente, la desnutrición afecta a-

la mayor parte de la población en edad preescolar y sobre todo a la familia de bajos recursos económicos, es por ello que se pretende investigar además de sus factores, económicos, sociales y culturales que la originan, sus repercusiones en la enseñanza---- aprendizaje del preescolar, algunas enfermedades que se derivan de ella, y la forma en que el nivel preescolar ha tratado de influir para disminuir su incidencia.

1.3. Justificación del problema

La ingestión de alimentos que el cuerpo recibe y utiliza determinan en gran medida su crecimiento, desarrollo, y mantenimiento. Por ello es necesario brindar a la población en general información práctica que le auxilie en la integración cotidiana de una dieta recomendable, es decir que satisfaga los requerimientos de nutrimentos del organismo y sea accesible de acuerdo con los recursos económicos disponibles. Ya que se ha podido notar que la alimentación en este medio, en general es deficiente, y no llena los requisitos de una buena alimentación, que nutra y contribuya a un buen desarrollo físico y mental.

Una de las causas de esta situación es, como ya se mencionó que no existe una orientación en los hogares acerca de cuales son los alimentos que deben comprar para poder lograr una dieta balanceada. Otro de los problemas que afectan la nutrición familiar es el escaso dinero que se destina a la compra de los alimentos, ya que se sabe que en los estratos socio-económicos más bajos es donde se percibe menos dinero y casi siempre se mal emplea. Otro aspecto no menos importante es la distribución intrafamiliar de los alimentos, es decir que no son proporcionados en calidad y cantidad que requiere cada uno de los miembros de la familia, esto es que casi siempre se le da más y mejor al padre que a los niños.

Otra de las causas es la abrumante y exhaustiva propaganda que se proyecta a través de los medios de comunicación colectiva.

que ha originado como fenómeno social el adoptar patrones de consumo que nada tienen que ver con la cultura y contexto social, lo que ha dado lugar al aumento en la demanda de productos con escaso valor nutritivo.

En relación con lo anterior, los expertos en nutrición afirman que las deficiencias nutricionales más graves son padecidas por los niños menores de cinco años que habitan el medio rural y urbano marginado. Estas deficiencias asociadas a procesos infecciosos constituyen las principales causas de muerte ya sea de manera directa o indirecta.

Se ha pensado que una manera de prevenir estas enfermedades es mediante la orientación alimentaria. La escuela en este aspecto cobra mucha importancia, como receptor de toda diversidad y pluralidad de las condiciones económicas, educativas, culturales etc, de la sociedad, ya que es el docente por medio de su práctica educativa y convivencia cotidiana con la comunidad, quién puede llegar a identificar y promover hábitos alimentarios congruentes con su contexto social y cultural.

Es por esto que en la actualidad las educadoras ya no se limitan a cumplir solamente con su práctica educativa, y en respuesta a los programas que proporciona el Departamento de Educación Preescolar, intentan cumplir con los objetivos de los programas de nutrición, organizando pláticas, mensajes y orientaciones acerca de una buena nutrición. Pues se ha podido observar que en-

los Jardines de Infantes la dieta del preescolar consiste mayormente en golosinas, refrescos gaseosos, y un sin fin de productos industrializados, que no alimentan al niño y si dañan su salud.

Concrétamente refiriéndose al Jardín de Niños donde se realizará ésta investigación, se ha podido notar que las madres de familia, se les hace muy cómodo comprar cualquier golosina y dársela a su hijo, o en otro de los casos, en el mercado que se encuentra ubicado a un costado de la institución mencionada, adquieren comida con escaso valor nutritivo, o que son preparadas con poca higiene, lo cual suele provocar constantes infecciones intestinales entre la población infantil que asiste a la escuela.

Ante esta situación, que en algunos de los casos es de apatía y en otros por falta de información: la institución ha procurado brindar información y orientación adecuada a las madres de familia, ya que se han detectado algunos niños con problemas de desnutrición, lo que está perjudicando el aprovechamiento de los alumnos.

Por todos es bien sabido que, a esta edad los pequeños suelen ser muy inquietos, por lo que sus requerimientos energéticos son muy altos; y si no se les proporciona las calorías que necesita no podrá rendir lo mismo que un niño bien alimentado.

Se ha podido observar que en el segundo grado grupo único donde se realizará la investigación hay un porcentaje aproximado

del 20% de niños que presentan ciertos síntomas como son: apatía, se cansan con frecuencia, no quieren participar en las actividades con sus compañeros e inclusive se niegan a comer los alimentos que se les proporcionan y se encuentran constantemente irritables. Estos niños pertenecen a la clase baja, por lo que los padres no tienen orientación adecuada, y su cultura les hace difícil acceder a proporcionar una dieta nutritiva a sus hijos, inclusive estos pequeños en ocasiones asisten al plantel sin desayunar y no llevan alimentos, lo que influye negativamente en su aprendizaje.

Se considera que la intervención del docente es muy importante, para detectar y corregir, en la medida de lo posible todos estos problemas que se agravan debido al desconocimiento de los padres, acerca de los alimentos que tienen un alto valor nutritivo.

1.4. Objetivos

Como se ha venido mencionando a lo largo de este trabajo,--- una buena alimentación es el resultado de ingerir los alimentos - debidos en cantidades adecuadas para permitir al cuerpo, desempeñar sus actividades, y que regulen sus funciones corporales, como el crecimiento.

De esta forma las necesidades de todos los elementos alimenticios básicos pueden ser satisfechos mediante la selección adecuada de los alimentos ordinarios. Pues en algunos casos, el consumir productos demasiado purificados, llega a producir mal nutrición y si se une a esto los defectos que pudieran tener los mismos en su preparación, entonces se podría ocasionar pérdidas de - vitaminas y minerales indispensables para el organismo del niño.

Estas carencias se deben en gran medida a la ignorancia, a - la indiferencia, a la pobreza, pero sobre todo a la falta de información en las madres de familia con respecto a este tema.

Los nutriólogos opinan al respecto: que esta falta de vitaminas se presenta con más frecuencia en preescolares que tienen una dieta muy baja en proteínas y minerales sobre todo de origen animal.

También ennumeran que los signos que son universales y que - por lo regular se presentan son: talla y peso bajo, disminución -

en el desarrollo de los músculos, el infante se niega a comer, y por eso es común que se encuentre irritable, por lo que generalmente se vuelve agresivo con sus compañeros, se duerme en clases-- se cansa con frecuencia, y como consecuencia de esto el proceso-- enseñanza-aprendizaje es deficiente, pues no logra concentrarse-- en las actividades ni rinde lo que sus demás compañeros, que siempre suelen estar activos.

Esto como ya se mencionó es propiciado en parte por las ca-- rencias económicas de la mayoría de las familias, que no pudiendo adquirir frutas y alimentos naturales por su alto costo se ven en la necesidad de consumir alimentos con bajo valor nutritivo por-- que suelen tener menos costo, añadiendo a ésta la ignorancia y la falta de interés de los padres de familia.

Ante este panorama, el Jardín de Niños intenta contribuir, a la disminución de la desnutrición y por consiguiente a la incidencia de las enfermedades infecciosas que aquejan a la población -- infantil. Pues por la interrelación que se da entre educadora y -- padres de familia es más probable que se logre una influencia po-- sitiva en este aspecto, ya que en los constantes acercamientos de la educadora al hogar de los pequeños, podría surgir la oportuni-- dad, y la situación adecuada en la que ésta con sutileza brinde-- consejos e información adecuada, acerca de una alimentación balanceada. Es por los motivos anteriores que este trabajo tiene como-- objetivos:

- 1.- Concientizar a los padres de familia, sobre la importancia de

brindar una alimentación balanceada al preescolar.

2.- Inculcar hábitos de higiene en el niño preescolar con el fin de facilitar el cuidado de su salud.

Ya que por todos es bien sabido que la falta de higiene provoca enfermedades infecciosas, que dañan el organismo, lo deterioran impidiendo una participación óptima del infante en la escuela.

Así, que por ser éste un tema que preocupa a la escuela, la Dirección General de Educación Preescolar, proporcionó a los docentes del país **la guía para la salud en el nivel preescolar**, la cual tiene como objetivo brindar información en todos los aspectos de la salud del niño para que sea posible llevar a cabo la labor de concientización a los padres, ya que son ellos los únicos responsables del cuidado de la salud de sus hijos, y sin la participación de ellos sería imposible llevar a cabo esta labor, para esto la educadora se podrá apoyar en periódicos murales, cartas murales hechas por los niños, exposiciones gastronómicas en las que involucren a los padres, y diversidad de actividades que contribuyan a la conservación y cuidado de la salud.

De esta forma, la escuela no sólo contribuye a desarrollar el proceso cognoscitivo del infante, sino que también, tomando como base el contexto socio-cultural, en que se desenvuelva, procurará formar una mentalidad nueva en los padres, para lograr un cambio en los hábitos alimenticios de la comunidad.

2. M A R C O C O N T E X T U A L

2.1. Antecedentes del problema

El problema de la desnutrición, existe desde antaño, esto es siempre han existido épocas de penuria y hambre, lo que ha contribuido a agudizar las enfermedades infecciosas, las cuales unidas a condiciones poco higiénicas las complican favoreciendo su proliferación, así como las deficitarias que se refieren a la falta de proteínas por avitaminosis, por ausencia en la dieta de ciertos aminoácidos esenciales, etc.

Se ha podido observar que en los países subdesarrollados hay una alta tasa de mortalidad infantil; fundamentalmente por gastroenteritis, enfermedades eruptivas, parasitosis. Como puede notarse hay un gran predominio de las afecciones infecto-contagiosas; lo que se debe en gran parte a la subalimentación, a la falta de agua potable, a la eliminación incorrecta de las aguas residuales, a la mala atención, etc.

Esta subalimentación que se menciona puede ser causada, por diversos factores: la falta de cultura, la falta de recursos económicos, las tradiciones y tabúes en la alimentación, el desconocimiento de los beneficios de una alimentación balanceada. Unido a esto, se puede señalar el gran abismo que se abre entre el ritmo de crecimiento de la población y el suministro de alimentos disponibles, es decir, que los países retrasados en su producción han aumentado el ritmo de crecimiento, por lo que al ser ésta inadecuada e inferior a su población se ven obligados a complementar

las con importaciones.

En cuanto a la población Mexicana, otro aspecto que contribuye a agravar el problema de la desnutrición, es que en épocas pasadas, la base de la ración alimenticia consistía en un consumo-- predominante de cereales (trigo, arroz, centeno, maíz,) los cuales eran naturales, lo que actualmente ha cambiado debido a la -- progresiva industrialización, generando un consumo cada vez mayor en carbohidratos, productos refinados, grasa animal, carnes y diversidad de productos enlatados, provocando que la población disminuya o en ocasiones nulifique el consumo de productos naturales, cereales, verduras, frutas y grasas vegetales.

Actualmente en México, miles de personas padecen los efectos de una mala alimentación: afecciones gastro-intestinales, aumento en la incidencia de las enfermedades crónicas e incluso la muerte estas manifestaciones pueden variar debido a que el país es muy-- extenso, por lo que no se come igual en el norte que en el sur. - Otro aspecto que favorece esta situación es que la mayoría de los niños que nacen, pertenecen a familias de escasos recursos, así - como el fenómeno de los medios masivos de comunicación que bombardean a las familias con anuncios de alimentos industrializados -- que no aportan vitaminas a los individuos sino más acceso a calorías, así como también el crecimiento de las ciudades.

Debido a que la desnutrición tiene diferentes manifestaciones, a continuación se pretende dar una visión de los anteceden--

tes de la presente investigación, que se realiza en el Jardín de Niños Olga Maria Morales de Macossay que se encuentra ubicado en la calle 57 x 60 s/n colonia Morelos, en la ciudad del Carmen, -- municipio del mismo nombre estado de Campeche.

Las familias de los pequeños que asisten a este plantel en su mayoría pertenecen a la clase media y baja, y su conocimiento acerca de la alimentación balanceada es muy escasa y no manifiestan interés por la misma, consumiendo preferentemente carnes, o mariscos, eliminando prácticamente de su dieta, verduras, legumbres y las frutas son consumidas esporádicamente, en cambio incluyen en cantidades excesivas, productos industrializados con poco o nulo valor nutritivo. Este tipo de alimentación es acostumbrada por la gente de esta comunidad, desde antaño ya que son muchas -- las generaciones que se han crecido con este abuso y descompensación en su alimentación.

Desde que se fundó este Jardín de Niños, se pudo detectar -- que existe un problema de desnutrición entre la población infantil que asiste al mismo, debido al aspecto físico, a la apatía y desgano que muestran los alumnos. Una situación muy notoria fue el hecho de que el desayuno que llevan estos pequeños consiste en alimentos industrializados, poco nutritivos, abusando en el consumo de harinas, azúcares, bebidas gaseosas, grasas animales, y diversidad de productos que no contienen nutrientes que el cuerpo pudiera aprovechar. Por lo que es preciso realizar campañas. pláticas, cartas murales, y aprovechar todos los recursos disponi---

bles, para orientar a estas familias, sin embargo pocos han sido los logros, porque si bien es verdad que es muy difícil cambiar las costumbres alimenticias de personas adultas, ya que estos hábitos los adquieren desde pequeños, también es verdad que se necesita una lucha constante y tenaz, así como un bombardeo constante de información, y actividades que logren interesar a las familias de esta comunidad.

En este aspecto, la escuela ha fallado debido a que no ha tenido la suficiente organización, y apoyo por parte del aspecto administrativo, pues ha tenido un constante cambio tanto de personal docente como directivo, lo que ha provocado que en muchas ocasiones se inicien campañas que nunca se terminan, se olviden actividades que deben realizarse, se releguen normas o disposiciones que se implantaron por acuerdo de los propios padres, produciéndose una regresión de lo poco que se había avanzado. Esta situación hace cómplice a la escuela y a su personal ya que al olvidar ciertas actividades no se exige el apoyo de otras instituciones cuya participación es indispensable para el logro de todos los objetivos en cuanto a la educación para la salud.

2.2. Condiciones situacionales

La Ciudad del Carmen se encuentra asentada en una isla del estado de Campeche, la que tiene una superficie de 12,833 km² limita al norte con el Golfo de México, al sur con la Laguna de Términos, al este con el poblado de Isla aguada y al oeste con Punta Zacatal. La cd se encuentra dividida en barrios y colonias entre las que se encuentra el de la colonia morelos.

En esta colonia se localiza el Jardín de Niños " Olga María-Morales de Macossay" en la calle 57 x 60 s/n, a su alrededor existen diversos centros comerciales que son fuentes de trabajo para algunas de las familias de la localidad.

Dichas familias pertenecen a la clase media y baja desempeñándose como: obreros, empleados, trabajadores eventuales, etc, sintiéndose en la necesidad de trabajar ambos padres, lo que provoca que los hijos sean desatendidos, pues con frecuencia son dejados con la hermana o el hermano mayor o con alguna vecina, que no les brinda una atención adecuada, tanto en el cuidado personal como en su alimentación, por lo que estos infantes suelen comer a diversas horas, y por lo común alimentos poco nutritivos, esta dieta deficiente se refleja en el estado de ánimo que proyectan los infantes en el salón de clases, con frecuencia están irritables, por lo que se muestran agresivos, se cansan constantemente, en cuanto al estado físico se hallan bajos de peso y talla, se muestran apáticos para comer e incluso se niegan a probar alimento.

En el hogar suele suceder que debido a la falta de información, o de interés los padres desconozcan las propiedades nutritivas de algunos alimentos, o como preparar una dieta balanceada y su significado, es decir la forma de combinar adecuadamente los alimentos para favorecer la nutrición de sus hijos.

Otro de los aspectos que influyen de manera decisiva en este problema es el hecho de que en esta comunidad, siempre se ha acostumbrado a consumir carnes rojas, mariscos, aves, y en forma esporádica las frutas. Esto es muy importante debido a que las personas adultas, han adquirido este hábito alimenticio desde pequeños por lo que resulta muy difícil modificarlos: perjudicando a su vez a las nuevas generaciones al no cambiar este régimen alimenticio.

También hay que reconocer que la escuela no ha cumplido satisfactoriamente con su deber, convirtiéndose en cómplice de esta situación, al no llevar en forma adecuada, las campañas, programas, pláticas, o no se realizan, ya sea por falta de apoyo del sector salud, al no presentarse a impartirlas, o porque hay cambio de personal administrativo y la persona que llega no está enterada de las actividades planeadas, suspendiéndolas hasta nuevo aviso, o porque las educadoras ya perdieron el entusiasmo y el interés al recibir como respuesta a sus esfuerzos, fracasos y desinterés por parte de la comunidad. Todas estas situaciones favorecen el incremento de la desnutrición.

Otro de los aspectos que debe tomarse en cuenta, es la higiene, en esta comunidad las casas tienen cocinas en las que impera el desorden y falta de higiene, tanto para preparar los alimentos como cuando se ingieren, no les enseñan a sus hijos las normas -- más elementales de higiene como son lavarse las manos antes de -- comer y después de ir al baño, los niños llegan desaseados a la -- escuela, sin lavarse los dientes etc. En este sentido la escuela -- ha contribuido positivamente pues de unos años a la fecha se ha -- hecho obligatorio que todos los niños tengan sus cepillo de ---- dientes y su vaso, así como jabón y toalla con el fin de inculcar el lavarse las manos cuando sea necesario así como el cepillarse los dientes, en esta actividad se esta poniendo mucho interés y -- se lleva a cabo todos los días. Ya que la falta de higiene para -- preparar o ingerir alimentos contribuye a la ingesta de bacterias y microbios que deterioran su nutrición.

3. M A R C O T E O R I C O

3.1. Marco teórico

Antes de hablar de nutrición hay que diferenciar alimentación de nutrición. La alimentación es la acción voluntaria por medio de la cual el individuo ingiere comestibles. La alimentación varía según la cultura, la situación económica, el gusto y el estado de ánimo. Nutrición es el conjunto de procesos químicos que realiza el organismo digiriendo, absorbiendo, y utilizando los nutrientes contenidos en los alimentos para su crecimiento, mantenimiento y reparación.

En cuanto a la desnutrición, ésta suele ser consecuencia de una alimentación inadecuada o de la absorción defectuosa de los alimentos. La escasez de éstos, ciertos hábitos dietéticos y los gustos caprichosos, así como los factores emocionales pueden causar desnutrición, ya que los requerimientos de sustancias nutritivas esenciales pueden aumentar durante los estados de tensión y de enfermedad, así como en el curso de la administración de antibióticos.

La desnutrición no siempre se manifiesta por un peso inferior al normal. La fatiga, la lassitud, inquietud, nerviosidad son manifestaciones frecuentes. La inquietud y actividad excesiva son con frecuencia interpretadas erróneamente por lo padres como prueba de que el niño no está fatigado. La anorexia, los trastornos digestivos corrientes y el estreñimiento son frecuentes e incluso en niños mayores, puede observarse el tipo de diarrea mucóí

de de hambre. Estos niños tienen a menudo un poder limitado de -- atención y hacen sus tareas escolares deficientemente. Presentan -- mayor sensibilidad a las infecciones, en especial de los aparatos -- gastrointestinal y respiratorio. El desarrollo muscular es insufi -- ciente y los músculos flácidos dan origen a la llamada fatiga -- postural con hombros redondeados, tórax plano y abdomen prominente. Estos niños con frecuencia presentan expresión de fatiga -- tienen el rostro pálido, y los ojos carecen de brillo.

En la desnutrición se pueden encontrar disminuídos el peso y la talla, falta de minerales, y alteraciones en los diferentes -- sistemas del organismo. Su repercusión es muy grave porque pueden presentarse desde antes de nacer: los niños que provienen de ma -- dres desnutridas desde el nacimiento tienen menor peso, problemas de salud, crecimiento y desarrollo desde un principio ya que el -- organismo necesita formar nuevos tejidos y renovar constantemente sus componentes, así como obtener energía de los nutrientes para -- llevar a cabo sus funciones. El desarrollo Psicológico también se altera, El niño desnutrido queda rezagado en relación con los ni -- ños sanos, es más propenso a contraer enfermedades infecciosas -- que en ellos tienen una evolución más larga; los efectos de la -- desnutrición trascienden, provocando la disminución de la aten --- ción del niño, lo cual provoca bajo rendimiento, disminuye la --- creatividad, el espíritu de cooperación y provoca inseguridad, -- desconfianza, apatía, agresividad, e inquietud. En ocasiones se -- duerme en clase, y se enferma con frecuencia lo que provoca ausen --- cias prolongadas en el plantel.

En cuanto a su evolución hay diferentes grados de desnutrición:

1er grado el individuo pesa del 10 al 25% menos de lo normal.
2do grado: el individuo pesa del 26 al 40% menos del peso normal.
3er grado: el individuo pesa menos del 40% del peso normal.

En la desnutrición de primer grado el niño no sube de peso, después detiene su crecimiento, si se trata de un niño pequeño llora mucho, y si es más grande no juega y disminuye un poco su fuerza muscular. Esto se debe a la falta de ingestión de nutrientes.

En la desnutrición de 2do grado se detiene el peso y la estatura, los músculos se vuelven flácidos, el niño se siente débil, sin fuerza, puede tener trastornos digestivos y diarrea, su piel se vuelve seca y puede tener grietas en las comisuras de la boca, su piel se puede observar con manchas de color café rojizo puede tener alteraciones en el corazón, los ojos o el sistema nervioso, porque generalmente tiene deficiencias vitamínicas, anemia, se vuelve perezoso y se duerme con facilidad durante el día, puede deberse a enfermedades infecciosas y parasitarias.

La desnutrición de tercer grado puede tener dos presentaciones: el marasmo en los lactantes y el kwashiorkor en los preescolares. Su causa principal es la inanición y sus signos pueden ser universales, circunstanciales y agregados.

Signos universales: Falta de crecimiento fundamentalmente debido al peso, falta de desarrollo del tejido muscular. Signos cir

cunstanciales: alteraciones en la piel, la textura y el color del cabello y anemia. Son agregados: las enfermedades diarreicas y la bronconeúmonia.

" El kwashiorkor: se presenta con más frecuencia en preescolares, que tienen una dieta muy baja en proteínas, sobre todo de origen animal. Los signos universales que siempre se presentan son tallas y peso bajos, retención de líquidos en los tejidos, -- atrofia muscular (disminución en el desarrollo de los músculos) -- y alteraciones psicológicas, el niño se niega a comer, puede permanecer varios días sin moverse, sin tener expresión o estar irritable, signos circunstanciales: edema (retención de líquidos -- que hace que aumente el volumen), alteraciones en el cabello, en la pigmentación de la piel y anemia. Signos agregados: alteraciones de la piel, signos de deficiencias de vitaminas y minerales, crecimiento de hígado y bazo y diarrea, que se acentúa cuando hay alteraciones en la digestión y absorción de carbohidratos." (1).

La desnutrición afecta a cualquier sexo y edad aunque tiene mayor repercusión en los niños, en algunos casos está relacionada con los hábitos alimenticios y con el estado previo de salud. Se puede encontrar en cualquier sitio, en cualquier medio socio-económico, donde la falta de información esté presente, debido al -- inadecuado saneamiento de la comunidad y la vivienda, etc.

Para contrarrestar la desnutrición los productos alimenticios

(1) ANORVE CARMONA IDELFONSO. Desnutrición. Hospital general de la S.S.A. p.p. 6

deben ser variados para poder proporcionar los nutrientes requeridos por el organismo. Estos nutrientes son orgánicos e inorgánicos. Los primeros se subdividen en vitaminas y principios inmediatos, estos últimos son: los prótidos, los lípidos, y los glúcidos. Los nutrientes inorgánicos por su parte se dividen en agua y sales minerales.

" Los prótidos o proteínas sirven al organismo como elemento plástico, para la formación de músculos y órganos internos. En caso de aporte insuficiente de energía por falta de glúcidos o grasas, las proteínas son aprovechadas para proveer energía. Del 10 al 15% del total de calorías debe ser provisto por proteínas y de ellas 2/3 pueden ser de origen animal y el tercio restante vegetal." (1)

En cuanto a los lípidos son los principales proveedores de energía. Se clasifican según el tipo de ácido graso que contengan saturado, monosaturado, o poliinsaturado. El 30% de la cantidad total de calorías debe ser proporcionado por lípidos. El consumo superior al necesario provoca obesidad.

"Los glúcidos o hidratos de carbono, al igual que las grasas, son productos energéticos. Su origen es sobre todo vegetal. Los hidratos de carbono más importantes son los polisacáridos, ya que además de energía suministran celulosa, residuo muy importante para la función digestiva. Se encuentra en las frutas y algunos vegetales. Los glúcidos deben proporcionar el 50% de las necesidades

(1) CURSOS DE ORIENTACION FAMILIAR . Medicina y salud. Editorial Océano. Barcelona. p.p. 110.

energéticas, de ser posible una parte elevada en polisacáridos y un porcentaje reducido en azúcares." (1).

Junto con los principios inmediatos y demás sustancias con o sin valor calórico, la alimentación humana ha de contar con vitaminas: pues su ausencia en la alimentación conduce a diversos estados patológicos. La denominación de vitaminas, con sus compuestos precursores, alberga unas cuarenta sustancias diferentes que actúan biológicamente en cantidades mínimas. Las vitaminas más importantes para el hombre son: la A, Las del grupo B, la C, la D, la E, y la K.

La deficiencia de vitamina A produce trastornos visuales --- (ceguera nocturna); alteraciones de la córnea (xeroftalmía y -- queratomalacia); alteraciones de la piel (sequedad, abscesos, -- forúnculos, acné, etc.), alteraciones del desarrollo dentario etc. Se encuentra en forma natural en el aceite de hígado de bacalao, aceites vegetales, espinacas; otras verduras, como zanahoria, col, lechuga, brócoli, tomates; leche; yema de huevo, algunos quesos.

La falta de vitamina B (tiamina, aneurina) provoca una enfermedad específica, el beriberi, acarrea graves trastornos del aprovechamiento de los hidratos de carbono. Se manifiesta por alteraciones en la función muscular (corazón, músculos esqueléticos, entre los síntomas carenciales se encuentran los problemas digestivos (atonía gástrica, inapetencia, vómitos, tendencias al mareo en los viajes, incapacidad para la concentración etc. Sus -

(1) CURSOS DE ORIENTACION FAMILIAR. Medicina y salud. Editorial Océano. Barcelona. p.p. 111.

fuentes naturales: la levadura de cerveza, germen de grano de cereal; pan integral; verduras frescas (en muy pequeñas cantidades).

Vitamina B2 (riboflavina, Lactoflavina), favorece el crecimiento y el desarrollo corporal, interviene en la absorción intestinal de los hidratos de carbono y es necesaria para el normal metabolismo de la córnea. Su deficiencia produce trastorno del feto (alteraciones del esqueleto), inflamaciones de la lengua y de los labios, trastornos de las mucosas y de la piel, trastornos nerviosos centrales y depresiones. Se encuentra en la levadura de cerveza, extracto de carne; riñones e hígado, y cantidades inferiores en las verduras frescas, carnes, pescados, pan, nueces, arroz, etc.

La vitamina C, su ausencia produce una enfermedad específica el escorbuto. Se caracteriza por la aparición de frecuentes hemorragias en las encías y por un debilitamiento de las defensas contra toda clase de infecciones, anemias, trastornos del crecimiento y desarrollo, sobre todo ósea, debilidad general y fragilidad de los vasos sanguíneos, Se encuentra en casi todas las frutas y plantas verdes, sobre todo en los cítricos (toronjas, limones, naranjas). Algunas plantas las contienen en gran cantidad (berros, pimientos verdes, moras, rabános, perejil).

Vitamina D. Su actividad es imprescindible para la regulación del metabolismo del calcio y del fósforo, su escasez produce una enfermedad específica: el raquitismo infantil y su forma adulta

ta, la esteomalacia, además conduce a un desarrollo deficiente de los huesos y dientes.

Vitaminas E (tocoferol). No se ha podido determinar con certeza carencias específicas de ésta vitamina; las conocidas parecen corresponder a ciertas deficiencias musculares y glandulares, arteriosclerosis, várices, y trastornos respiratorios. Se encuentra especialmente en el aceite de germen de trigo, en el pan, --- aceites vegetales, yemas de huevo, arroz integral y leche.

La vitamina K, vitamina antihemorrágica. Su ausencia condiciona a graves problemas hemorrágicos. Se encuentra en las espinacas, repollo, coles de bruselas y en menor cantidad, en otras--- verduras, en la leche y en las carnes.

Además de las sustancias alimenticias de distinto valor calórico y plástico, el organismo depende del aporte de unos elementos nutritivos no portadores de energía: **las sales minerales, el calcio, el potasio, el magnesio, y el sodio**, tienen un papel fundamental en el mantenimiento del equilibrio ácido-base del organismo. El sodio y el potasio son particularmente importantes. El primero sirve sobre todo para mantener la presión de difusión, -- que facilita el intercambio metabólico entre células y sangre, -- jugando también un gran papel en la excitabilidad de nervios y músculos. Entre ambos **sodio y potasio** se establece un equilibrio cuya alteración tiene graves consecuencias patológicas. La mayor -- fuente de ambos se encuentra en la sal común , y en el cloruro

tásico, muy abundante en ciertos alimentos. El calcio, se encuentra principalmente, en la leche y sus derivados. Es fundamental en la formación de huesos, y su falta provoca la denominada descalcificación ósea y alteraciones en la contractibilidad muscular. **Fósforo y magnesio** : están presentes en casi todos los alimentos. También participan en la formación de los huesos y su carencia es excepcional.

En cuanto al agua, la necesidad de ella es de dos litros diarios, que deben suministrarse con los alimentos y en forma debida. Normalmente los alimentos sólidos ya proporcionan un litro, demasiada cantidad de agua no perjudica, pero su escasez puede ser muy perjudicial.

Es por lo anterior que se debe procurar una alimentación balanceada, que contenga elementos de cada uno de los tres grupos en cada comida. para asegurarle al niño el consumo de todos los nutrimentos.

Cabe mencionar que en México, la nutrición no es uniforme. en el sureste es muy deficiente. Es muy diferente en comunidades urbanas en buenas condiciones socioeconómicas y culturales que en comunidades rurales o suburbanas cultural, social, y económicamente débiles.

Existen básicamente tres tipos de dietas:

a) Dieta de tipo indígena: básicamente maíz, frijol, y pequeñas -

cantidades de otros alimentos.

b) Dieta mestiza: que contiene además café con leche y pan en las mañanas y sopa de pasta, arroz y carne a mediodía.

c) Dieta con influencia occidental: que contiene además, jugos de frutas, huevo, ensalada y postre.

Se calcula que un poco menos de la mitad de la población consume la dieta de tipo indígena y que muchas personas seleccionan los alimentos de acuerdo con sus costumbres; en muchas ocasiones comen lo que les gusta aunque no les nutra. La desnutrición afecta en su mayoría a los niños desde que están en el vientre materno hasta la edad preescolar ya que a esta edad, es cuando necesitan una dieta rica en proteínas y vitaminas que le aporten suficientes energías para compensar las que utilizan en sus juegos y actividades que realizan todo el día.

Se ha podido observar que en las comunidades rurales el niño siempre ha sido alimentado con leche materna durante el primer año de su vida. Hecho que en las zonas urbanas ha tenido épocas en que ha sido sustituida por la alimentación artificial, lo que ha favorecido la desnutrición infantil, ya sea por la falta de higiene al preparar la leche, o porque la misma no contenga los nutrimentos necesarios en cantidades adecuadas. Sin embargo en la actualidad se ha retomado la importancia que tiene el alimentar a los niños con la leche materna, concientizando a las madres y dándole mayor publicidad a los beneficios de este hecho.

Es necesario tener en cuenta, las condiciones socio-cultura-

les y económicas de los niños que asisten al plantel escolar ya-- que de este aspecto depende su alimentación y ésta a su vez tiene una considerable influencia sobre su actividad escolar. Porque -- tratándose de la desnutrición humana, la acción de los factores-- sociales y culturales es decisiva e imprime características úni-- cas al padecimiento.

Los factores que intervienen en el fenómeno de la mecánica-- socio-económica, actuando en forma muy importante para la presen-- tación de la desnutrición en la población son: la disponibilidad-- del alimento, el consumo del mismo y el aprovechamiento de cada - individuo, así como los hábitos alimenticios, el saneamiento ina-- decuado de la comunidad y la vivienda, la falta de higiene al --- preparar y consumir los alimentos.

La disponibilidad está dada por la producción, transporte y-- almacenamiento de los alimentos. Un país que tiene una industria-- agropecuaria deficiente, con tierras de cultivo de temporal en su mayoría, escasa maquinaria agrícola, falta de fertilizantes, etc, además con escasez de vías de comunicación como son carreteras y vías férreas, y un sistema de almacenamiento deficiente, van a -- determinar que la disponibilidad del alimento sea pobre y por lo-- tanto la repercusión en el estado nutricional de la población sea muy importante.

El aprovechamiento del alimento va a estar determinado en -- forma individual por las condiciones orgánicas de cada persona, -

Por algún tipo particular de patología que presente, por factores genéticos o ambientales. El consumo de los alimentos va a estar supeditado a factores sociales y culturales, que van a estar dados por los hábitos, creencias, costumbres, que van a ser distintas de una región a otra y que van a implicar distintos tipos de alimentación.

Otro factor es la higiene en la preparación de los alimentos ésta es de vital importancia, para evitar enfermedades infecciosas o gastrointestinales, así como también el inculcar hábitos de higiene en los preescolares, ayuda a mantenerlos saludables. La orientación alimentaria es una medida concreta que coadyuva a la prevención de la desnutrición, así como a la concientización de los padres para que de acuerdo con sus posibilidades logren preparar una dieta balanceada (cereales, tubérculos, leguminosas y alimentos de origen animal y frutas y verduras). No es conveniente premiar una buena conducta con productos industrializados y de bajo contenido nutricional.

4. ANALISIS INTERPRETATIVO

4.1. Análisis interpretativo

Obviamente, la prevención de la desnutrición en los niños en edad preescolar es una cuestión compleja, que varía de un lugar a otro, puede relacionarse con el nivel económico, la disponibilidad de alimentos y muchos otros factores. Pero lo que es cada vez más manifiesto, es la imperiosa necesidad de brindarle a los padres de familia una educación para la salud.

Teniendo presente esta necesidad, el sector educativo, proporciona al docente " El programa de modernización educativa" el cual plantea la necesidad de reformular contenidos y materiales didácticos, señalando la necesidad de impartir nociones precisas que faciliten a los educandos conocer la importancia de la salud, la nutrición y el cuidado del medio ambiente. En este sentido, el proceso de reformulación de contenidos pretende acentuar una educación que trasmite al alumno, conductas y actitudes que promuevan la salud en el medio familiar y en la comunidad.

Por lo tanto el logro de este objetivo conlleva a la familia como parte fundamental y determinante en la formación de la personalidad del niño en edad preescolar, esto es con el fin de establecer una continuidad entre la familia y la escuela. Para lo cual la educadora debe desempeñar la importante tarea de vincular a la familia con la institución escolar involucrando a los padres en las actividades que se realizan en el plantel con sus hijos.

Sin embargo la realidad, muestra que a pesar de las reiteradas ocasiones en que se ha manifestado la importancia de la relación familia-escuela-comunidad para la conservación de la salud, las prácticas cotidianas de cada uno de los que integran los diferentes grupos humanos, dista mucho de haber asumido actitudes que la favorezcan.

La apatía y la cotidianeidad están afectando negativamente el buen desarrollo de los mismos; porque si en un principio se realizaron con mucho entusiasmo por parte de los dos sectores:--- (escuela-instituciones de salud) el tiempo y los continuos fracasos, así como la falta de cooperación de la comunidad, la han convertido en una práctica rutinaria, cuyo objetivo es el de cumplir con el llenado de documentos y firmas para hacer constar que estos programas se están llevando a cabo, lo cual no favorece ni al niño, ni a la comunidad; debido a la superficialidad con la que se lleva a cabo. Pues al no sentir realmente interés en lo que se está promoviendo, todas las actividades que se realizan son esfuerzos que caen al vacío, ya que los padres de familia de igual manera asisten por cumplir con el plantel.

Por otra parte el sector salud no informa con tiempo anticipado estas reuniones, y por su parte la institución escolar las da a conocer el mismo día que se llevan a cabo, por lo que la asistencia de los padres es muy baja y en ocasiones nula, pues tienen otras cosas que realizar , o no les interesa. Todas estas-

situaciones han formado una cadena de apatía y desinterés en las-
cuales la única persona afectada es el niño.

Un aspecto muy importante de las actividades que se realizan
en la escuela, son las muestras gastronómicas debido a que parti-
cipan padres de familia y educadoras, elaborando platillos real-
mente nutritivos y de bajo costo, sin embargo se ha podido notar-
que los padres de familia se predisponen, negándose a ingerir ---
dichos platillos, pretextando que a su familia no les gusta ese--
tipo de comida, que no tienen sabor, o que sabe a hierba, mani---
festando su falta de información en el aspecto alimenticio, in---
discutiblemente en la dieta familiar de esta comunidad, no existe
un balance equitativo entre carnes, verduras, legumbres, frutas -
y otros productos que puedan proporcionar una adecuada combina---
ción entre vitaminas, proteínas, grasas, etc, más bien lo que ---
predomina es el abuso en el consumo de carnes, harinas y produc--
tos industrializados, no aceptando otro tipo de dieta, lo cual --
hace imperioso el suministro de una educación para la salud. Pero
ésta deberá ser realizada con una actitud verdaderamente compro--
metida por parte de todos los que la lleven a cabo.

5. P R O P U E S T A P E D A G O G I C A

5. Propuesta pedagógica

La situación que se ha venido describiendo a lo largo de esta investigación refleja lo que en muchas ocasiones se ha señalado, es decir que un país puede tener un buen programa educativo, pero si el pueblo padece hambre y miseria es muy difícil que logre evolucionar culturalmente. Por lo que es necesario llevar a cabo una reflexión que pretenda abarcar más allá de lo que se ha trabajado últimamente y que permita realizar las acciones que faciliten desarrollar dinámicas, que vayan de acuerdo con el actual programa de modernización educativa.

Para ello, se sugiere en primer lugar, que el personal docente del plantel asuma una actitud comprometida, para que desde inicio de curso se realicen asambleas en las que se expliquen el --- porque de la necesidad de cuidar la alimentación del niño preescolar; que tomen conciencia de que los pequeños que se encuentran en edad preescolar se caracterizan por:

-Continuar su crecimiento y desarrollo aunque no con la rapidez del primer año.

-Desarrolla mayor actividad, pues empieza a gatear y a caminar.- Ya a los 4 años tienen tanta actividad que su desgaste energético es más alto.

-Tienen gran capacidad de aprendizaje, capacidad que aprovechará mejor si tienen una alimentación balanceada, y a la vez reflejará una buena salud.

Sin embargo un estado nutricional deficiente, ocasiona que el rendimiento escolar sea bajo, por eso es aconsejable que la alimentación del niño sea suficiente en aporte calórico, completa en su valor nutritivo, balanceada y proporcionada a su edad en la medida de lo posible. En las asambleas que se realicen es importante que se tomen acuerdos referentes a los alimentos que deberá llevar el pequeño a la escuela, un ejemplo sería " la prohibición de introducir al plantel comidas industrializadas y bebidas gaseosas, con el fin de evitar el consumo de alimentos no nutritivos.

También podría sugerirse el establecimiento de un menú en el Jardín de Niños que todos deberán respetar, esto es: los lunes, frutas, que sean de la temporada para no afectar la economía de la familia; martes cereal con leche; miercoles ensalada de verduras, y así sucesivamente hasta completar la semana. En este punto es importante señalar que puede haber excepciones en caso de que en alguno de esos días no se cuente con las posibilidades de proporcionar los alimentos señalados en el menú; por lo que podrán llevar otra cosa preparada en casa. Haciendo mención de que no sea tan seguido, debido a que si todos los niños llevan el mismo tipo de alimento será más factible que lo ingieran y no muestren inapetencia ante la comida.

Otra opción sería que cada alumno aportará un elemento para elaborar una ensalada ya sea de verduras, frutas, etc, que podría prepararse por un grupo de madres de familia, y a la vez se estaría cumpliendo con el objetivo de que éstas se integren a las ac-

tividades que se realizan en el plantel. Otra posibilidad son las muestras gastronómicas que podrían realizarse dentro del plantel integrando a las madres en grupos de 7 u 8 personas para que cada grupo prepare un platillo diferente, nutritivo y que sea accesible a las posibilidades económicas de todos, aprovechando para intercambiar recetas de cocina, sin olvidar hacer partícipe a las personas de la comunidad.

Todas estas actividades deberán programarse en las primeras asambleas que se efectúen en el plantel, de acuerdo con los padres de familia y de ser posible solicitar el apoyo de las instituciones de salud para que se realicen pláticas de nutrición, de higiene personal y de los alimentos, enfermedades infecciosas, etc. En estas reuniones se propiciará la participación de los padres de familia para que expresen sus ideas, opiniones, dudas, etc.

Por otra parte, las educadoras dentro del plantel educativo llevarán a cabo acciones como practicar hábitos de higiene y del cuidado de la salud, tales como lavarse las manos antes de comer y después de ir al baño, cepillarse los dientes después de comer, poner la basura en su lugar, etc. Con todas estas actividades se podría lograr que el problema de la desnutrición sea menos frecuente en esta comunidad y lograr que los pequeños tengan mejor salud lo cual se reflejará en todas sus actividades, y por consecuencia tendrán un mejor aprovechamiento escolar.

CONCLUSIONES

En conclusión, puede decirse que la alimentación cuando es deficiente, no cubre los requerimientos nutritivos que coadyuvan al desarrollo físico y mental.

Existen numerosas dificultades para que todos y cada una de las personas acceda a una óptima alimentación, entre las que se pueden destacar, la limitación de recursos materiales y económicos que aunada a la falta de información e ignorancia agrava aún más el problema.

La buena nutrición del niño preescolar es importante para mantenerlo en buen estado de salud y permitirle un crecimiento y un desarrollo propios de su edad lo que favorecerá su rendimiento escolar.

La etapa preescolar es la edad en que el niño es más susceptible a padecer infecciones gastrointestinales y desnutrición por lo que es muy importante la formación de hábitos alimentarios y de higiene.

Los hábitos alimentarios, son actos que se realizan repetidamente y se empiezan a adquirir en la edad preescolar, por lo que es importante que se establezcan correctamente.

La información y ejemplo de los padres, así como la educa---

ción nutricional que se imparte en los planteles de preescolar -- pueden influir para que esos hábitos sean adecuados.

El constante bombardeo de la publicidad de productos no nutritivos incita al niño a consumirlos, desplazando el consumo de alimentos nutritivos preparados en casa, por lo que no es conveniente ofrecer o premiar una buena conducta con estos productos, ya que además de influir en sus hábitos alimenticios se lesiona el presupuesto familiar.

Y por último debido a sus orígenes multifactoriales, la desnutrición es un problema difícil de erradicar, por lo que se requiere años de trabajo constante y entusiasta, sin embargo debido a la estrecha relación que existe entre el Jardín de Niños, la familia y la comunidad, es posible influir en la población para hacer extensivos los beneficios de una orientación alimentaria y contribuir a disminuir su incidencia propiciando con esto una educación para la vida.

BIBLIOGRAFIA

AÑORVE CARMONA IDELFONSO. " Desnutrición ". Hospital General de la S.S.A. ----
México. 1974.

CURSOS DE ORIENTACION FAMILIAR. " Medicina y salud". Editorial Océano. Barce--
lona. 264 pags.

ENCICLOPEDIA DE EDUCACION PREESCOLAR. " Educación familiar". tomo II. Edito---
rial Santillana, México 1990. 303 pags.

MUY INTERESANTE. " México un país desnutrido". Revista mensual, año XII No 1.
Enero 1995. México, D.F.

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA. " Educación para la salud en el nivel prees--
lar" Dirección General de Educación Preescolar. México, D.F. 1993. 68 pags.

-----" Programa de Educación Preescolar". Fernández Editores. Méxi--
co, D.F. 1992. 119 pags.

SECRETARIA DE SALUD. "alimentación del niño preescolar. Dirección General de Atención materno-infantil. México, D.F. 1990.

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL. "el método experimental en la enseñanza de - las ciencias naturales". Editorial talleres Grafomagna: México 1993. 272 pags.

-----REENCUENTRO. "La salud escolar". Septiembre de 1995.