



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD UPN, 099 D F PONIENTE**



**IMPORTANCIA DE UNA DIETA BALANCEADA PARA UNA  
CORRECTA NUTRICIÓN EN LOS NIÑOS QUE CURSAN LA  
EDUCACIÓN INICIAL Y PREESCOLAR EN EL CENDI No. 7  
“AGUSTINA RAMÍREZ DE RODRÍGUEZ”  
EN TLALTELOLCO, D F**

**TESINA**

**PRESENTA**

**LEONOR DIMAS SOLANO**

**MÉXICO, D F**

**FEBRERO DE 2016**



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD UPN, 099 DF PONIENTE**



**IMPORTANCIA DE UNA DIETA BALANCEADA PARA UNA  
CORRECTA NUTRICIÓN EN LOS NIÑOS QUE CURSAN LA  
EDUCACIÓN INICIAL Y PREESCOLAR EN EL CENDI No. 7  
“AGUSTINA RAMÍREZ DE RODRÍGUEZ”  
EN TLALTELOLCO, D F**

**TESINA**

**OPCIÓN ENSAYO QUE PARA OBTENER EL TÍTULO  
DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN**

**PRESENTA**

**LEONOR DIMAS SOLANO**

**MÉXICO, D F**

**FEBRERO DE 2016**

## DICTAMEN DE TRABAJO PARA TITULACION

México, D. F., 26 de febrero de 2016

**C. LEONOR DIMAS SOLANO  
PRESENTE**

*En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, titulado:*

**IMPORTANCIA DE UNA DIETA BALANCEADA PARA UNA CORRECTA NUTRICIÓN EN LOS NIÑOS QUE CURSAN LA EDUCACIÓN INICIAL Y PREESCOLAR EN EL DENDI N° 7 "AGUSTINA RAMÍREZ DE RODRÍGUEZ" EN TLALTELOLCO, DF**

*Modalidad T E S I N A, opción ensayo, a propuesta del Asesor, Profr. (a) Cayetano Gabriel Flores, manifiesto a Usted, que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.*

*Por lo anterior se dictamina favorablemente su trabajo y se autoriza a presentarlo ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.*

**A T E N T A M E N T E**

**MTRA. GUADALUPE G. QUINTANILLA CALDERÓN  
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE EXAMENES  
PROFESIONALES DE LA UNIDAD UPN 099, D. F. PTE.**

GGQC/arr

## AGRADECIMIENTO

Primero a la vida, por darme la oportunidad de estar aquí, de saber que tengo la capacidad y el entendimiento para lograr las metas que me proponga; de saber que tengo a mi lado el apoyo de una persona que con su confianza y su amor son primordiales para mí, para Manuel mi compañero y padre de mis hijos Lucero y Jesús Manuel; por haberme dado su apoyo incondicional para que cumpliera este objetivo, a mi padre Pedro Luis Dímas (+) que en donde quiera que él este me cuida y me acompaña al igual que a mis hermanos, a mi madre Gudelia Solano por darme la vida, su amor y confianza.

A mis maestros; en especial al profesor Gabriel Cayetano Flores por demostrarme su constante interés en mi bienestar y formación profesional y haber fomentado en mí los elevados principios del deber y la responsabilidad. Para todos con admiración y respeto.

GRACIAS

Leonor Dímas Solano

# ÍNDICE

Pág.

## ÍNTRODUCCÓN

### **CAPÍTULO 1: LOS ELEMENTOS METODOLÓGICOS Y REFERENCIALES DEL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN.....5**

#### **1.1 La Justificación del Tema .....6**

#### **1.2 Los Referentes de Ubicación, Situacional de la Problemática Contexto Social).....9**

##### **1.2.1 Referente geográfico.....10**

##### **A.1 Ubicación de la Delegación en el Contexto Nacional.....11**

##### A.2 Análisis históricos geográficos y socioeconómico del entorno de la problemática.....11

##### a.- Orígenes y antecedentes históricos de la localidad.....11

##### b.- Hidrografía.....11

##### c.- Orografía.....11

##### d.- Medios de comunicación.....11

##### e.- Vías de comunicación.....12

	Pág.
f.- Sitios de interés cultural y turístico.....	13
g.- Referente geográfico a la problemática que se estudia.....	16
B. Estudio socio económico de la localidad.....	17
a.- Vivienda.....	17
b.- Empleo.....	17
c.- Deporte.....	18
d.- Cultura.....	18
e.- Recreación.....	18
f.- Religión predominante.....	18
g. Educación.....	18
h.- Influencia en el ámbito socioeconómico de la localidad.....	18
<b>2.2 El Referente Escolar.....</b>	<b>19</b>
a.- Ubicación de la escuela en el cual se establece la problemática incluyendo el croquis del área geográfico urbano o rural.....	19
b.- Estatus del tipo de sostenimiento de la escuela.....	20
c.- Características del edificio que ocupa la institución.....	21
d.- Plano de las instalaciones materiales de la institución.....	22
e.- Organización escolar de la institución.....	23
f.- Organigrama general de la institución.....	25
g.- Características de la población escolar.....	26

h.- Relaciones de interacción de la escuela con padres de familia.....	27
i.- Interacciones de la escuela con la comunidad.....	28
<b>1.3 El Planteamiento del Problema.....</b>	<b>28</b>
<b>1.4 La Hipótesis Guía del Trabajo de la Investigación.....</b>	<b>29</b>
<b>1.5 La Elaboración de los Objetivos.....</b>	<b>29</b>
<b>1.5.1 El objetivo general.....</b>	<b>30</b>
<b>1.5.2 Los objetivos particulares.....</b>	<b>30</b>
<b>1.6 La Orientación Metodológica de la Investigación Documentada.....</b>	<b>30</b>
<b>CAPÍTULO: 2 EL MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>32</b>
<b>2.1 El Aparato Crítico Conceptual Establecido de la Elaboración Del Marco Teórico.....</b>	<b>33</b>
2.1.1 La alimentación y nutrición.....	34
2.1.2 Esquema de la alimentación y nutrición.....	34
2.1.3 La alimentación en la mujer durante el embarazo.....	34
2.1.4 Indicadores del estado nutricional materno.....	35
2.1.5 Talla del niño lactante.....	35
2.1.6 Peso del niño lactante.....	35
2.1.7 La alimentación del niño preescolar.....	36
2.1.8 Alternativas de la alimentación en el niño preescolar.....	37

2.1.9 El plato del bien comer.....	40
<b>2.2 La Teoría con el Desarrollo de la Problemática en el Centro Escolar.....</b>	<b>42</b>
<b>2.3 ¿Los Docentes del Centro de Trabajo al Cual se Pertenece llevan a cabo su Práctica Educativa en el Aula Bajo Concepto Teóricos?.....</b>	<b>46</b>
<b>CAPITULO: 3 CONSTRUYENDO UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN AL PROBLEMA.....</b>	<b>47</b>
<b>3.1 Características.....</b>	<b>47</b>
<b>3.2 Una Justificación de la Implantación del Porqué de la Propuesta en el Ámbito Educativo.....</b>	<b>49</b>
<b>3.3 ¿A Quiénes Favorece la Implantación de esta Propuesta? .....</b>	<b>49</b>
<b>3.4 ¿Cuáles son los Criterios Específicos que Avalan la Implantación de esta Propuesta? .....</b>	<b>49</b>
<b>3.5 Proponiendo una Propuesta.....</b>	<b>49</b>
3.5.1 Título de la propuesta.....	50
3.5.2 Objetivos generales.....	50
3.5.3 Alcance de la propuesta.....	50
3.5.4 Temas centrales que constituyen la propuesta.....	51
3.5.5 Características del diseño sesiones de alcance o módulos de trabajo.....	51
3.5.6 Que se necesita para aplicar la propuesta.....	52

<b>3.6 Mecanismo de la Evaluación y Seguimiento en el Desarrollo de Propuesta .....</b>	<b>54</b>
<b>3.7 Resultados Esperados con la Implantación de la Propuesta.....</b>	<b>55</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>56</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>59</b>
<b>REFERENCIAS DE INTERNET CONSULTADAS.....</b>	<b>60</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>61</b>

## INTRODUCCIÓN

Una de las desventajas, de los alimentos chatarras que el niño preescolar, consume en casa, la escuela con las cooperativas, en la calle cuando van de la escuela a la casa o viceversa. Es por la falta y la mala información que se tienen de estos, ya que algunos de estos alimentos son hipercalóricos, que son ricos en grasa, sal y azúcares pero pobres en vitaminas, minerales y otros micronutrientes.

Alimentarse correctamente es una preocupación que cada día se extiende a todas las personas. No sólo es un tema que preocupe a los estudiosos, a los científicos y a los medios de comunicación, sino que muchas otras personas demuestran a diario su interés en seguir una alimentación equilibrada como un medio, sencillo de alcanzar y disfrutar del bienestar personal. Numerosas enfermedades tienen una estrecha relación con nuestra dieta. La abundancia de alimentos que junto con la escasa actividad física, y/o el sedentarismo, nos conducirá a la obesidad y a otras tantas patologías asociadas como es el caso de ciertos tipos de diabetes, hipertensión, alteraciones de los lípidos sanguíneos, etc.

El contenido de este trabajo consta del marco teórico, se realizó una serie de indagaciones que permiten desarrollarlo en nuestra práctica diaria en el Cendi No. 7, conceptos teóricos en el aula, saber que es la alimentación, la lactancia desde el seno materno, la ablactación en el niño o niña lactante.

Para lograr y avalar esta propuesta, se requiere de toda una perspectiva y búsqueda de situaciones alimentarias, de estar seguro quienes serán los beneficiados en esa posible solución al problema, determinación de la propuesta viable para solucionar la problemática, y qué se requiere para poner en práctica la propuesta.

En atención a lo anterior, la presente investigación tiene por nombre La Importancia de una Dieta Balanceada para una Correcta Nutrición en los Niños que Cursan la Educación Inicial y Preescolar en el Cendi # 7 Agustina Ramírez De Rodríguez, y está redactado de la siguiente manera, en el primer capítulo, encontraremos: La Introducción y Justificación, donde se explica el ¿por qué? y ¿para qué? de la realización de la presente investigación. En el Marco Contextual se elaboró en una descripción del entorno cultural, socioeconómico y de convivencia de los alumnos sujetos de estudio, donde se encuentra el plantel.

A partir de un Diagnóstico Pedagógico, se establece una identificación del problema de la inadecuada alimentación, que afecta el proceso tanto de enseñanza, como de aprendizaje, dentro del aula, definiéndose así la problemática y sus consecuencias, determinan el propósito general de la investigación.

En el Planteamiento del Problema, en donde la alimentación de los niños con 45 días de nacidos a los 5 años 6 meses de edad, me da la pauta para poder desarrollar esta investigación en el Centro de Desarrollo Infantil # 7, en donde el plantel está en un Contexto Social, y menciona la problemática detectada en relación a las alteraciones ocasionadas por una inadecuada alimentación y de cómo influye en el aprendizaje de los alumnos. En base a esto se planteó el propósito del presente trabajo; que fue el de conocer la importancia que representa que el educando se encuentre en óptimas condiciones para su proceso de enseñanza- aprendizaje y de poder sugerir medidas de cómo preservar una alimentación adecuada en los niños del nivel preescolar.

En el segundo capítulo: señala la importancia que representa la alimentación en los niños, para lograr un mejor aprovechamiento y crecimiento de los educandos en el nivel inicial y preescolar. Desde una metodología de investigación, en donde diferentes autores dan su punto de vista como es S. Freud, J. Piaget, A. Gessel, H. Wallon, por mencionar algunos. La teoría va encaminada con a las diferentes etapas y desarrollo del niño desde que están en el vientre materno, donde se inicia tanto su formación gestacional como su desarrollo físico e intelectual, que da como resultado un crecimiento normal, niños sanos, adolescentes fuertes y adultos satisfechos,

capaces de crear y desarrollar una nueva cultura, en donde con el plato de buen comer se pueden encontrar una jama de alternativas.

El tercer capítulo, presenta una revisión de los contenidos y estructura del programa; así como las características que tienen los niños que están en el nivel de preescolar, señala las funciones que la educadora enfrenta con el problema de la alimentación y la importancia de involucrar a los padres de familia en el desarrollo de los hábitos alimenticios, también se menciona la metodología utilizada en el desarrollo de esta investigación documental; la cual estuvo sustentada en los planteamientos del programa de educación preescolar PEP 2011, y el proceso de aprendizaje con el fin de disminuir la problemática de alimentación, planteada con los niños y niñas del Cendi # 7.

En esta investigación encontraremos una serie de actividades para trabajar con los niños. Y finalmente, se exponen las conclusiones, la bibliografía consultada y los anexos.



La desnutrición prevalece en áreas técnicamente subdesarrolladas y desarrolladas donde el abasto de alimentos no se comprende o se desconocen, entre las clases pobres y media de todos los países.

Una buena alimentación sintetiza más que otros factores que intervienen en la vida del niño, son elementos esenciales para su seguridad básica tanto física como emocional, así como aquellos que le permiten trascender su marco familiar hacia conocimientos cada vez más organizados y estructurados de la vida social, de la comunidad, de los bienes que la naturaleza les brinda y de la forma de preservar y explorar sus recursos, que son a su vez una fuente muy rica para el conocimiento del niño. Los seres humanos debemos elegir alimentos por sus propiedades nutritivas y no por su apariencia en color y sabor. La alimentación es la fuente de vida. A través de las relaciones que el hombre establece en ella, por eso se seleccionó el tema importancia de una dieta balanceada para una correcta nutrición en los niños que cursan la educación inicial y preescolar en el Cendi # 7, los cuales tienen 45 días de nacidos a 5 años 6 meses de edad. Familias conformadas con un nivel socioeconómico medio, puesto que la mayoría de ellos son hijos de padres profesionistas.



## CAPÍTULO 1

### UN ANÁLISIS REFERENCIAL Y METODOLÓGICO DE LA TEMÁTICA ELEGIDA PARA EL DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN

A través del venir de los tiempos, "...el pueblo de México, cuidaba mucho su alimentación, no solo aprovechaba lo que la naturaleza le ofrecía, sino que además todo lo que sembraban, como el maíz y el trigo alimento fundamental para las culturas..."<sup>1</sup>

Por ejemplo los pueblos prehispánicos tenían una dieta equilibrada fuente de carbohidratos, vitaminas y minerales, como el frijol, el tomate verde, calabazas, una rica variedad de chiles, distintos tipos de frutas frescas. Las proteínas y las grasas las obtenían al consumir carne de guajolote, armadillo, una gran variedad de pescados y de diversos insectos.

En Mesopotamia se inició la civilización, la agricultura, la fundición de metales y la domesticación de animales. La aparición del fuego fue un hecho significativo que cambio la forma de vida de los humanos para su alimentación, por ejemplo los alimentos que antes no se podían consumir por su dureza, al cocinarlos se emblandecían y podían ser comidos. La alimentación se basaba en los cereales: trigo, cebada, en algunas leguminosas como lentejas y garbanzo, vegetales como cebolla, pepino, calabaza, durazno, melón, almendras, moras, granada, dátil y uvas. Extrajeron el primer aceite vegetal hecho del ajonjolí. Otros de los animales que consumían era la carne de res, cabrito, caballo y camello.

Los egipcios fueron los primeros en elaborar el pan, amasaban la harina con los pies y la estiraban con rodillo. Descubrieron la fermentación y elaboración del vino y cerveza (la cual consideraban bebida nacional). La alimentación seguía basada en cereales y vegetales.

---

<sup>1</sup> [www.ms.sal.gov.ar/ent/index.php/informacion-para.../alimentacion-saludable](http://www.ms.sal.gov.ar/ent/index.php/informacion-para.../alimentacion-saludable)

México dentro de la gastronomía mundial tiene un lugar muy importante y está forma parte patrimonial de la humanidad.

## **1.1 La justificación**

El panorama alimentario y nutricional en México es complicado, en particular por la llamada transición epidemiológica en que se encuentra el país, caracterizada por la persistencia de antiguos problemas de nutrición y salud ligados a la pobreza, así como por problemas de nuevas condiciones, asociados con la riqueza. En este trabajo, se revisa la situación actual de la alimentación y la nutrición de los niños y niñas de estancias infantiles, en particular la desnutrición. Hablar de ésta y de la alimentación entraña incursionar en un universo de dimensiones colosales que se puede abordar desde varias perspectivas (química, fisiológica, antropológica, psicológica, sociológica, económica, política) o enfocarse en diversos niveles (procesos subcelulares, celulares, de órganos o tejidos, de individuos, de familias o de grupos), lo mismo en la normalidad que en sus alteraciones. Además, en este trabajo se estudian los procesos y las vivencias cotidianas, maneja términos tan familiares y comunes que pueden resultar engañosos por su aparente sencillez. En razón de ello, antes de entrar en materia se examinan algunos conceptos y términos fundamentales.

El desarrollo de las capacidades relacionadas con la alimentación, es muy complejo, dependiendo de la maduración motora, emocional y social del niño y la niña, así como de su temperamento y de las relaciones con su familia y con otros adultos que están cerca de él.

El presente ensayo, es para mejorar la alimentación con los niños y niñas de 45 días de nacidos a los 6 años de edad, en los Centros de Desarrollo Infantil (CENDI) de la Secretaría Educación Pública (SEP). Y en cual está elaborado para los agentes educativos, que son las personas que se encuentran en contacto con los niños y niñas del Cendi # 7, y padres de familia, es un personal que colabora con la acción

educativa, está especializado para realizar actividades, orientar la participación y aprovechar los diferentes recursos para estimular el desarrollo de los niños.

Los niños y niñas tienen características diferentes, conforme crecen, se desarrollan y se relacionan con los que lo rodea. La mayor parte del día la pasan en las estancias infantiles, guarderías y Cendis, el cual esto nos permite preocuparnos por su integridad, su salud, su alimentación, el estado emocional con el que llegan a la estancia infantil, las actividades pedagógicas, todo lo que conllevó a la mejora y bienestar de los niños y niñas en su educación a temprana edad, esto nos compromete más como agentes educativos, para poder dar esa confianza que los padres de familia depositan en el personal del Cendi# 7, al confiarnos a sus hijos.

Para los padres de familia, el tema de hábitos alimenticios adquiere una mayor importancia por su relación con la salud, por lo que diferentes nutriólogos del Cendi y de estancias infantiles han promovido agrupar los alimentos y sus derivados en formatos que ayuden a los padres de familia y a la comunidad educativa en la alimentación, como se explica en este documento.

El docente compite día a día con la actualización en su formación, para su quehacer cotidiano con el niño, una importante fuente de información, que son ejemplos significativos en el comportamiento del niño. Los programas de televisión que ofrecen una amplia gama de estándares de vida, que a la vista parecen muy agradables, como comida chatarra, bebidas con alto grado de azúcar, sales y alimentos muy condimentados.

El estado nutricional, del niño y la niña desde la lactancia y en edad preescolar, es el factor más importante, respetando su individualidad y permitiendo, el consumo de alimentos a su propio ritmo y deseo, **que** favorece el desarrollo de sus potencialidades.

Se plantea establecer **como** estrategia, un sistema de autoservicio en la forma de alimentos, mismos que han sido elaborados por un grupo de expertos de nutrición, con la participación de los agentes educativos de todas las áreas del Cendi # 7.

La educación alimentaría, ha sufrido graves problemas, se centra principalmente en el maestro y la enseñanza de las asignaturas, desatendiendo la personalidad del alumno.

El presente documento, tiene un **porque** y una finalidad, que es informar, orientar, ayudar y dar alternativas a través de sugerencias y pláticas de hábitos alimenticios, que vayan encaminadas hacia las nuevas generaciones, **para que** los niños y niñas gocen de una vida plena y saludable, tanto físico, mental y social, lo cual le permitirá un desarrollo integral para su formación como adulto a largo plazo.

Se pretende que al tomar conciencia sobre la importancia de la alimentación la escuela tiene la obligación de proporcionar las claves y experiencias de aprendizaje, para que los alumnos puedan ir construyendo un marco mental propio, que contribuya a una autonomía en el desarrollo social y moral. Y en este sentido, es un reto que se plantea a la educación para lograr promover la autonomía de los niños y de las niñas, no sólo en los aspectos cognoscitivos e intelectuales, sino también en su desarrollo social y moral.

Se pretende concientizar a los maestros, padres de familia y otras personas que estén a su cargo el crecimiento y aprendizaje de los niños y niñas, esta tarea, no es exclusiva sólo de la escuela, sino de especialistas en la materia, para procurar llevar un control alimenticio, cantidades apropiadas que debe ingerir los niños y la niñas del Cendi # 7, de acuerdo a su edad.

La importancia de promover la alimentación en los alumnos, que la educación conozca y considere las diversidades, económicas y culturales de la comunidad a fin de determinar la problemática alimentaria, de los niños en edad infantil, requiere no solo de la acción docente, como guía y orientador, si no también, de manera primordial, la participación de los educandos, padres de familia y comunidad en general.

La información que a continuación se detalla son datos tomados de la página del INEGI 2010.

## 1.2 Los referentes de ubicación, situacional de la problemática (contexto social)

El Cendi No. 7 Agustina Ramírez de Rodríguez, es una estancia infantil que se construyó en los años de 1990 y 1991, y en la actualidad sigue prestado servicio, al frente del Cendi se encuentra el edificio "...Tamaulipas el cual está construido de 12 pisos, y una altura aproximada de 30 metros x 40 metros de largo aproximadamente, la estancia infantil cuenta con patio de zona de seguridad en donde se realizan simulacros de evacuación. *El centro escolar antes mencionado tiene 3 salones de Lactantes I, II y III, 3 salones de Maternales IA, IIA, B y IIIA y 4 salones de Preescolar IA y IB, IIA, IIB, IIIA y B, respectivamente. También tiene servicio de comedor tanto para los niños que son atendidos como para el personal del Cendi # 7. Así mismo se cuenta con servicio Médico, Psicología, Trabajo Social, Odontología y Nutrición...*"<sup>2</sup>



Ubicación del Cendi #7 como objeto de estudio

---

<sup>2</sup> <http://www.inegi.com.mx>

## 1.2.1 Referente geográfico

### A.1 Ubicación de la entidad o de la delegación en el contexto nacional “...Mapa de la República Mexicana...”<sup>3</sup>

La Delegación Cuauhtémoc se encuentra ubicada las siguientes coordenadas: a los 19° 26´ de latitud norte y a los 99° 09´ de longitud oeste a una altitud promedio de 2,240 metros sobre el nivel del mar. Colinda al norte con las delegaciones Azcapotzalco y Gustavo A. Madero, al sur con Iztacalco y Benito Juárez, al poniente con Miguel Hidalgo y al oriente con Venustiano Carranza.



Ubicación geográfica de la Delegación Cuauhtémoc en la República Mexicana

<sup>3</sup> <http://www.inegi.com.mx>

## A.2 Análisis histórico geográfico y socioeconómico del entorno de la problemática.

### a).- Orígenes y antecedentes de la localidad

Cuauhtémoc es una de las 16 delegaciones del Distrito Federal.

Partiendo del crucero de la calle de Crisantema y Paseo de Jacaranda, por la acera poniente de este último y hacia el norte hasta llegar a la esquina con la Calzada Vallejo en su confluencia con la Av. Insurgentes Norte, las que cruzan en línea recta hasta encontrar la acera norte de la Av. Río Consulado, por la cual sigue al oriente hasta llegar al crucero con FF.CC.

El nombre de la delegación Cuauhtémoc es en reconocimiento al Tlatoani Mexica. Cuauhtémoc, que luchó en la batalla de México–Tenochtitlan.

### b).- Hidrografía

El terreno es plano, en su totalidad urbanizado, es habitacional y comercial.

### c).- Orografía

El terreno de la delegación es casi en su totalidad plano con una ligera pendiente hacia el suroeste de la misma delegación. El terreno es de origen lacustre y se delimita por dos ríos entubados que son: el Río de la Piedad y el Río Consulado los cuales hoy en día son parte del circuito interior.

### d).- Medios de comunicación

En la Delegación Cuauhtémoc están las colonias como el Centro Histórico, Condesa, Juárez, Roma, Peralvillo, el Conjunto Urbano Nonoalco Tlatelolco, Doctores, Santa María la Ribera, San Rafael y Buena Vista por mencionar algunas. La Delegación Cuauhtémoc se caracteriza por ser el centro y corazón del Distrito Federal, debido que la delegación abarca gran parte del Centro de la Ciudad de México. Las construcciones que se encuentran en las colonias son de gran antigüedad con un tiempo de vida de hasta 500 años o más, en esta delegación se pueden encontrar claros ejemplos de las edificaciones llamadas vecindades, aunque muchas de estas ya no son habitadas.

#### e).- Vías de comunicación

La cabecera de la delegación está en la colonia Buenavista. La superficie de la delegación es de 32.44 km cuadrados, lo que representa el 2.1% del área total.

En el Eje 1 Poniente, fue inaugurada la Línea 3 del Metrobús que va desde Tenayuca hasta la colonia Narvarte y Tlatelolco cuenta con una estación del mismo nombre.

Del Distrito Federal. La población asciende a los 521 348 habitantes. Actualmente el jefe delegacional es Alejandro Fernández Ramírez.

“...El terreno de la delegación es plano en su mayor parte, con una ligera pendiente hacia el suroeste de la misma y una altitud promedio de 2 230 msnm. El terreno se delimita por dos ríos entubados: los ríos de la Piedad y Consulado, hoy en día parte del circuito interior. La mezcla de vínculos entre las actividades mercantiles, instituciones públicas, privadas, culturales y sociales, han hecho posible que la delegación Cuauhtémoc sea la séptima economía del país, aporte el 4.6% del producto interno bruto neto, concentre el 36% de equipamiento y el 40% de la infraestructura cultural de todo el D.F. Por la delegación Cuauhtémoc transitan alrededor de 5 000 000 de personas (población flotante)...”<sup>4</sup>



16 Delegaciones del Distrito Federal



Escudo de la delegación Cuauhtémoc

<sup>4</sup> <http://www.inegi.com.mx>

f).- Sitios de interés cultural y turístico

De las cuales se desprenden las siguientes atracciones:

- Museo Casa de Alfonso Reyes, ubicado en avenida Benjamín Hill No. 122, colonia Condesa. Se inauguró en 1972, fue establecido a iniciativa de Alicia Reyes, nieta del escritor. Opera como museo de sitio ya que ahí residió Alfonso Reyes de 1939 a 1959, fecha de su muerte.
- Museo de Cera de la Ciudad de México, ubicado en la calle de Londres No. 6, colonia Juárez. Se inauguró el 27 de agosto de 1979. Su acervo original lo constituían 200 figuras de cera de relevantes personajes nacionales e internacionales. Fue reinaugurado en noviembre de 1993.
- Museo de lo Increíble (Ripley), ubicado a un costado del Museo de Cera, se distingue por su construcción en forma de Castillo Medieval. Fue inaugurado en 1992 por el entonces Secretario de Turismo, Pedro Joaquín Coldwell y reúne la colección de objetos asombrosos de Roberto L. Ripley.
- Plaza de las Vizcaínas, ubicada en la Calle de las Vizcaínas, Callejón de Aldaco y Callejón de San Ignacio, Centro Histórico. La plaza se ubicó en un solar fue adquirido por los filántropos vizcaínos Ambrosio Meave. Francisco Echeveste y José Aldaco para edificar una gran casa destinada a la educación de niñas, doncellas y viudas de ese barrio.
- Plaza Garibaldi, ubicada en las calles de Montero, Allende, Ecuador y Eje Central Lázaro Cárdenas, colonia Guerrero. Como sede del mariachi en la Ciudad de México, la Plaza Garibaldi se vincula con Cirilo Marmolejo quien en 1920 introdujo en la capital el primer conjunto musical de este género.

Museo de la Ciudad de México, ubicada en Avenida José María Pino Suárez #30

- Centro Histórico. Depende del Gobierno del Distrito Federal y su acervo lo integran documentos, planos, maquetas, pinturas y fotografías que exponen las características físicas del emplazamiento geográfico de la Ciudad de México y un resumen de su evolución histórica y urbana.

- Plaza de las Tres Culturas, ubicada en la Unidad Habitacional Nonoalco Tlatelolco. Está delimitada por edificios representativos de tres etapas históricas de México de ahí su nombre: de la época prehispánica, de la virreinal y del México contemporáneo.
- Plaza de la Ciudadela, por el carácter de la construcción, por la ubicación del edificio en la entrada suroeste de la ciudad y por haber servido como fábrica de armas y cuartel, se le llamó «La Ciudadela».
- Museo Universitario del Chopo, museo perteneciente a la Universidad Nacional Autónoma de México que presenta arte joven y experimental.
- Ex Teresa Arte Actual, museo de arte experimental en el Centro Histórico.
- Museo Experimental El Eco
- Monumento a la Revolución
- Biblioteca José Vasconcelos, se encuentra ubicada en Eje 1 Norte Mosqueta s/n esquina Aldama col. Buenavista cerca de las estaciones del metro, metrobus y tren suburbano Buenavista.
- Teatro del Pueblo, ubicado en Venezuela No. 72, Centro Histórico. Depende del Gobierno del Distrito Federal y es un espacio dedicado a la cultura, en él se ofrecen talleres a toda la comunidad.
- Cantina la Peninsular (1872), se encuentra ubicada en Corregidora y Roldán. Se dice que fue inaugurada en 1872 y ha sido escenario de interminables noches bohemias; la conseja popular nos dice que fue por un buen rato el búnker de Lucha Villa en sus mejores épocas.
- Museo del Templo Mayor (1987), se encuentra ubicada en Seminario Núm. 8, Centro Histórico. Su creación fue consecuencia de las excavaciones arqueológicas realizadas por el Proyecto Templo Mayor en su primera temporada, entre 1978 y 1982 tiene una colección de más de 7 mil objetos, así como los vestigios del Templo Mayor de Tenochtitlan.

- **Bibliotecas**

### **Biblioteca de México**

La biblioteca de México «José Vasconcelos», se encuentra en el centro de la ciudad de México, en la Ciudadela, muy cerca de la estación del metro Balderas, y recibe diariamente a más de mil quinientos visitantes que consultan los fondos editoriales y asisten a las actividades culturales y de fomento a la lectura. La Biblioteca de México se inauguró el 27 de noviembre de 1946 por el presidente Manuel Ávila Camacho, quien estuvo acompañado del Lic. Jaime Torres Bodet, Secretario de Educación Pública, y de José Vasconcelos, su primer director, quien ocupó el cargo hasta su muerte en 1959. La Biblioteca de México además de ser un recinto de consulta de libros e información general, posee tres salas de exposiciones que sirven para presentar actividades culturales como: exposiciones, funciones de teatro, proyección de películas, presentaciones de libros, y talleres para niños y adultos. La Biblioteca de México además de ser un recinto de consulta de libros de información general, posee tres salas de exposiciones que sirven para presentar actividades culturales como: exposiciones, funciones de teatro, proyección de películas, presentaciones de libros, y talleres para niños y adultos. Desde 1998, cuenta con un Foro de Teatro que alberga a grupos independientes que presentan sus propuestas teatrales y lecturas dramatizadas. Las instalaciones de la Biblioteca México han servido de marco para llevar a cabo homenajes y reconocimientos a ilustres personajes del mundo de las letras, como el «Premio Internacional Alfonso Reyes 2000», que se le otorgó a Miguel León-Portilla, «El Premio Internacional Octavio Paz de Poesía y Ensayo 2004», que ganó Eugenio Montejó, y el galardón a Enrique Krauze, por su 60 aniversario, entre otros

### **Biblioteca Vasconcelos**

“...La Biblioteca Vasconcelos de la Ciudad de México es otra biblioteca ubicada en la delegación, justo a un lado de la antigua estación de trenes de Buenavista (hoy

Estación del Suburbano Buenavista) Fue inaugurada en el 2006, durante la administración de él Presidente Vicente Fox...”<sup>5</sup>

g).- Como impacta el referente geográfico a la problemática que se estudia

Unas de las problemáticas que tiene el Cendi No. 7 Agustina Ramírez de Rodríguez, son las colonias que lo rodean como la Ronda, Tepito y Ex Hipódromo de Peralvillo por mencionar algunas, “...Tepito es una colonia prácticamente pequeña, comprendida entre las calles de Paseo de la Reforma y Av. Del Trabajo y las calles Canal del Norte y Rayón, es una de las colonias o barrios que más historia tienen junto con el centro histórico de la Ciudad. Pasando por mucha delincuencia compra venta y distribución de drogas y estupefacientes, de cualquier tipo de producto existente en el país o no, antigüedades, tecnología, ropa, lentes, etc.

Barrio bravo de Tepito, se ha significado por serlo todo: modesto barrio Indígena, miserable en clave Colonial, arrabal de la Ciudad de los Palacios, abrevadero cultural de los chilangos, lugar de gestas y gestos, afamado burgo artesanal, semillero de campeones, ropero de los pobres, mercado de ocasiones, bisagra del Centro Histórico y un auténtico barrio popular con su propia teoría socio cultural convertida en conjetura urbana...”<sup>6</sup>



Tianguis de Barrio de Tepito

<sup>5</sup> <http://www.bibliotecademexico.gob.mx/info>.

<sup>6</sup> <http://www.monografias.com/trabajos100/tepito-barrio-bravo-historia-comercio-y-demas>.

## **B 1. Estudio socioeconómico de la localidad**

La ubicación del Cendi # 7, está en unas de las zonas con alto riesgo de inseguridad, tiene avenidas muy transitadas como son Av. Manuel González o Eje 2 Norte, Av. Paseo de la Reforma Norte. La colonia la Ronda y Tepito son una de las zonas de alto riesgo por su popularidad en secuestros, robo a mano armada, robo a casa habitación, por mencionar algunos. De acuerdo con el jefe de la policía de la Ciudad de México, Joel Ortega Cuevas, el barrio de Tepito es el principal punto de venta de droga en la ciudad, al comercializar diariamente más de media tonelada de marihuana y 8 kilos de cocaína, en la colonia la ronda cercas de la ex hipódromo de peralvillo tiene la fama de la venta de autopartes.

### **a).- Vivienda**

Cuauhtémoc 531 831 Vivienda Total de viviendas particulares habitadas: 173 804 Promedio de ocupantes por vivienda\*: 3.0 \*Se excluyen las viviendas sin información de ocupantes y su población estimada. Viviendas con piso de tierra: 0.3% Menos del 1% de las viviendas tienen piso de tierra. Menos del 1% de las viviendas tienen pisos de tierra. De cada 100 viviendas cuentan con drenaje. 96.5% 98.5% 98.5% 99.1% 0% 20% 40% 60% 80% 100% Agua entubada dentro de la vivienda Drenaje Servicio sanitario Electricidad Disponibilidad de servicios en la vivienda De cada 100 viviendas, 99 cuentan con drenaje. De cada 100 viviendas cuentan con Internet. 74.2% 79.2% 54.0% 44.3% 0% 20% 40% 60% 80% 100% Teléfono celular, Computadora Internet Tecnologías de información y comunicación De cada 100 viviendas, 44 cuentan con Internet.

### **b).- Empleo**

La mezcla de vínculos entre las actividades mercantiles, instituciones públicas, privadas, culturales y sociales, han hecho posible que la delegación Cuauhtémoc sea la séptima economía del país, aporte el 4.6% del producto interno bruto neto, Características económicas Población de 12 años y más total hombres mujeres económicamente activa: 62.1% 74.3% 51.6% Ocupada: 95.7% 95.1% 96.4% no ocupada: 4.3% 4.9% 3.6% de cada 100 personas de 12 años y más, 62 participan en

las actividades económicas; de cada 100 de estas personas, 96 tienen alguna ocupación. No económicamente activa: 37.0% 24.7% 47.6% De cada 100 personas de 12 años y más, 37 no participan en las actividades económicas.

c).- Deporte

Condición de actividad no especificada: 0.9% 1.0% 0.8% 38.7% 39.7% 15.3% 2.0% 4.3% Estudiantes Personas dedicadas a los quehaceres del hogar Jubilados y pensionados Personas con alguna limitación física o mental permanente que les impide trabajar Personas en otras actividades no económicas Distribución de la población de 12 años y más no económicamente activa según tipo de actividad.

d).- Cultura

Características educativas asisten a la escuela. 1.7% 35.9% 1.2% 25.3% 35.0% 0.9% 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100% Sin instrucción Básica Técnica o comercial con primaria terminada Media Superior no especificado distribución de la población de 15 años y más según nivel de escolaridad de cada 100 personas de 15 años y más, 35 tienen algún grado aprobado en educación superior. Tasa de alfabetización por grupo de edad: 15-24 años 98.4% 25 años y más 97.1% De cada 100 personas entre 15 y 24 años, 98 saben leer y escribir un recado. Asistencia escolar por grupo de edad: 3-5 años 67.7% 6-11 años 96.2% 12-14 años 94.8% 15-24 años 52.9% De cada 100 personas entre 6 y 11 años, 96 asisten a la escuela.

e).- Recreación

La delegación Cuauhtémoc se caracteriza por ser el centro y corazón del Distrito Federal ya que la delegación abarca gran parte del Centro Histórico de la Ciudad de México. Las construcciones que se encuentran en la colonia son de gran antigüedad con un tiempo de vida de hasta 500 años, sus mercados hace de las familias la convivencia dominical.

f).- Religión Predominante

“... Religión Religiones más frecuentes: Católica 77.7% Sin religión 8.5% De cada 100 personas, 78 son de religión católica. Limitaciones físicas o mentales Población con algún tipo de limitación\*: 5.5% De cada 100 personas, 6 reportan alguna limitación física o mental...”<sup>7</sup>

## 1.2 El Referente Escolar

a).- Ubicación de la escuela en el cual se establece la problemática, incluyendo el croquis de área

Con la finalidad de brindar educación integral, proporcionar tranquilidad emocional a las mamás durante su jornada laboral, por medio de una óptima atención pedagógica y asistencial a sus hijos, la estancia infantil tiene las siguientes problemáticas por el referente geográfico en donde está ubicado.

“...El Centro de desarrollo infantil No. 7, está ubicado en avenida Manuel González No. 86, entre las avenidas Paseo de la reforma y Eje Central de la Delegación Cuauhtémoc...”<sup>8</sup>



Croquis de la ubicación del Cendi # 7

<sup>7</sup> <http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/contenidos/articulo>

<sup>8</sup> <http://www.inegi.com.mx>

## b).- Estatus del tipo de sostenimiento de la escuela

La educación básica en el Distrito Federal, se ha propuesto promover una cultura organizacional en la que se trabaje con estrategias que permitan detectar problemas y prever acciones para su resolución, así la gestión escolar involucra la organización, la administración, lo pedagógico, lo comunitario y el diseño de un proyecto. "...La gestión escolar se entiende como un conjunto de acciones articuladas entre sí que posibilitan la consecución de la intencionalidad de la institución El centro del quehacer educativo está en la escuela como unidad básica del sistema educativo en la atención de los procesos, prácticas y actores del hecho educativo..."<sup>9</sup>

La gestión escolar (ahora participativa) plantea líneas generales que pueden dar sentido y significado al cómo y qué hacer desde los diferentes lugares del proceso educativo mexicano, demanda generar y fortalecer una cultura de trabajo colegiado, de colaboración y corresponsabilidad que conlleven a cambios en la tarea de la educación entendiendo por ello intervenir de manera diferente en la organización, planeación, desarrollo, administración, supervisión y evaluación.

La gestión escolar permite la toma de decisiones acerca de las políticas educativas de un país, se desarrolla por cada escuela, adecuándolas a su contexto y a las particularidades y necesidades de una comunidad educativa. La gestión escolar tiene condicionantes como la autonomía, la democracia de la escuela y el trabajo en equipo, siendo en éste las funciones directivas clave para la organización y desarrollo de la tarea educativa y es de suma importancia contemplar la corresponsabilidad de los diferentes integrantes de la comunidad educativa. Autonomía.- es un proceso que implica delegar, propiciar y hacer efectivas la toma de decisiones por parte de los involucrados. La autonomía escolar consiste en el ejercicio compartido de la comunidad en la función educativa Democracia.- Es una forma de vida y de gobierno y por tanto de cultura en la que se tienen derechos y obligaciones, se inspira en la participación, equidad y justicia para los integrantes de

---

<sup>9</sup> Subsecretaría de Servicios Educativos para el Distrito Federal El Proyecto Escolar, una suma de acuerdos y esfuerzos,

la sociedad. Trabajo en equipo.- Es un modo de articular las actividades de un grupo humano, en torno a un conjunto de fines, de metas, trazadas en un clima de confianza y de apoyo recíproco entre sus miembros. Considero importante por todo esto presentar el enfoque de la Teoría General de la Administración.

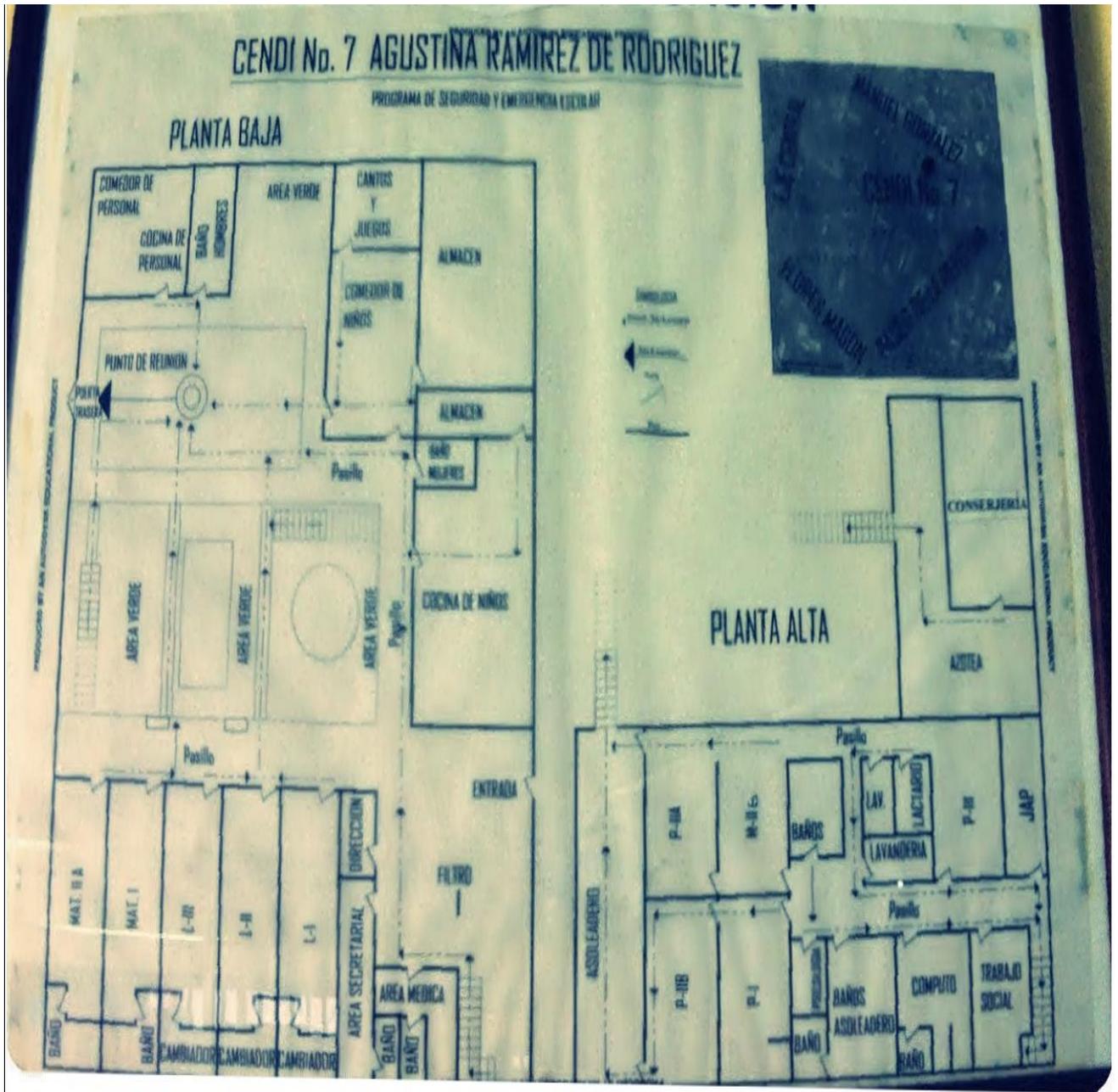
c).- Aspecto material de la institución

Estructura

Este CENDI No. 7 es un edificio que fue reconstruido por estar en un lugar sísmico, es decir, no es una casa adaptada, es de mampostería, seguro, con buena iluminación, ventilación y los salones son amplios; con el mobiliario y equipo para el tipo de servicio que se brinda. Tiene un sótano en donde se encuentra la cocina de niños y lactario. En la planta baja, está la entrada con una pequeña explanada “filtro” lugar donde son revisados los menores por la doctora y/o enfermera antes de entrar sus salones para verificar que entren en buenas condiciones de higiene y salud, .al frente está el área administrativa, es decir, la dirección; el área secretarial y un sanitario. Del lado izquierdo se encuentra el consultorio médico y un sanitario; subiendo las escaleras al primer piso se encuentran los cubículos del área de psicología y el de trabajo social.

Para llegar al segundo nivel se encuentra un espacio (2.5 x 3.5 m) que es el En el segundo nivel en medio hay una jardinera a lo largo de éste, a cada lado un pasillo; del lado derecho, se encuentra el comedor de personal, la cocina, separada en cocina de niños y cocina de personal con su mobiliario y equipo independiente.

d).-“... Croquis de la Instalación de la Escuela...”<sup>10</sup>



<sup>10</sup> Información y Antecedentes del Cendi No. 7

e).- Organización escolar de la institución

Este plantel es de turno completo, el horario de servicio es de 7.30 am a 20.00 hrs. Se reciben niños cuyas madres de familia trabajan en alguna dependencia de la SEP. En su mayoría son maestras del nivel básico (inicial, preescolar o secundaria), también algunas mamás son trabajadoras administrativas. Los menores son recibidos desde las 7.30 hasta las 8.00 hrs. Dando una tolerancia de 10 minutos. Se les brinda desayuno, comida, colación y cena que son proporcionados por la DEI, a partir de las 13.00 hrs. Los niños empiezan a salir, dependiendo al horario laboral de la mamá, se recogen a los niños, hasta las 20.00 hrs. Si la madre por alguna razón necesita llevarse a su hijo antes lo puede hacer, solicitándolo al área de trabajo social.

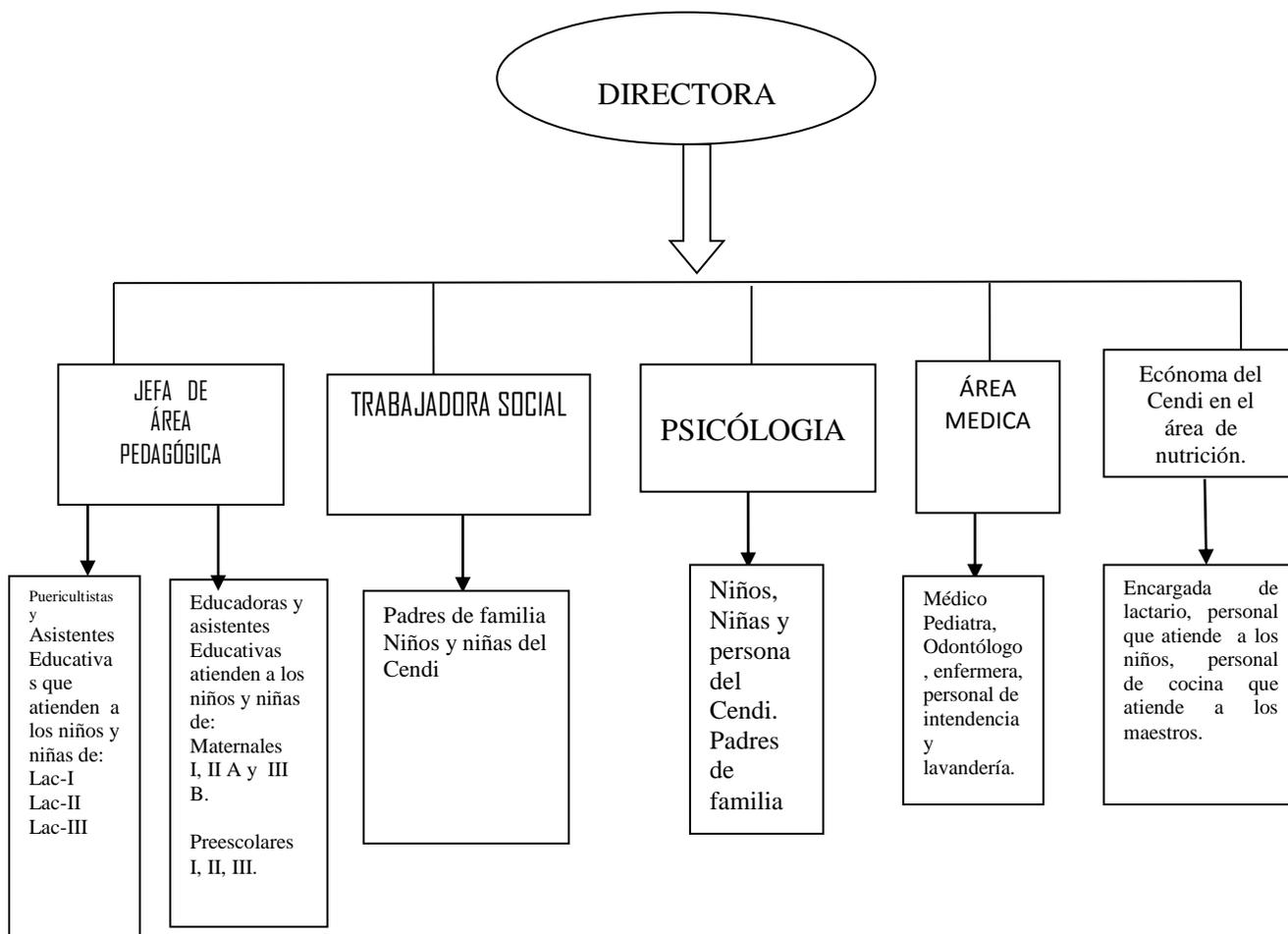
La plantilla del personal está completa consta de 87 personas, esto es:

- 1 Directivo.
- 4 Secretarias.
- 3 Médicos
- 1 Odontólogo.
- 1 Enfermera.
- 2 Psicólogas.
- 3 Trabajadoras Sociales.
- 1 Ecónoma.
- 4 Puericultistas.
- 14 Educadoras.
- 29 Asistentes Educativas
- 4 Cocineras
- 6 Auxiliares de cocina
- 2 Personas encargadas del Lactario
- 10 Auxiliares de Intendencia.
- 1 Auxiliar de lavandería.
- 1 Maestro de enseñanza musical.
- 2 Maestros de Educación Física.

El equipo técnico está formado por la directora, la psicóloga, la trabajadora social, el médico, enfermera y la ecónoma, que de forma interdisciplinaria atienden las necesidades de los menores y/o de los padres de familia. El personal, en forma consensuada, tiene horarios escalonados por ejemplo, el personal de cocina y de intendencia entra a las 7.00 hrs. am. y sale a las 14.00 hrs. El horario de las educadoras, puericultistas y asistentes educativas cubre desde las 7.30 hasta las 20.00 hrs.

f).- "...Organigrama general de la institución..."<sup>11</sup>

### ORGANIGRAMA DEL CENDI No 7 "AGUSTINA RAMÍREZ DE RODRÍGUEZ"



<sup>11</sup> Información y Antecedentes del Cendi No. 7

g).- "...Características de la población escolar..."<sup>12</sup>

**PERFIL DEL DIRECTIVO Y PERSONAL DE COCINA QUE ATIENDE EL SERVICIO  
DEL CENDI No. 7  
"AGUSTINA RAMÍREZ DE RODRÍGUEZ"**

NOMBRE	FUNCIÓN	PERFIL ACADEMICO	AÑOS DE SERVICIO	INSTITUCIÓN DE EGRESO
MARTHA SUSANA ORTEGA PAOLETTI	DIRECTORA	LICENCIADA EN EDUCACIÓN, MAESTRIA, DOCTORADO	26	NORMAL DE MAESTROS
LEONOR DIMAS SOLANO	ECONOMA (ÁREA DE NUTRICIÓN)	PASANTE DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PRECOLAR	25	U.P.N.099
IRMA ABREÚ YAÑEZ	AUXILIAR DE COCINA	3º DE SECUNDARIA	25	SEC. No .160
ALICIA BENITEZ TORRES	AUXILIAR DE COCINA	6º GRADO DE PRIMARIA	25	ESC. BENITO JUAREZ
MARIA DUEÑAS ABOYTES	ENCARGADA DE LACTARIO	3º DE SECUNDARIA	19	SEC. No 106
ROSARIO LOPEZ SANCHEZ	COCINERA DE NIÑOS	BACHILLERATO TERMINADO	6	CCH VALLEJO
GUADALUPE RUBIO ROSALES	AUXILIAR DE COCINA	3º DE SECUNDARIA	25	SEC, PARTICULAR
BLANCA ESTELA CRUZ CALVA	COCINERA DE PERSONAL	3º DE SECUNDARIA	25	SEC, PARTICULAR

Plantilla del Proyecto del Personal de Cocina (área de nutrición) del Cendi # 7.

<sup>12</sup> Información y Antecedentes del Cendi No. 7

h).- Describir la relación interacción de la institución con los padres de familia

Algunos de los propósitos del Centro de Desarrollo Infantil No. 7 son:

- 1.- Brindar una educación integral a los hijos de las madres trabajadoras cuyas Edades oscilan entre los 45 días de nacidos a los 5 años 11 meses. Proporcionando tranquilidad emocional a éstas durante su jornada laboral a fin de obtener mayor y mejor productividad en su trabajo.
- 2.- Contribuir al conocimiento y el manejo de la interacción social del niño y la niña, estimulándolo para participar en acciones de integración y mejoramiento en la escuela la familia, y la comunidad.
- 3.- Estimular, incrementar y orientar la curiosidad del niño y la niña, para iniciarlo en el conocimiento y comprensión de la naturaleza, así como en el desarrollo de habilidades y actitudes para conservarla y protegerla.
- 4.- Enriquecer las prácticas de cuidado y atención a los niños y las niñas menores de 6 años, por parte de los padres de familia y los grupos sociales donde conviven los menores.
- 5.- Ampliar los espacios de reconocimiento para los niños y niñas, con necesidades especiales, en la sociedad donde viven, propiciando un clima de respeto y estimulación para su desarrollo.
- 6.- Favorecer la participación de los padres de familia ya que éstos inciden e instrumentan en gran medida el tipo de condiciones que favorecen y potencializan los logros de sus hijos a través de la relación afectiva que se establece con ellos. Además de permitir la continuidad de la labor educativa del CENDI, en el seno familiar en beneficio de los infantes.
- 7.- Orientar y fortalecer la función pedagógica, al promover el trabajo colegiado colocar a la enseñanza, como eje de las actividades de la escuela.

### i).- Describir la interacción de la escuela con la comunidad

El trabajo con infantes implica asumir retos, tomando en cuenta los elementos del desarrollo: psicológico, cognitivo, motor, emocional y afectivo, además de las necesidades sociales. Los CENDI responden como un espacio educativo que posee identidad propia y una vida caracterizada por la misión institucional y la de cada plantel, centrada en la atención integral del desarrollo, la formación y los aprendizajes del alumnado. En los CENDI las niñas y los niños juegan, observan, aprenden, establecen vínculos que van más allá de un horario de trabajo. Se pretende que los infantes integren aprendizajes fundamentales que son indispensables para la vida:

Ø Aprender a vivir y convivir juntos.

Ø Aprender a hacer

Ø Aprender a conocer.

Ø Aprender a ser.

Esto es que le permitan tener una visión del mundo y que conforman los cuatro pilares de la educación. Los aprendizajes enunciados están ampliamente expuestos en el Programa de Educación Inicial el cual tiene como columna vertebral el desarrollo de los infantes, para orientar el trato y la forma de interacción entre educadores, niñas y niños, a través de medidas formativas sistemáticamente aplicadas.

### **1.3 El Planteamiento del Problema**

El problema que se trata a continuación nace de la observación diaria en el Centro de Desarrollo Infantil No. 7 de los niños y niñas que asisten en esta estancia infantil.

Es relevante la importancia dentro de los procedimientos de la metodología de la investigación de índole científico, de definir la problemática en forma de pregunta concreta como a continuación se plantea.

De acuerdo a todo lo anterior y tomando en cuenta el papel que desempeña la estancia infantil y como agentes en educación nos atrevemos a plantear los siguientes cuestionamientos:

¿Cómo debe trabajar en la escuela con el material de la alimentación?

¿Debe poseer el niño autonomía al elegir su alimento?

¿Cómo hacer para que el niño seleccione mejor los alimentos que come?

¿Por qué es importante que los padres se informen sobre la alimentación?

¿Cómo mejorar los hábitos alimenticios en los niños y niñas de 45 días de nacidos a los 5 años 11 meses de edad. En el ciclo escolar 2015-2016. Para que favorezca el desarrollo del niño en vinculación con los padres de familia y hacer conciencia de lo perjudicial de los alimentos chatarra?

Se puede observar que los alumnos al realizar las actividades de Educación física, música y movimiento, no participan, cuando lo hacen demuestran cansancio y agotamiento.

Es común durante estas actividades notar a los niños y niñas del Cendi, se presentan con dolor de cabeza, sueño, diversas enfermedades, se observa la falta de una adecuada alimentación pues los alimentos que ingieren comúnmente los alumnos son productos chatarra cuando no llegan al Cendi a Desayunar a tiempo

#### **1.4 La Hipótesis de la Guía del Trabajo de la Investigación**

Un hilo conductor propicio en la búsqueda de los elementos teóricos prácticos que dé respuesta a la pregunta generadora del punto anterior, es la base del éxito en la construcción de los hechos que son relativos a la solución de una problemática, en este caso educativo.

Para tal efecto se construyó el enunciado siguiente:

#### **1.5 La Elaboración de los Objetivos**

Definir y estructurar objetivos dentro de planos, tales como el desarrollo de una investigación, planeación escolar o el diseño curricular, lleva a la posibilidad de

dimensionar el progreso, avances o términos de acciones interrelacionados con esquemas de trabajo académicos o científicos.

Por ello, iniciar que estos, se consideren como parte fundamental de estructura de esta naturaleza.

### **1.5.1 El Objetivo General**

Para la realización de indagación presente, se constituyeron los siguientes objetivos:

- El objetivo de esta investigación, es procurar dar orientación, de cómo poder aprender una nueva manera de alimentarse en forma completa y con todos los nutrientes necesarios, no solo para reducir de peso sino para tener una vida sana y mantener un peso adecuado. Desde la infancia hasta la edad adulta.

### **1.5.2 Objetivos Particulares**

- Aumentar el nivel de conciencia sobre los alimentos que son esenciales para una dieta balanceada.
- Aumentar el nivel de comprensión sobre las necesidades nutricionales de las madres embarazadas y lactantes, los niños pequeños, las personas ancianas, adultos y adolescentes.
- Aumentar el nivel de conciencia sobre la importancia de una buena dieta para mantener la salud y resistir enfermedades.

## 1.6 La Orientación Metodológica de la Investigación Documental

La investigación metodológica, como su nombre lo indica, fue sometida a diferentes y constantes revisiones, de hechos documentales, en este caso, es necesario conformar el seguimiento sistematizado de cada una de las acciones, realizándose las condiciones indicadas y necesarias en la elaboración del presente informe.

El Programa de Educación Preescolar constituye una propuesta de trabajo globalizada para orientar la práctica educativa del docente frente al grupo. Entre sus principios considera, el respeto a las necesidades e intereses de los niños así como a su capacidad de expresión y juego, favoreciendo su proceso de sociabilización. Los fines que fundamentan el programa son los principios que se desprenden del Artículo 3ro .de nuestra Constitución Política, tal como procede en cualquier proyecto educativo nacional. Este artículo establece la fundamentación filosófica de la Educación Mexicana, y tiene una ley reglamentaria que es la Ley General de Educación. Sus ideas centrales son:

Todo individuo tiene derecho a recibir educación.

\* Se impartirá educación Preescolar, Primaria y Secundaria.

\* La educación Primaria y Secundaria son obligatorias.

\*La educación deberá desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano, fomentar el amor a la Patria y la conciencia de solidaridad internacional.

El Artículo 3ro señala que la educación que se imparta tendrá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano; es decir propone el desarrollo armónico del individuo. De acuerdo a las ideas centrales que señala, se entiende que todos los mexicanos tenemos el indisoluble derecho de recibir educación.

El PEP 92. Programa de Educación Pública toma en cuenta las condiciones de trabajo y organización del nivel preescolar. Sin embargo, no se cumplirá con los propósitos de la educación preescolar si no se sitúa al niño como parte importante del proceso educativo, si no se posee un sustento teórico y no conoce cuales son los aspectos más relevantes, que le permitan entender cómo se desarrolla el niño y como aprende.

## CAPÍTULO 2

### EL MARCO TEORICO DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTADA

El marco teórico que genera esta investigación, es fuente de indagación teórico conceptual. Los elementos teóricos, en la presente investigación, son la referencia a analizar, los procesos de la nutrición están encaminados a los niños y niñas de lactantes a la edad preescolar en el Centro de Desarrollo Infantil No. 7 Agustina Ramírez de Rodríguez.

Toda investigación, requiere de una serie de elementos que avalen la base del análisis, que de origen a nuevas perspectivas, teórico conceptuales del área del conocimiento, que en este caso es la educación.

Para ello, es necesario revalidar las proposiciones teóricas que se han ido ubicando conforme al enfoque que presenta, el planeamiento del problema bajo esta finalidad se anotara los siguientes conceptos y elementos para su análisis,

El ser humano come "...fundamentalmente para saciar el hambre, sin embargo, la finalidad esencial de la alimentación es el mantenimiento de la salud..."<sup>13</sup>. Los alimentos que el cuerpo recibe y utiliza determinan, en gran medida, su crecimiento, desarrollo y mantenimiento, por ello, es de vital importancia que el docente oriente a sus alumnos y a los padres de familia sobre la necesidad de una buena alimentación como un factor indispensable para un crecimiento y desarrollo sano. Los niños menores de seis años de edad necesitan recibir sustancias nutritivas las cuales le son proporcionadas por los alimentos. Estos nutrientes son los responsables tanto del crecimiento y desarrollo como de proveer las energías suficientes para todas las actividades, además de ayudar al cuerpo a resistir enfermedades y en caso necesario, a la reparación de lesiones.

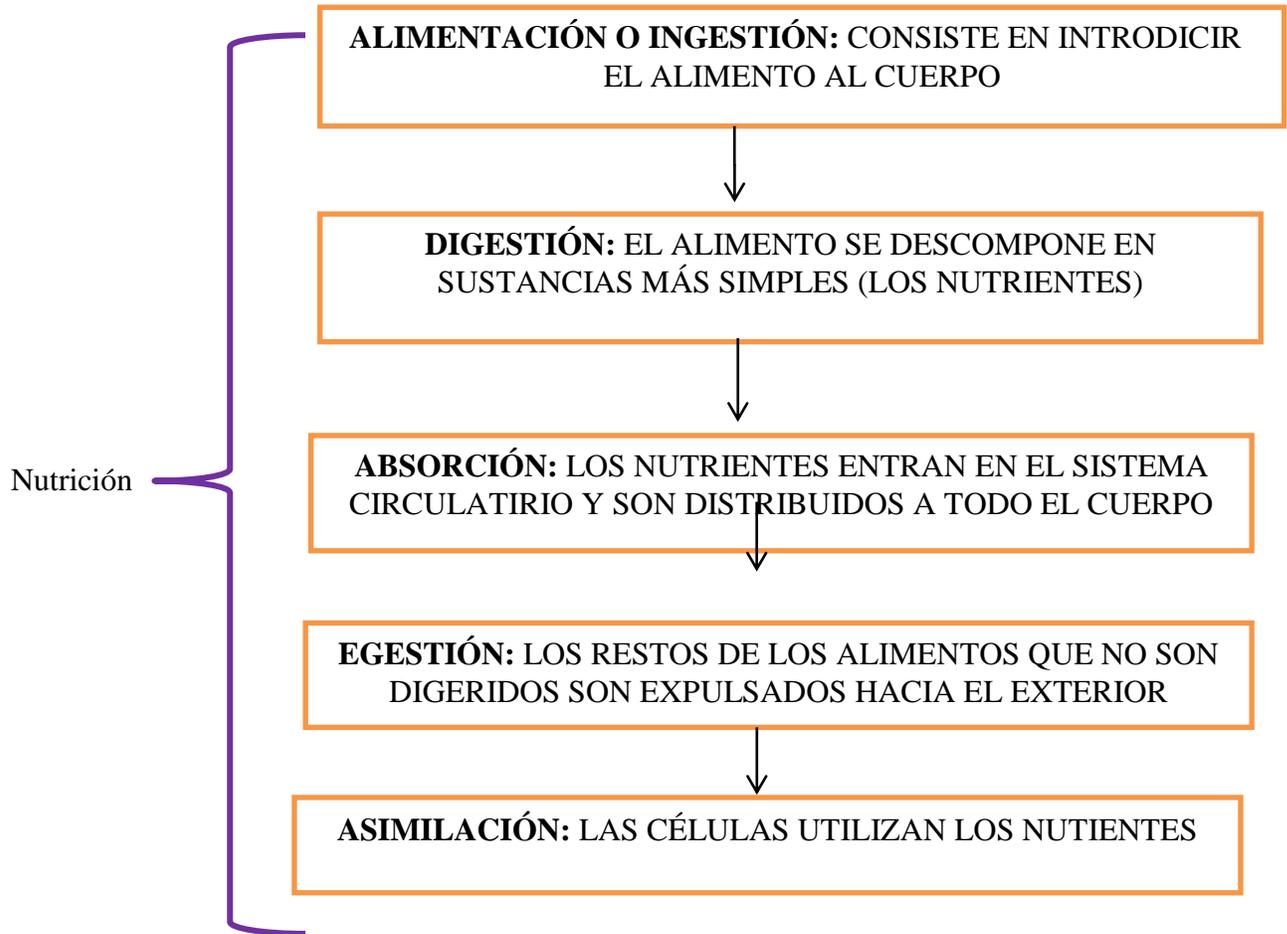
---

<sup>13</sup>Limón Saúl, En Fundamentos de la Biología, p. p 303

## 2.1 El Aparato Crítico Conceptual Establecido en la Elaboración del Marco Teórico.

**2.1.1 La Alimentación y la Nutrición:** "...no son exactamente lo mismo, pero contribuyen a un buen funcionamiento y proceso de nuestro cuerpo. Para ello hablaremos desde cómo la alimentación empieza en el embarazo de una mujer..."<sup>14</sup>

**2.1.2** "...Observemos con atención el siguiente esquema que el autor menciona..."<sup>15</sup>



<sup>14</sup> Piaget, J. Seis Estudios de Psicología, Barcelona: España, Seix Barral., 1986.

<sup>15</sup> [www.msal.gov.ar/ent/index.php/informacion-para.../alimentación-saludable](http://www.msal.gov.ar/ent/index.php/informacion-para.../alimentación-saludable)

## **Diferencia entre alimento y nutriente.**

Los alimentos nos proporcionan una satisfacción necesaria para calmar el hambre que sentimos; al comer no tomamos en cuenta las propiedades nutritivas de los alimentos que nos proporcionan energía, calorías, vitaminas, minerales, grasas e hidratos de carbono. Los nutrientes además de alimentar nuestro cuerpo nos proporcionan buenas condiciones de salud por las propiedades que posee cada alimento ayudando a nuestro organismo a mantenerse saludable.

El cuerpo de los niños necesita alimentarse bien y de manera especial; porque éste se desgasta al jugar, al estudiar, al realizar cualquier actividad y además, porque necesita crecer y desarrollarse.

Existen otros alimentos que contribuyen al buen funcionamiento del organismo ayudando a tener buenas condiciones de salud. Estos alimentos son las verduras, leche, carnes, frutas, ce reales y pescados. La leche es un alimento completo que contiene infinidad de vitaminas y minerales, es por eso que la podemos encontrar en todos los grupos alimenticios.

### **2.1.3 La Alimentación de la Mujer Durante el Embarazo**

<sup>16</sup>“...El estado nutricional durante el embarazo y la lactancia contribuye significativamente al bienestar de la madre y el lactante. Las mujeres bien nutridas durante la infancia y antes de la concepción tienen mayor probabilidad de tener embarazos sin complicaciones e hijos sanos...” Es importante también una dieta sana para la madre que se encuentra lactando, ya que el amamantamiento proporciona ventajas tanto a ella como al recién nacido. La lactancia materna tiene inmensos beneficios para el niño y también a la madre. Con el propósito de promover la lactancia en México, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), el Senado de la República, la Cámara de Diputados, y el Instituto Nacional de Salud

---

<sup>16</sup> MANUAL DE DIETAS NORMALES Y TERAPEUTICAS. LOS ALIMENTOS EN LA SALUD Y LA ENFERMEDAD. AUTORES: N.C ANA BERTHA PEREZ LIZAUER N.C LETICIA MARVÁN LABORDE EDICIONES CIENTIFICAS LA PRENSA DE MEXICO, S. A. DE C. V.

Pública (INSP) dio marcha el 2do. Foro Nacional de Lactancia Materna, al celebrarse Mundialmente del 1º al 7 de agosto de 2015.

Los cambios fisiológicos relacionados con la gestación requieren que las dietas maternas proporcionen más sustratos de energía, proteína y minerales. Los nutrimentos ingeridos por la mamá durante el embarazo pueden tener influencias específicas en el desarrollo fetal.



#### **2.1.4 Indicadores del Estado Nutricional Materno**

Existen dos indicadores del estado nutricio-materno que han demostrado una relación constante con el peso del niño al nacer: la talla de la madre y el aumento de peso durante el embarazo.

**2.1.5 Talla del Niño Lactante:** Las mamás que son de complexión gruesa o altas, tienen niños voluminosos, se dice que la talla es un factor condicionante del tamaño final de la placenta y ésta determina el flujo de nutrimentos disponibles para el feto lo que coincide con el peso del niño al nacer.

**2.1.6 Peso del Niño Lactante:** La frecuencia de bajo peso al nacer y prematuros en niños de mamás con peso bajo es mayor que aquellos que nacen de mamás con

peso adecuado. Las mujeres con bajo peso antes del embarazo, tienen placentas más pequeñas que las madres con peso adecuado o más alto.

### **La Alimentación de los Niños y Niñas Lactantes**

<sup>17</sup>“...Las características biológicas, es la etapa con la mayor velocidad de crecimiento la vida...” como a continuación se menciona:

- Etapa con la mayor velocidad de crecimiento en la vida.
- Para los cuatro meses de vida el peso al nacer se duplica y para el año se triplica.
- El lactante pierde peso en los primeros días de vida.

#### Beneficios de la Leche Materna

- **FISIOLÓGICAS:** Contiene un 87.5% de agua para mantener la hidratación, ayuda a la función renal y a la maduración intestinal.
- **INMUNOLÓGICAS:** Protección contra infecciones y alergias.
- **NUTRICIONALES:** La proporción predominante de la caseína la cual contiene un alto valor biológico.
- **PSICOLÓGICAS:** Unión entre madre y lactante.

**La Ablactación:** Es la introducción gradual de alimentos diferentes a la leche en la dieta del lactante, la cual permite proporcionar un mayor aporte de energía, satisfacer las necesidades de nutrimentos, para que el lactante logre el grado de

---

<sup>17</sup> NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-043-SSA2-2005, SERVICIOS BÁSICOS DE SALUD, PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN MATERIA ALIMENTARIA.

maduración en su aparato digestivo, los riñones y el sistema nervioso, esto con el fin de integrar al niño a la dieta familiar.

El niño recién nacido hasta los 6 meses, exclusivamente leche materna o fórmula de inicio o materna.

6 meses al año de edad leche de seguimiento (NAN II), a partir del año leche entera.

Alimentos diferentes a la leche, se iniciará a los 6 meses de la siguiente manera:

- 6 meses, colado de verduras (chayote, zanahoria, chícharo, ejote)
- 7 meses, frutas (no cítricos) y no en presentación de jugos (manzana, pera, etc.)
- 8 meses, cereales de gerber de arroz y avena
- 9 meses, carnes como son pollo, molida de res y lengua de res

Al año de edad leguminosas, melón, sandía, huevo, fresa, chocolate, cítricos, embutidos, carne de puerco, pescado y alimentos enlatados.



### 2.1.7 Los Hábitos Alimenticios y una buena Nutrición en el Niño Preescolar

Es un conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios se relacionan principalmente con las características sociales, económicas y culturales de una población o región determinada. Los hábitos generalizados de una comunidad suelen llamarse costumbres.



#### Índice de masa corporal

Este es el resultado, de un diagnóstico que se obtiene dividiendo el peso entre la estatura elevada al cuadrado<sup>18</sup>...se establece al dividir el peso corporal expresado en kilogramos, entre la estatura expresada en metros elevada al cuadrado...” Permite determinar peso bajo o sobrepeso y la posibilidad de que exista obesidad.

#### Fórmula para calcular el Índice de Masa Corporal

$$IMC = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Estatura}^2 \text{ (Mts.)}}$$

---

<sup>18</sup> NUTRIOLOGÍA MÉDICA AUTOR: ESTHER CASANUEVA ET. AL EDITORIAL MÉDICA PANAMERICANA

### **2.1.8 Alternativas para Mejorar la Alimentación del Niño Preescolar.**

#### Platillo o Dieta

Es la combinación de alimentos o platillos que dan como resultado nuevos sabores o texturas que los alcanzados al preparar los alimentos en forma individual; que consume una persona al día, por lo general resulta un efecto sinérgico en lo que a sabor, textura y aporte nutrimental se refiere.

Para lograr una buena nutrición la dieta debe ser completa y equilibrada; es decir, debe con tener todos los nutrimentos y que éstos se encuentren en las proporciones adecuadas. El plato del bien comer es la representación gráfica propuesta para México para brindar orientación acorde a las necesidades y características de los mexicanos, para tener una vida más sana que recomienda incluir en cada alimento de los tres grupos: verduras y frutas, cereales y tubérculos, leguminosas y alimento de origen animal (tiene alimentos que acostumbramos comer en México).

**Frutas y Verduras:** “...son la principal fuente de vitaminas y minerales, aunque también aportan carbohidratos y fibra. Debemos consumir diariamente las frutas y verduras ya sea crudas o con cáscara, proporcionan, pero se debe de tener demasiado cuidado al lavarlas y desinfectarlas antes de consumirlas.

**Cereales y Tubérculos:** contienen principalmente carbohidratos, nutrimentos que son principal fuente de energía del cuerpo humano. También aportan vitaminas y minerales y algunos contienen proteínas y lípidos. Entre los cereales se encuentran el maíz, trigo, arroz, avena, cebada y todos los productos derivados. Es recomendable consumir cereales integrales porque aportan fibra a la dieta y vitaminas que contienen la cascarilla.

**Leguminosas y Alimentos de Origen Animal:** el principal nutrimento que aportan este grupo de alimentos son las proteínas; las leguminosas como el frijol, las lentejas, los chicharos y las habas también proporcionan carbohidratos. Los

alimentos de origen animal, como los distintos tipos de carnes, quesos, yogurt y el huevo, también contienen lípidos.

**Los lípidos o grasas** también desempeñan importantes funciones en el organismo: proporcionan energía, protegen nuestros órganos de los golpes, ayudan a regular la temperatura corporal, intervienen en la absorción de algunas vitaminas y promueven la formación de hormonas, pero no se deben de consumir en exceso porque son alimentos ricos en grasa y estas pueden acumularse y llegar a producir obesidad, el aumento del colesterol y diabetes entre otros...<sup>19</sup>

Este esquema tiene como único propósito el ilustrar los grupos de alimentos y explicar a la población cómo conformar una dieta completa, equilibrada y lograr una alimentación saludable, para ello es necesario fomentar la combinación y la variación de alimentos. Observemos con atención lo siguiente:

### EL PLATO DEL BUEN COMER



Uno de los mensajes centrales recomienda que en cada comida, se incluya por lo menos un alimento de cada uno de los tres grupos y que, de una comida a otra o por lo menos de un día a otro, se cambien los alimentos utilizados en cada grupo. Sugiere comer muchas frutas y verduras, suficientes cereales, pocos alimentos de origen animal y la combinación de cereales y leguminosas.

Es importante aclarar que ningún grupo tiene mayor importancia que otro, pero si faltara algún grupo en la dieta por un tiempo prolongado muy probablemente se generarían deficiencias incompatibles con la salud y la vida.

En el *Plato* se evita dar recomendaciones de cantidades, ya que las necesidades nutrimentales difieren en forma muy notable con la edad, el tamaño corporal, el sexo, la actividad física y el estado en el que se encuentra la persona (crecimiento, embarazo, lactancia etc.) Por lo tanto no se recomiendan cantidades.



Cualquier persona puede guiarse con el Plato del Bien Comer, tú puedes conseguirlo para poder consultarlo y enseñar a tu familia la importancia de combinar y variar los alimentos.

## 2.2 ¿Es Importante Relacionar la Teoría con el Desarrollo de la Problemática en el Centro Escolar?

Uno de los grandes investigadores, como es Piaget, cree que desde el momento del nacimiento, una persona empieza a buscar medios de adaptación más satisfactorios al entorno, pasando por las siguientes etapas:

- a) Asimilación: Es un proceso cognoscitivo mediante el cual, las personas integran nuevos elementos preceptuales, motores o conceptuales a los esquemas o patrones ya existentes. La asimilación no provoca un cambio de esquemas, pero sí condiciona su crecimiento, en consecuencia forma parte del desarrollo. Se puede comprender esto: un globo (esquema), al inflarlo aumenta de tamaño (la asimilación, crece). Pero su forma no cambia, por esta razón, la asimilación es un proceso mediante el cual, el individuo se adapta cognoscitivamente y organiza su medio, lo que le permite que se transformen los esquemas.
- b) Acomodación: Las propias estructuras se transforman, para adaptarse mejor al medio y para ampliar los esquemas de acción. Cuando se enfrenta a un estímulo nuevo, el niño trata de integrarlo a sus esquemas. Una vez que lleva a cabo esta acomodación, el niño puede tratar de asimilar otra vez el estímulo, y como la estructura ya cambió, esto es asimilando con facilidad.
- c) Equilibración: Los procesos de asimilación y acomodación son necesarios para el desarrollo y crecimiento cognitivo, pero debe existir un balance entre éstos, a lo que él autor ha denominado equilibración; que es un mecanismo de auto regulación necesarios para asegurar una interacción eficaz entre el desarrollo y el medio. El proceso es un estado de armonía entre asimilación y acomodación permite incorporar la experiencia externa a estructuras internas (esquemas). “Es responsable del desarrollo intelectual en todas las etapas de maduración y es igualmente el mecanismo por cuyo efecto un niño pasa de una etapa del desarrollo a la siguiente.

El autor también pone el acento, de que el desarrollo de la inteligencia de los niños es una adaptación del individuo al ambiente o al mundo que lo circunda.

La inteligencia se desarrolla a través de un proceso de maduración, la experiencia, la transmisión social, y el proceso de equilibración.

- d) **Maduración**, con mucha frecuencia se cree que el desarrollo cognitivo es un reflejo, o depende exclusivamente, de la maduración del sistema nervioso. Es indudable la importancia de la maduración en el desarrollo del niño. A medida que crece y madura, el niño interacciona constante con el ambiente y adquiere cada vez mayor capacidad para asimilar y estructurar la información del mismo. La maduración del sistema nervioso, a medida que avanza, abre nuevas y más amplias posibilidades de efectuar acciones para adquirir conocimientos, las que sólo podrán actualizarse y consolidarse en la medida en que intervengan la experiencia y la interacción social.
- e) **La experiencia**, se adquiere al interactuar con el ambiente. El niño explora, manipula objetos y aplica sobre ellos distintas acciones, en este momento está realizando una actividad que altera sus procesos mentales.
- f) **La transmisión social**. El niño en su vida cotidiana recibe constantemente informaciones diversas, que provienen de sus padres, de los medios de comunicación, de sus maestros, etc. y cuando esta información se opone a las hipótesis del niño, pueden producir en él distintos efectos:
- Primero**, "...el desarrollo evolutivo del niño es tal que si los datos resultan muy lejanos a su hipótesis, la información no puede ser asimilada en ese momento.
- Segundo**, si la información es opuesta a sus conclusiones, pero se insiste en que la acepte y se le critica o se le censura su error, el niño se confunde. Esto es porque se le obliga a tener que adoptar una hipótesis que para él no es válida.
- Tercero**: cuando una hipótesis del niño es desviada por una información errónea puede llegar a crearle un conflicto (que son importantes en el proceso del aprendizaje)..."<sup>20</sup>

Observemos con atención el siguiente cuadro, según los autores y el espacio de tiempo a que se haga referencia, se puede hablar de etapas, estadios, faces o

---

<sup>20</sup> ANTOLOGÍA, UPN. *El Niño: Desarrollo y Proceso de Construcción del Conocimiento*. (1994) p.159

periodos, indistintamente. Por ejemplo, Freud utiliza el término de fases; Wallon habla de etapas; Piaget se refiere a los periodos para designar las grandes unidades y estadios para describir sus subdivisiones; A Gessel considera al desarrollo progresivo y lo distingue por patrones de conducta.

En el siguiente cuadro comparativo, "...es importante que la educadora en su plan de trabajo, tome en cuenta que el niño debe tener cuidado en su alimentación y de su crecimiento..."<sup>21</sup>. Como se puede observar en el siguiente cuadro que los autores mencionan.

<b>S FREUD</b>	<b>J. PIAGET</b>	<b>A. GESEEL</b>	<b>H. WALLON</b>
Su enfoque está basado en la temática del desarrollo	Hace más énfasis a la temática sobre el desarrollo progresivo	Hace una mención sobre el desarrollo progresivo en los patrones de conducta	Según Wallon hace mención sobre los estadios del desarrollo
Dice que el niño va adquiriendo su personalidad y establece cinco fases según en la zona del cuerpo y son las siguientes:	Que él niño va evolucionando de manera inteligente y él autor establece cuatro periodos y son los siguientes:	Hace énfasis que él niño adquiere madurez de acuerdo a la edad y la distingue en cuatro patrones de conducta, son las siguientes:	Considera que al niño de condiciones fisiológicas y ambientales para el autor hay tres estadios y son los siguientes:
1.- Fase oral	1.- Periodo sensoriomotor (de 0 a 2 años)	1.- Conducta motriz	1.- Estadio de la impulsividad motriz
2.- Fase anal	2.- Periodo preoperacional (de 2 a 7 años) preescolar	2.- Conducta adaptativa	2.- Estadio emocional
3.- Fase Fálica	3.- Periodo de las operaciones concretas (de 7 a 11 años) escolar	3.- Conducta social	3.- Estadio sensoriomotor y proyectivo
4.- Fase de latencia	4.- Periodo de las operaciones abstractas (de 11 a 15 años) adolescentes	4.- Conducta de lenguaje	

<sup>21</sup> ANTOLOGÍA, UPN. *El Niño: Desarrollo y Proceso de Construcción del Conocimiento*. (1994) p.159.

En 1963 el autor Piaget, sintetiza en términos generales las etapas del desarrollo cognitivo de la siguiente manera:

### **1. Etapa de la Inteligencia sensomotora (0-2 años).**

En este periodo la conducta es en esencia notoria. "...El niño aún no se representa internamente los acontecimientos o fenómenos ni "piensa" mediante conceptos, aunque su desarrollo "cognoscitivo" puede verse conforme elabora esquemas.

**2. Etapa del pensamiento preoperatorio (2-7 años).** Esta etapa se caracteriza por el desarrollo del lenguaje y de otras formas de representación y de rápido desarrollo conceptual.

Durante estos años el razonamiento es pre lógico o semiológico.

### **3. Etapa de las operaciones concretas (7 -11 años).**

Durante estos años el niño desarrolla la capacidad de aplicar el pensamiento lógico a los problemas concretos.

4. Etapa de las operaciones formales (11-15 años). Durante este proceso, las estructuras cognoscitivas del niño alcanza su máximo nivel de desarrollo y el niño adquiere la capacidad de aplicar el razonamiento lógico..."<sup>22</sup>.

Los preescolares de 3, 4 y 5 años de edad se encuentran en la etapa preoperatoria. (Según la teoría psicogenética de Jean Piaget), "...estos muestran características propias de dicha etapa a tales como son: pensamientos prelógicos e irreversibles son egocéntricos, interesados por jugar únicamente y hablar para sí mismo. El papel de la educadora, es el de guiar al niño para que este haga reflexiones..."<sup>23</sup>.

Según el autor, dice que cada niño pasa por las etapas del **desarrollo cognitivo** en el mismo orden, pasa intelectualmente a la etapa preoperatoria después, las operaciones concretas para poder pasar a las operaciones formales.

Pero el pensador **Gessel**, dice que considera que el **desarrollo es progresivo** y está determinado por la maduración del sistema nervioso. Existen unas tendencias

---

<sup>22</sup> ANTOLOGÍA, UPN. *El Niño: Desarrollo y Proceso de Construcción del Conocimiento*. p. 159

<sup>23</sup> Piaget, J. *Seis Estudios de Psicología*, Barcelona: España, Seix Barral, 1986.

innatas en el organismo que van a ser moderadas en contacto con la sociedad. Caracteriza cada edad con los rasgos más típicos. Hace una descripción de comportamientos llamados rasgos de madures de cada edad, y distingue 4 patrones de conducta. **Conducta motriz, adaptativa, social y de lenguaje.**

**Por otro lado para Henri Wallon**, el estudio es como una unidad funcional ligada a condicionantes "...fisiológico y ambiental. En esta interacción se produce el comportamiento. Para este autor no es posible la separación entre lo biológico y lo social, lo orgánico y lo psíquico. El hombre es un ser biopsicosocial, nace genéticamente preparado para serlo. Dice que el desarrollo es continuo, se dan faces y etapas..."<sup>24</sup>.

Para este autor hay 4 dominios, que se observan en las etapas, y que son sucesivos: **afectividad, motor, conocimiento y persona, que sería el nivel más alto de desarrollo.**

### **2.3 ¿Los Docentes del Centro de Trabajo al cual se Pertenece, llevan a cabo su Práctica Educativa en su Aula bajo Conceptos Teóricos?**

Esta investigación es un elemento teórico práctico en desarrollo, el cual es utilizado por los docentes con el fin de conocer y comprender una situación problemática detectada dentro de la práctica, con el fin de proponer una alternativa de cambio y solución, en el cual estén contemplados los principales rasgos que caracterizan la escuela, las aportaciones de los profesores, además que trata de exponer la estrategia de acción a través de la cual se creará una alternativa. Uno de los objetivos de esta investigación es el de contribuir positivamente a la formación de los educandos, así como también mejorar la calidad de la educación, ofreciendo un tratamiento educativo y no sólo instruccional a los problemas que rodean el aspecto pedagógico.

La intervención de la educadora consiste en facilitar y apoyar la actividad infantil para que los niños y niñas actúen, haciendo conscientemente aquello que están aprendiendo, es decir que reflexionen, analicen, pregunten, y pongan en juego sus ideas.

---

<sup>24</sup> Piaget, J. Seis Estudios de Psicología, Barcelona. España, Seix Barral., 1986.

## CAPÍTULO 3

### CONSTRUYENDO UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN AL PROBLEMA

#### 3.1 Característica

El Cendi No. 7 como institución, enfocada la educación infantil, requiere de una organización adecuada, con valores muy específicos, relacionadas íntimamente con las necesidades y características de los niños y niñas que asisten al plantel. En la teoría Psicogenética, el proceso de aprendizaje se explica en términos de adquisición de conocimientos. Para ello establece una diferencia entre desarrollo Cognitivo y el aprendizaje. Según Piaget, señala el desarrollo del conocimiento como el proceso genético del sujeto, tanto de su sistema nervioso como en sus funciones mentales; y considera que el aprendizaje es un proceso provocado por situaciones externas por medio, de un agente o docente y limitado a un solo aspecto o problema.

El autor considera, que los mecanismos de aprendizaje dependen del desarrollo evolutivo del niño, así como de sus experiencias físicas y de la interacción social que favorece su proceso de maduración. En base a lo que este autor señala es importante que la educadora concientice al niño a tener cuidado en su alimentación y de la importancia para su crecimiento.

Así mismo, "...el autor divide el aprendizaje del niño en etapas de desarrollo; considera que los individuos pasan por las etapas, cognitivas siguiendo un mismo orden de evolución, además especifica las características del esquema de acción propias de cada estadio en las etapas..."<sup>25</sup>

El período preoperatorio o período de organización y preparación de las operaciones concretas del pensamiento se extiende desde 2 años hasta los 7 años. Puede considerarse como una etapa a través de la cual el niño va construyendo las estructuras que darán sustento a las operaciones concretas del

---

<sup>25</sup> S.E.P. Programa De Educación Preescolar .Programa de Actualización del Maestro. Septiembre de 1992

pensamiento, a la estructura paulatina de las categorías del objeto, de tiempo, del espacio y la casualidad, a partir de las acciones y no toda vía como nociones del pensamiento.

Durante este período el pensamiento del niño recorre diferentes etapas que van desde un egocentrismo en el cual se excluye toda objetividad que va desde la realidad externa hasta una forma de pensamiento que se va adaptando a los demás ya la realidad objetiva, este camino representa un proceso de descentración progresiva que significa una diferenciación entre su yo y la realidad externa en el plano del pensamiento.

Los niños y niñas observan, escuchan y tocan con sus manos, pues este es el modo en que está más cerca de sus posibilidades de aprender. "...De ninguna manera puede solicitársele reflexión o esfuerzo voluntario pues sólo le atrae lo que le interesa, excita su curiosidad y le produce satisfacción. Podemos llamar a este periodo a la edad de las preguntas, pues se nutre permanentemente de sus sorpresas ante lo que no conoce o no comprende y su deseo insaciable de saber cosas..."<sup>26</sup>

### **3.2 Una Justificación de la Implantación del Porque la Propuesta en el Ámbito Educativo**

Esta investigación surge a raíz de un diagnóstico de salud, en el cual la nutrición es el punto central, se realizó entrevistas a padres de familia, solicitando datos para poder llevar en antecedentes la alimentación de los niños y niñas que asisten al Cendi, razón por la cual solicité asesoría a la Doctora y Supervisora del área de nutrición para conocer mejor estas problemáticas, de otros temas de igual importancia para el aprendizaje, además de considerar mi experiencia como promotor de la salud y dietista, tomando en cuenta que es importante considerar que para realizar un diagnóstico debe haber un problema y posteriormente se debe contar con la participación de quienes busquen posible soluciones a los afectados, los cuales deben tener la información necesaria para mejor comprensión y desarrollo de lo planteado.

---

<sup>26</sup> Cajita de Sorpresas. El niño y su mundo Vol. 4. Editorial Casa España. Edición 1985. p. 250

### **3.3 ¿A quiénes o A quién Favorece la Implantación, Quienes son Beneficiados con la Implantación si son los Niños, Padres de Familia o el Agente Educativo?**

En esta propuesta, todos de una u otra manera nos veríamos favorecidos, ya que al hablar de hábitos alimenticios, tenemos una mala información, pero en esta ocasión los niños y niñas del Cendi No. 7 serán los beneficiados, junto con padres de familia y agentes educativos,

### **3.4 ¿Cuáles son los Criterios Específicos que Avalan la Implementación o Aplicación de la Propuesta de la Zona Escolar?**

Es importante no perder de vista que el criterio de innovación de la práctica docente propia, consiste en realizar cambios en nosotros mismos, como agentes educativos, ya que en nuestro centro de trabajo se nos presentan diferentes problemáticas, para poder lograr superarlos y resolverlos, hay que tener las herramientas necesarias y transformar la docencia, para evaluar e implementar estrategias de acción, tendientes a favorecer el cuidado de la salud de los niños y niñas.

### **3.5 La Propuesta**

En la elaboración de esta propuesta, se tomó como punto de partida, la alimentación y la nutrición, se define como el bienestar físico, mental y social y no solo la ausencia de una enfermedad, es decir cuando estamos física y mentalmente bien para cumplir con todas nuestras actividades.

Para la prevención de enfermedad de un niño es necesario que adquiera buenos hábitos alimentación, de auto cuidado, de higiene personal, en su casa. Nosotros como agentes educativos y las educadoras de los niños, debemos orientar a los padres de familia, a que aprovechen todos los recursos de fuentes de alimentación y darle las nociones necesarias para que preparen alimentos de alto valor nutricional.

### 3.5.1 Título de la Propuesta

#### **Importancia de una Dieta Balanceada para una Correcta Nutrición en los Niños que Cursan la Educación Inicial y Preescolar**

### 3.5.2 Objetivo General

- El objetivo de esta investigación, es procurar dar orientación, a padres de familia, cómo poder aprender una nueva manera de alimentarse en forma completa y con todos los nutrientes necesarios, no solo para reducir de peso, sino para tener una vida sana y mantener un peso adecuado de sus hijos. Desde la infancia hasta la edad adulta.
- Aprendan a clasificar los alimentos dentro de los 3 grupos identificados en el plato del bien comer.
- Dar a conocer a toda la comunidad educativa, la importancia de saber combinar los diferentes grupos de alimentos que debemos conocer para tener una vida sana, para trabajarlo con los niños y niñas del Cendi 7.

### 3.5.3 Alcance de la Propuesta

Lograr nuevos hábitos de vida, implica un cambio cultural en la población infantil, que han traído consigo, además de la desnutrición, que aún persisten en algunas regiones del país, problemas de sobrepeso y obesidad. En las estancias infantiles cotidianamente se enfrentan con una realidad, niños y niñas con malos hábitos alimenticios y estilos de vida cada día más sedentarios

Se espera que con esta investigación, sea de utilidad a las personas que desean contribuir a un cambio general, que implica acercarnos cada vez más a tener estilos de vida saludables y, en consecuencia, hacer realidad los derechos de los niños y las niñas ya que su cuerpo necesita para vivir, crecer, desarrollarse y

mantenerse sano, diferentes sustancias que se llaman nutrimentos que se encuentran en los alimentos, cantidad que se sugiere comer por día,

#### 3.5.4 Temas Centrales que Constituye la Propuesta

Uno de los temas centrales de esta investigación, es la alimentación, pero para abordar y entender más, empezaremos por saber que se entiende cuando hay una mala alimentación y provoca en nuestro estado de salud que es La desnutrición y, es el estado de desequilibrio entre el aporte de nutrimentos y las necesidades del organismo para su mantenimiento, funcionamiento y reproducción. Otro tema es el sobrepeso del niño en edad preescolar, es el mayor al límite de peso que se espera para su edad. La obesidad esta es una enfermedad que se presenta cuando el niño, tiene un exceso de grasa en su cuerpo. Los niños y niñas, como todas las personas, necesitan de energía para vivir, jugar, trabajar, crecer, etc. Esta energía la obtiene por medio de los alimentos que comen, ya que la actividad física y la alimentación, son la pareja ideal para promover el desarrollo y la salud de los niños y niñas.

#### 3.5.5 Características del Diseño, Sesiones de Alcance o Módulos de Trabajo

Para dar inicio con la aplicación de la alternativa de la propuesta, se le informó a la directora del Cendi No. 7, acerca de la intención de poner en práctica algunas estrategias didácticas diseñadas para mejorar los hábitos de alimentación en los niños y niñas de preescolar III, para lo cual no hubo negativa alguna, pues al contrario, se me informara para que posteriormente pueda contar con su apoyo y autorización, para que posteriormente se lleve a cabo en el siguiente ciclo escolar 2015-2016, propuesta que ya tenía contemplada a realizar. Ante esto se tuvo una respuesta y apoyo favorable por parte de las compañeras de cocina junto con maestra de grupo.

### 3.5.6 Que se Necesita para Aplicar la Propuesta

Realizar una serie de actividades contando con material como es el PEP 2004 en donde los campos formativos son una guía del docente. Asesoramiento y acompañamiento por parte de personal especializado en el tema de nutrición.

**Actividad No.1 realizada el 9 de junio 2015, de 9 a 10 am.** Para aplicar estas estrategias se contó con la intervención de la Supervisora de Nutrición de la SEP, relacionado al tema de la alimentación. Esta se pretende llevar a cabo en el comedor de escuela. Esperando que los niños se motiven bastante ya que nutrióloga es la persona encargada de dirigir esta plática, los niños estuvieron atentos a la plática realizada, con lluvias de ideas más importantes que ellos creían convenientes.

Se dio un espacio para que los alumnos realizaran preguntas y aclararan sus dudas.

En la actividad se les habló de la importancia de los alimentos, además de los nutrientes que éstos contienen. Se comentó además de las desventajas que ofrece el consumo excesivo de alimentos chatarra. Al mismo tiempo se hizo la invitación para que los niños formaran grupos para llevar envolturas de cualquier alimento a la escuela para realizar un periódico mural.

Para finalizar se repartieron trípticos con información muy interesante sobre la alimentación, además los niños elaboraron un escrito con lo que ellos rescataron de la plática para darle esta información a conocer a papá y mamá.

**Actividad No.2 realizada el 11 de junio de 2015, de 9 a 10 am.** La planta. Después de haber realizado la plática anterior y teniendo la convicción de que los alumnos ya contaban con un panorama más claro de lo que era la correcta alimentación y comida chatarra, se procedió a aplicar esta siguiente actividad.

Los niños llevaron plantas de su casa y se dividieron según el uso a dársele. Una sin luz, otra sin agua y finalmente la última con luz y agua.

Después de diez días ellos observaron algunos cambios en las plantas que carecían de agua y luz solar, los niños relacionaron este hecho con la falta de esos elementos. Al relacionar esta situación con el ser humano y su

alimentación, una parte de los niños llegó al punto deseado, mientras que otros se quedaron en la relación planta, agua y luz.

Finalmente se resaltó la importancia de procurar una alimentación balanceada y sobre todo nutritiva, acompañado esto con un escrito acerca de esta actividad.

**Actividad No. 3 realizada el 16 de junio de 2015, de 9 a 10 am. "Un lugar exquisito".** Aprovechando que en nuestro centro de trabajo la cocina es parte de mi área y a mi cargo, con participación de las maestras, se organizó una mini kermés para vender alimentos que nutrieran a los niños. Estos serían frutas, burritos, lonches nutritivos (sándwich de huevo con queso y agua de limón), etc. Los niños aceptaron con gran interés la venta de estos productos con billetes falsos, consumiendo principalmente las frutas y todo lo que se preparó. Para darle mayor aceptación a la dinámica y que las maestras en clase trabajen más en su aplicación. Esto motivó más a los niños en la aplicación de esta actividad.

Todo fue más rápido y fácil ya que las compañeras de la cocina apoyaron a la preparación de los alimentos.

**Actividad No. 4 realizada el 18 de junio de 2015, de 9 a 10 am.** Después de haber realizado tres actividades, se plantea y se organiza la cuarta actividad **Serpientes y escaleras de la alimentación**. Un primer problema fue el de elaborar el juego, por lo cual me di a la tarea de mandarlo hacer.

Ya con él, se dio inicio a la aplicación. Primeramente se pidió a los niños que explicarían las reglas para aquellos que no sabían jugar. Los niños y niñas se vieron muy entusiasmados con el juego, realizando comentarios acerca de los dibujos que se mostraban en la lámina. En un principio los niños tenían la idea de que bajaban y subían porque las flechas así lo indicaban. Después se llegó al propósito de la actividad, que era descubrir que las buenas acciones representadas en el juego por parte de los niños en cuanto a la alimentación permitían ascender, mientras que los malos hábitos hacían descender y por lo tanto perder en el juego.

Los niños concluyeron, que para tener una alimentación buena y completa se debía recurrir a las acciones positivas que manifestaba el juego a través de los

dibujos de niños consumiendo frutas, verduras y otros alimentos de gran importancia.

**Actividad No. 5 realizada el 23 de junio de 2015, de 9 a 10 am.** Esta dinámica **dulces típicos**, resultó realmente interesante para los niños, ya que en ella se prepararon trufas, cocadas, palanquetas de amaranto y de cacahuete. Todos querían intervenir y a la vez los prepararon. Los equipos se ayudaron entre sí, compartiendo experiencias, ya que algunos alumnos manifestaban cuando menos una vez haber visto la preparación de los dulces.

Ya preparados, los niños compararon los dulces con billetes falsos, como si los compran en la tienda, y llegaron a la conclusión de que eran mejores los elaborados por ellos mismos, que los que son artificiales.

### **3.6 Mecanismos de Evaluación y Seguimiento en el Desarrollo de la Propuesta**

Al realizar este esfuerzo, tuvimos la oportunidad de conocer más de cerca el problema que hemos mencionado con insistencia y al mismo tiempo, nos sirvió para analizar la situación que se presenta en nuestra práctica docente.

La evaluación constante de todo lo planteado, nos sirvió para mejorar la calidad educativa, la importancia que tiene la investigación de determinados problemas que se presentan con frecuencia en el aula.

Al evaluar esta investigación se pretende, que a la alimentación adecuada en los grupos escolares, se le dé la importancia, para mejorar el aprendizaje de los niños en y su enseñanza.

Con apoyo de los padres de familia, para que en casa se lleven a cabo estos hábitos alimenticios, tendremos niños y niñas más sanos.

### **3.7 Resultados Esperados con la Implantación de la Propuesta**

Los indicadores obtenidos a lo largo de la investigación realizada y los resultados emanados de la aplicación de las estrategias didácticas nos permiten construir y elaborar la siguiente propuesta de innovación:

Primeramente, que los docentes den la debida importancia a lo relacionado con la alimentación, ya que la buena nutrición de los alumnos determina en gran parte los logros y alcances de éstos en las diversas actividades emprendidas.

Propiciar que los alumnos se enfrenten a situaciones reales, donde ellos mismos sean protagonistas de su aprendizaje. Participando activamente en la elaboración de algunos alimentos y dulces fáciles de preparar.

Planear y llevar a cabo actividades, donde se involucre activamente a las madres de familia, pues son éstas las que a diario se encargan y están al pendiente de alimentar a sus hijos, por lo que su función es especialmente importante.

Ofrecer conferencias sobre el tema de la alimentación. Conducidas por personal médico que asesore y dé a conocer los aspectos fundamentales para llevar una alimentación nutritiva. Esto puede incluir la formación de círculos de trabajo, donde los integrantes periódicamente se reúnan, realicen evaluaciones, intercambien experiencias y opiniones.

Promover entre los alumnos " el plato del buen comer", esto para que los niños lleven algunas ideas diferentes, de alimentos nutritivos que se pueda preparar en casa para consumirlos en familia. Además de esto permitir en la medida de lo posible y de acuerdo al criterio de cada maestra, que los niños coman dentro del estancia infantil, únicamente alimentos nutritivos (frutas, verduras, pollo, carne, leche, etc...).

Como los planes y programas de estudio manejan en todos los ciclos contenidos de alimentación. Se pueden diseñar actividades que involucren a los padres de familia al momento de trabajar estos aspectos curriculares.

En el caso de lugares de bajas condiciones económicas, gestionar o crear una cocina o un comedor que funcione con la participación de las madres de familia

## CONCLUSIONES

Este trabajo me dio la oportunidad, de realizar una investigación, en donde la interacción con padres de familia, me permito percibir que aún existe mucho por realizar, y que al mismo tiempo me llena de orgullo y de satisfacción personal, y de continuar en esta labor como dietista en la estancia infantil, con 9 largos años de esfuerzo y dedicación, en los cuales he aprendido bastante de las experiencias de mis compañeras de trabajo, además de las sugerencias y aportes tan oportunos de la supervisora de Nutrición por parte de la S.E.P.

Creo firmemente que la formación docente obtenida dentro de la UPN, lleva a cada profesor a transformar su práctica significativamente, pues adquieren las herramientas necesarias e indispensables, primeramente para problematizar acerca de nuestro quehacer docente, e identificar aquellas situaciones que la obstaculizan y empañan para posteriormente elaborar las actividades más idóneas que logren resolverlos.

Para abordar el tema de nutrición o algún otro tema relacionado con la educación, requiere que las educadoras y todos los agentes educativos, estemos preparados con una práctica educativa adecuada a la época en la que nos toca vivir, esta práctica debe de ser: reflexiva, profesional, con base en el trabajo en equipo y por proyectos, autónoma y de responsabilidad ampliada, para dar con amor, con responsabilidad y con calidad, para dar una educación perfecta a nuestros niños que llegan a la escuela.

Para ello es importante la participación de:

1. **padres de familia.** La mayoría de los papás son de condición clase media, con un nivel de preparación escolar profesional, dedicados principalmente a sus hijos, pero algunas mamás dada la situación económica que prevalece, tienen que apoyar al gasto familiar, por lo que se ausentan de sus hogares para acudir a desempeñar labores administrativas, manuales y académicas por ser servidoras públicas, descuidando o dejando al cargo de otros o de los mismos

niños la preparación y alimentación de los hijos, haciendo uso de alimentos precocidos, instantáneos o enlatados.

A esto se agregaría la escasa información que poseen los padres de familia acerca de lo que es una alimentación adecuada y balanceada que aporte los nutrientes necesarios para realizar las actividades cotidianas, además del desconocimiento de las propiedades nutritivas que tienen los diversos alimentos, así como las funciones llevadas a cabo al interior del organismo, esto nos lleva aún más a pensar que sin duda la problemática es bastante compleja.

Otra cuestión que existente, es la poca variedad de preparar los alimentos proporcionada por las mamás, utilizando principalmente las papas fritas, frijoles de sobre, sopas marucha, entre otros, y es que en algunos casos no es para menos, pero hay otros, donde se tiene la falsa creencia que el alimentarse correctamente depende única y exclusivamente de comer carne o comer mucho, ya que se ignora la existencia y preparación de alimentos de un alto valor nutricional y que además no son de un costo tan elevado. Entre éstos se encuentran algunos vegetales o leguminosas por citar algún ejemplo.

En relación a los alimentos que se proporcionan en el Cendi No. 7, la mayoría de los padres de familia opinan que es nutritiva y rica, con las cantidades correctas, con una higiene muy estricta, que cumplen con las normas necesarias como lo marca la Norma Oficial Mexicana de Alimentación, para sus hijos y algunos reconocen que cumplen las necesidades reales.

**2. Niños y Niñas.** En lo que respecta a los niños que fue el detonante principal para el inicio de esta investigación, se pudo reafirmar que la gran mayoría son consumidores de la enorme cantidad de productos chatarra proyectados a través de anuncios, promociones, en fin de la mercadotecnia que abarrota los establecimientos comerciales. Por qué no les gusta hacerlo y en cambio desean estar muy temprano en la escuela para jugar con los demás niños.

Se logró descubrir además que varios niños no toman leche en su casa porque no les gusta, o sus mamás no compran y si llegan a hacerlo es únicamente para tomar refresco. Así también el consumo de frutas es muy esporádico, mientras que alimentos como las papas, sopas y frijoles es casi del diario.

En otro sentido para los niños el estar bien alimentados consiste en comer bien, por lo menos tres veces al día, mientras que consumir frutas y verduras entre otros, más difícil aunque no les justan.

**3. Maestros.** La mayoría de los maestros se han percatado de la existencia de esta problemática en la escuela. En gran parte poco interés, participación y compromiso por parte de los padres de familia, los cuales en muchas de las ocasiones no cuentan con el tiempo necesario, el cual garantice la dotación de los principales alimentos requeridos, llamados también de la canasta básica, originándose deficiencias en la alimentación de sus hijos, los cuales en muchas ocasiones asisten sin desayunar a la escuela cuando se les hace tarde, los llevan disque a desayunar y los alimentan con un yakult, una galleta o tamal únicamente y así los ingresan al Cendi.

Por tal motivo se manifiesta la irresponsabilidad de ciertos padres de familia que dejan a sus hijos acudir a la escuela sin preocuparse. Esto se ve reflejado en el cansancio de los niños y la dificultad que tienen para acceder al conocimiento de situaciones bastante sencillas.

Algo muy generalizado dentro de las opiniones realizadas por los compañeros profesores, es sobre la gran cantidad de alimentos chatarra que consumen los niños dentro y fuera de la escuela.

Para algunos maestros la situación radica única y exclusivamente en los niños y en las costumbres de la familia, descartando en todo momento su implicación en el problema. "...Aunque para otros, los docentes forman parte también de esa problemática, al no poner en práctica diferentes actividades, más significativas e interesantes, que dejen a un lado lo cotidiano y motiven más a los niños, logrando reflejarse esto en una actitud más positiva hacia su formación personal. Al mismo tiempo identifican el aspecto institucional como un factor más en contra ya que el diseño de novedosas actividades requiere de tiempo para la preservación de la salud y el bienestar de los niños y niñas..."<sup>27</sup>

---

<sup>27</sup> SEP, Plan y programas de estudio 1993, Primera reimpresión.

## BIBLIOGRAFÍA

ANTOLOGÍA, UPN. El Niño: Desarrollo y Proceso de Construcción del Conocimiento. (1994) p. 159

Cajita de Sorpresas. El niño y su mundo Vol. 4. Editorial Casa España. Edición 1985. p. 250

Información y Antecedentes del Cendi No. 7

Limón Saúl, En Fundamentos de la Biología, p. 250

Manual de dietas normales y terapéuticas. Los alimentos en la salud y la enfermedad, autores: N.C Bertha Pérez Lizaur N.C Leticia Marván Labor de ediciones científicas la prensa de México, s.a. de c.v.

Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, Servicios Básicos de Salud. Promoción y Educación para la Salud.

Nutriología Médica autor: ESTHER CASANUEVA ET. al Editorial MÉDICA PANAMERICANA.

Piaget, J. Seis Estudios de Psicología, Barcelona: España, Seix Barral., 1986.pág 57.

S.E.P. Programa De Educación Preescolar .Programa de Actualización del Maestro. Septiembre de 1992.

SEP, Plan y programas de estudio 1993, Primera reimpresión,

Subsecretaría de Servicios Educativos para el Distrito Federal El Proyecto Escolar, una suma de acuerdos y esfuerzos,

## REFERENCIAS DE INTERNET

<http://www.bibliotecademexico.gob.mx/info>.

<http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/contenidos/articulo>

<http://www.inegi.com.mx>

<http://www.msal.gov.ar/ent/index.php/información-para.../alimentación-saludable>

<http://www.monografias.com/trabajos100/tepito-barrio-bravo-historia-comercio-y-demas>.