

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

UNIDAD U P N 121

✓
**LA DESNUTRICION
Y EL
DESARROLLO MENTAL**



FLORINA MUÑOZ COTINO

CHILPANCINGO, GRO.

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD U P N 121

LA DESNUTRICION Y EL DESARROLLO MENTAL

FLORINA MUÑOZ COTINO

TESINA PRESENTADA PARA OPTAR POR EL TITULO
DE LICENCIADA EN EDUCACION PRIMARIA

CHILPANCINGO, GRO. 1988

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION


CHILPANCINGO, GRO., a 11 de AGOSTO de 1988

C. Profr. (a) FLORINA MUÑOZ COTINO
Presente (nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa TESINA
titulado " LA DESNUTRICION Y EL DESARROLLO MENTAL"
presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a -
que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el
H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar diez
ejemplares como parte de su expediente al solicitar el examen.

ATENTAMENTE

El Presidente (de la Comisión


PROFR. ALFREDO CATALAN HERNANDEZ.



S. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD SEAD

DEDICATORIAS

A MI MADRE
CONCEPCION COTINO MOSSO.
Por brindarme todo su
apoyo moral.

A MI ESPOSO E HIJOS
Que me brindaron todo su
apoyo y confianza, para
seguir superándome y alcan
zar la meta que me propuse.

AL PROFESOR
HIPOLITO PORFIRIO LEON REYES
Que me guió por el sendero
de la pedagogía.

LA DESNUTRICION Y EL DESARROLLO MENTAL

	Página
I.- INTRODUCCION	6
II.- ANALISIS DEL MEDIO	8
2.1. Medio Urbano	8
2.2. Medio Rural	13
2.3. Los anillos de miseria	15
2.4. La familia: Características generales	16
III.- ENFERMEDADES MAS FRECUENTES DEL NIÑO A CAUSA DE LA DESNUTRICION QUE LE PROVOCAN UN RETRASO EN EL DESARROLLO MENTAL.	19
3.1. La alimentación de la madre	19
3.2. Las enfermedades de la madre	24
3.3. Las enfermedades del niño en el medio urbano	32
3.4. Enfermedades del niño en el medio rural	36
3.5. Cierta desfasaje por herencia	38
IV.- DESFASAJE MENTAL Y DESNUTRICION	39
4.1. La concepción de desfasaje	39
4.2. Alimentación y desnutrición	44
4.3. Nutrición y desarrollo mental	51
4.4. Desnutrición y desfasaje mental	56
V.- CONCLUSIONES	61
GLOSARIO	65
BIBLIOGRAFIA	75

INTRODUCCION

Todo ser humano, para lograr un buen desarrollo físico mental, necesita tener una buena alimentación, que contenga todos los nutrientes que nos proporcionan los alimentos.

La desnutrición ha causado varios problemas en nues -- tro país, nuestra alimentación es muy pobre y ésto da ori -- gen a que haya personas desnutridas que padezcan ciertas en -- fermedades infecciosas y contagiosas por falta de una bue -- na alimentación, a medida que el niño va creciendo su orga -- nismo requiere de calidad y cantidad de alimentos para te -- ner un buen desarrollo físico-mental.

Este tema es muy importante, porque podemos entender las aportaciones diversas y variadas, en donde muchos auto -- res coinciden en algunos puntos: es necesario hablar de la desnutrición porque la mayoría de niños del pueblo mexica -- no padecen este problema y todos estamos conscientes de -- que agrava la salud de los individuos y hay menor rendi -- miento en sus actividades diarias. Para que el pueblo mexi -- cano mejore la calidad de su alimentación, es conveniente que conozcan la forma de preparar los alimentos. ✓

El marco conceptual que explica las relaciones de es -- tudio a través de un análisis del medio, haciendo énfasis en las diferencias que existen entre el urbano y rural, ya que es allí donde se ubican las escuelas, y niños en estu -- dio; se sustenta en la Sociología de Francisco A. Gómezja -- ra, estudioso de nuestra realidad, regionalizando algunos elementos que a través de la observación se recogieron pa -- ra tomarlas en cuenta. El marco teórico toma fundamentos -- de la explicación dada por el psicólogo Jean Piaget, sobre el desarrollo mental del niño, analizando la estructura -- que presenta para tal efecto. Después se revisaron desde --

las enfermedades de la madre para encontrar causas de la - falta de desarrollo mental, hasta continuar con el desfase - miento por herencia para cerrar con la concepción o concep - tualización de desfase, alimentación y desnutrición; en - las que se realiza un análisis somero de las relaciones e - implicaciones que tienen éstas.

Se pensó que el trabajo logrará explicar:

1.- Que la alimentación sea más nutritiva, para lograr un buen desarrollo físico-mental.

2.- La interrelación entre la desnutrición y el desfa saje.

3.- Cuestiones teóricas del desarrollo mental, para - relacionarlas con la realidad.

① II.- ANALISIS DEL MEDIO.

El ambiente influye decisivamente en el desarrollo mental, económico, social y cultural, ya que éste determina la interacción de los habitantes en los diferentes grupos sociales. Otro factor decisivo para el desarrollo evolutivo del ser humano, es la herencia; todos traemos de nacimiento limitaciones y alcances, para situaciones concretas de la vida; y a nadie puede exigírsele ser eficiente en una actividad que no es su vocación, así hemos de encontrar que -- hay niños que sin ser de lento aprendizaje, no han adquirido una maduración que les haga comprender los niveles de conocimiento programados y al referirnos a este factor, no solamente estamos recurriendo a las anormalidades genéticas, sino a los temperamentos que tienen que actuar en un momento determinado ante una misma situación, inclusive los rasgos físicos tienen ciertas consecuencias, por ejemplo: un pie plano ante la carrera de velocidad, una deficiencia ocular ante la lectura, etc.

Los dos factores integrados, nos van a conducir a un análisis más completo de la explicación sobre la maduración mental y sus manifestaciones que hipotéticamente también -- tienen su nacimiento posiblemente en la desnutrición.

✓ El medio se puede clasificar, según el número de sus habitantes y la extensión de su territorio en: urbano y rural.

2.1. Medio urbano

Francisco A. Gomezjara. Señala una serie de características sobre el medio urbano, en su libro de sociolo --

gía, de las cuales se hacen los siguientes comentarios: según el grado de importancia, tiene mayor población, las formas de vida urbana suelen darse en las entidades de -- gran población, es posible que en esta comunidad, las condiciones de vida sean más adecuadas al ser humano; pero la realidad podría ser otra, puesto que un enfoque señalaría esa posibilidad y el otro asevera lo contrario.

Densidad de población.- Esto refleja en la aglomeración de las personas en los centros urbanos. La densidad de la población se mide dividiendo los kilómetros cuadrados del territorio entre el número de personas ahí residentes. En Baja California la densidad es de una persona por cada kilómetro cuadrado y en el D. F. de cuatro mil personas ---

(1970) (1) *en este caso nos enfocaremos a la zona urbana*

✓ En el medio urbano, la población es numerosa, la vida diaria en esta comunidad es agitada; la mayoría de las --- personas se dedican a las actividades secundarias y terciarias. Las actividades secundarias son las que se refieren a la actividad industrial, como son: la alimentación, el vestido, viviendas, herramientas, máquinas, aparatos -- eléctricos, vehículos, etc. Las actividades terciarias son: el comercio, medios de transporte y comunicación, el gobierno (servicio de agua, drenaje, vigilancia, alumbrado, bomberos, limpieza, etc.), la educación y la banca. - Estando las personas muy alejadas de la naturaleza, su actividad se relaciona con las necesidades de este tipo de - medio.

"Economías autosuficientes e interdependientes, La producción de la sociedad industrial se enfoca al inter -- cambio y al comercio, pues ni produce todo lo que necesita para vivir ni consume todo lo que produce" (2)

(1) Francisco A. Gómezjara. Sociología 9a. ed; México D. F. Ed. Porrúa, S. A. 1982 pp 276 y 277.

(2) Idem. p. 277.

En las grandes poblaciones la economía se basa en la industria y en la comercialización de productos, haciéndose la aclaración de que en estos centros la población se dedica al intercambio de mercancías y produce para la industria; los trabajadores de este medio se caracterizan por dedicarse generalmente a un solo empleo, ya que en las grandes ciudades es donde con mayor frecuencia se da la división del trabajo; la vida se ve muy compleja pues no todas las personas perciben las ganancias necesarias para poder subsistir, debido a las diferentes actividades que ahí se realizan; las relaciones humanas en este medio son impersonales olvidándose de las relaciones elementales, los hombres se tratan como máquinas que se angustian por la constante tensión propia de la vida urbana.

Hay mayor presión colectiva frente a menor control social.

✓ En las grandes ciudades se dan diferentes comportamientos sociales entre los individuos, debido a sus distintas procedencias, generalmente es el estado quien controla o determina la vida social de dichos individuos, existen distintas clases sociales como la burguesía y la clase trabajadora.

En las industrias, fábricas u otras dependencias, continuamente se dan casos en que los profesionistas, obreros o empleados son ascendidos o despedidos de su trabajo o simplemente éstos renuncian por diferentes causas o motivos, cambiando con ello la estructura de la sociedad. Las grandes ciudades crecieron y siguen creciendo debido a la numerosa emigración de la gente del campo, buscando mejor forma de vida.

Reducido o escaso horizonte cultural. Desde la edad media en la vida rural la cultura era muy escasa y actual-

mente se observa en nuestro país que la cultura es mayor en el medio urbano que en el medio rural, de acuerdo al porcentaje de alfabetos y analfabetos, según el último censo de población.

En las grandes ciudades cada persona es libre de elegir sus propias relaciones sociales, y sus costumbres cambian con facilidad, no dándose ninguna mala interpretación por el constante cambio de tradiciones.

Ritmos y tiempos de vida.- "La sociedad industrial --- transforma el cuerpo del obrero o del empleado en un apéndice de la máquina; sin importar ni sus necesidades psicológicas ni la situación del tiempo" (3)

✓ Debido a la gran actividad de las ciudades, los habitantes de este medio llevan una vida agitada, siempre están sobre el tiempo, corriendo de un lado para otro a fin de llegar a la hora exacta a su trabajo, en algunos casos los habitantes no tienen comunicación con sus familiares, porque el trabajo los absorbe por completo.

Otras características principales de comunidades urbanas son las que señala Ciro González Blackaller en su libro de la nueva dinámica de la vida social. Estas son de mayor extensión territorial "Por lo que son necesarios los medios locales de transporte y comunicación" (4)

Debido a que las ciudades crecen vertiginosamente, se hacen necesarios estos servicios locales para poder ayudar en parte a la población existente, que está compuesta por -

(3) ibidem. p. 280

(4) Ciro E. González Blackaller, et al Nueva Dinámica de la Vida Social. México, Ed. Herrero, S.A. 1985.-

infinidad de grupos sociales, los cuales tienen diversas ocupaciones como: empleados, obreros, maestros, comerciantes, etc.

✓ También señala instituciones educativas. "Numerosas, de todos los niveles, además de otras de carácter cultural y asistencial: museos, auditorios, bibliotecas, teatros, -- salas de arte, hospitales, clínicas, guarderías" (5)

— En este medio debido a la gran población las instituciones educativas son numerosas, para dar cabida a la población existente, aunque a veces son insuficientes debido al frecuente crecimiento de las ciudades.

✓ Cuenta además con varios servicios públicos como son: agua potable, teléfono, luz eléctrica, drenaje, calles pavimentadas, etc.

(5) Idem.

2.2. Medio rural

Gomezjara . Señala una serie de características del medio rural, de las cuales señalaremos las siguientes:

Menor población.- "Las entidades pequeñas de población son generalmente centros de vida rural". Densidad de población. Esta se refleja en la dispersión de los habitantes de las comunidades rurales" (6)

La vida rural se caracteriza por tener una población reducida, donde sus habitantes se encuentran dispersos unos de otros y su economía depende de las actividades primarias como: el cultivo de la tierra y la cría de animales, ya que están en contacto con la naturaleza y no pueden desempeñar otras actividades que no estén de acuerdo con su medio. El producto de sus actividades lo destinan para satisfacer sus necesidades primordiales.

Los habitantes de estas comunidades se conocen entre sí, se ayudan mutuamente y todos se protegen, hay contacto de amistad en momentos críticos y buenos.

Mayor presión colectiva frente a menor control social. En la comunidad rural todos los habitantes son muy celosos en conservar sus costumbres y tradiciones, si alguno de sus miembros o cualquier otro extraño trata de violar o pasar por alto algunas de ellas, los recriminan o los expulsan definitivamente de su comunidad. En este medio las clases sociales son estables, no se dan cambios de una clase social a otra; aquí todos los habitantes por lo general nacieron, crecieron y siguen viviendo. En cuanto a lo cultural, su educación se encuentra atrasada debido a la falta

(6) Gomezjara. op.cit. p. 276

de escuelas y medios económicos que les permita trasladarse a otros lugares, por lo que sólo algunas personas alcanzan algún grado de escolaridad. Por lo tanto es alto el índice de analfabetas en este medio.

El mismo autor dice "Que en el campo el 52% de la población no sabe leer ni escribir, mientras que en la ciudad sólo el 24% es analfabeta" (7)

Estas comunidades son insalubres no cuentan con instituciones de salud pública, ocasionando un alto grado de mortalidad infantil, su alimentación es pobre y poco variada, los niños de este medio crecen con una desnutrición muy marcada.

Los ritmos y tiempos de vida. En el medio rural, "El cuerpo humano es el motor principal de todas las máquinas, sus piernas, sus brazos, su cabeza, etc. El ritmo psicobiológico de su organismo; como el respirar, el comer los latidos del corazón, van unidos al ritmo natural y social" (8)

Los habitantes del medio rural, se valen de todas las partes de su cuerpo para desarrollar sus actividades, ya que en estos lugares no existe la maquinaria necesaria para poder realizarlas.

Otras características principales de comunidades rurales son las que señala González Blackaller, en su libro de "La Nueva Dinámica de la Vida Social".

Extensión territorial.- "Pequeña con pocos recursos locales de transporte y comunicación" (9)

(7) Ibidem. p. 279

(8) Ibidem. p. 280

(9) CIRO E. González Blackaller, et al op. cit. p. 36

En el medio rural la población no es numerosa, por lo mismo utilizan los medios locales de transporte más indispensables como el animal de carga, para transportar sus mercancías, además lo utilizan en las labores del campo.

Instituciones educativas o culturales.- En este medio debido a la menor población que existe, cuenta únicamente con escuelas unitarias, limitándose en ocasiones a un solo maestro para atender varios grados escolares, además de luchar contra la irregular asistencia de los alumnos, que no asisten a la escuela por falta de recursos económicos o por ayudar en las tareas del campo a sus padres.

2.3. Los anillos de miseria

Los anillos de miseria se refieren a los pequeños núcleos de población, éstos viven en lugares apartados o distantes del centro de la ciudad, sus hogares están contruídos con materiales que encuentran en las zonas de desperdicio, de las grandes ciudades como: cartón, palos, periódicos, láminas o lonas, etc.

Los habitantes de esta zona viven en "La miseria , el infortunio, pobreza y desdicha" (10)

No tienen lo suficiente, viven en la promiscuidad, --- siempre visten con arapos y su educación es baja, debido a la mala alimentación.

La pobreza se manifiesta como un "estado del que se carece de lo necesario para vivir, hay escasez de recursos" (11)

(10) Luis Fernández G. Enciclopédico Universo. Diccionario de la Lengua Española. 3a. ed; México, D.F. ed. Fernández, S. A. 1982 p. 731

(11) Ibidem. p. 885

Carencia de algo que se desea sin poder obtenerlo, --- mientras que otros tienen lo suficiente y hasta más de lo - que podrían gastar en su vida. En las zonas de pobreza es - difícil la vida diaria y todo se confabula para aumentar -- esa dificultad, ya que aparte de la miseria misma, los ha- bitantes tienen que soportar toda clase de maleantes que a diario los acosan, ésto es, cuando no sean ellos mismos, - más de ésto, no se les puede culpar ya que debido a la ig - norancia, la necesidad, malas compañías, el alcohol, las -- drogas, complejos y frustraciones, etc. (comunes en estos -- casos). Se encuentran orillados a tomar un mal camino, que a su vez los hunde más en esa miseria e inmundicias. Ence- rrados en un círculo vicioso encuentran poca o ninguna -- oportunidad de salir adelante, haciendo que los habitantes vayan conformándose con su suerte, perdidas las esperanzas de vislumbrar un mundo mejor, van cayendo en la poca esti - mación de sí mismos y ésto se refleja en un aspecto de in - conformidad social. Acostumbrados ya de estas situaciones - llegan a adoptar actitudes infrahumanas poco o nada hacen las dependencias oficiales, que podrían aportar un poco de solución a este problema. Los esfuerzos que hagan serán in - suficientes y todos debemos aportar algo para mejorar la - vida de los habitantes de los anillos de miseria.

2.4. La familia: características generales

"Hablar de la familia es hablar de un grupo de perso - nas que comparten un mismo origen y que están ligadas por - lazos de consanguinidad, de amor y de afecto. La familia - es una parte elemental y básica de la sociedad" (12)

(12) Francisco Javier González et al: Ciencias Sociales Básicas 1. El hombre en el mundo de hoy 3a. ed; México, Ed. Trillas, S. A. de C. V. 1984 p. 31

La familia es el grupo más pequeño de la sociedad, ---
unidos por las mismas costumbres, tradiciones y por lazos -
de consanguinidad, compuesta por: el padre, madre e hijos,-
todos contribuyen a las actividades del hogar y están suje-
tos a ciertas reglas para determinar el comportamiento de -
cada uno de los miembros de ella.

Todas las familias han sentido la influencia de -
las condiciones geográficas, históricas, políti -
cas, sociales y morales de nuestro tiempo, por lo
que es posible encontrar una gran variedad de for -
mas familiares, existen dos muy significativas: -
la familia urbana y la rural (13)

La familia urbana.- es generalmente pequeña o reducida
compuesta por el padre, la madre e hijos, considerándose a
este tipo de familia: Nuclear, conyugal o simple; porque --
pertenece a un solo nivel de descendencia y a una sola ---
unión de adultos, este tipo de familia tiene todos los me -
dios necesarios para la educación de sus hijos, la vida en
común es casi nula debido a que todos trabajan y no hay co -
municación entre ellos, comen en horas distintas y en oca -
siones fuera de la casa. A los hijos pequeños se les tiene
en guarderías por falta de tiempo de parte de la madre. Los
hogares son pequeños o reducidos pero cuentan con todos los
anexos necesarios como: sala comedor, baño, recámaras, pa -
tio de servicio, otras cosas más .

"La familia rural es el centro económico-social de la
sociedad, en su interior se producen todos los requerimien -
tos para su alimentación, vestidos, adornos, etc." (14)

Este tipo de familia, por lo regular es numerosa o ex -
tensa compuesta por varias generaciones, como son: el abue-

(13) Idem

(14) Gomezjara, op. cit. p. 282

lo, la abuela, el padre, la madre, hijos casados y su descendencia.

Esta familia es rica en unión afectiva y el mando está en poder del más viejo, ellos mismos elaboran lo que necesitan para su alimentación y se confeccionan su vestuario, la educación de los hijos se basa en los conocimientos de sus padres o abuelos, así como sus costumbres y religiones. Las mujeres en ocasiones dan a luz en sus propios hogares, por no haber centros de salud en este medio, se curan con medicamentos recetados por ellos mismos. La alimentación que consumen es más natural puesto que crían animales y plantas alimenticias, pero ésta, a pesar de todo es pobre porque a diario comen lo mismo, es decir, su alimentación no es variada, ni balanceada, ni tienen una dieta equilibrada, porque además comercializan entre ellos o con las ciudades, sus productos alimenticios.

✓ La alimentación de la familia urbana es sintética y la del medio rural es natural pero incompleta, esto viene a contribuir o a dar como resultado el desfase de las estructuras mentales, tanto, que nunca vamos a lograr comparar a un niño de ambos lugares, siempre serán distintos, por diversas causas, estarán en una alineación paralela, que jamás lograrán igualarse.

Efectos de la desnutrición

III. ENFERMEDADES MAS FRECUENTES DEL NIÑO A CAUSA DE LA DESNUTRICION QUE LE PROVOCAN UN RETRASO EN EL DESARROLLO MENTAL.

El niño debe tener una alimentación completa para el buen desarrollo de su organismo, sus actitudes mentales y motores. Una mala alimentación puede causar graves problemas en el desarrollo del niño.

"Se llama alimento todo aquello que proporciona el organismo lo necesario para mantenerse" (15)

No todos los alimentos que se comen se incorporan como nutrición, algunos pasan por el intestino sin retenerse, simplemente pasarán por él en forma desintegrada, los alimentos imprescindibles que van a formar las principales partes del organismo, se llaman específicamente nutrimentos. Las sustancias alimenticias son los que alimentan, nutren es decir, que aportan nutrimentos, debemos tener cuidado con nuestra alimentación para que no haya una desnutrición que provoque un retraso mental en el niño.

3.1. La alimentación de la madre.

Alimentación, es la acción de alimentarse por medio de sustancias necesarias y variadas que proporcionan al cuerpo la energía necesaria para la vida. Los alimentos pueden ser de dos clases : orgánicos e inorgánicos.

Los alimentos orgánicos son producidos por seres vivos animales o plantas. Son inorgánicos el agua, la sal etc. -

(15) Florencio Escardo. Enciclopedia Gastronómica infantil. Buenos Aires Argentina Ed. Codex S.A.P.2

Aunque cabe no ignorar que hoy en día, existen diferentes teorías y formas de la alimentación, distintas a las antes señaladas.

La alimentación de la madre se clasifica de acuerdo al medio donde vive.

Las madres que viven en el medio urbano, entre la clase alta, están perfectamente alimentadas, paradójicamente es la que menos sabe de artes culinarias, puesto que tiene a su servicio a personas quienes le elaboran sus alimentos; y generalmente no repiten un platillo a la semana.

La madre de este medio tiene una dieta balanceada.

La madre del medio urbano de la clase media, tiene una alimentación variada pero por lo regular compra los alimentos enlatados, raras son las veces que ella misma los elabora por falta de tiempo; ya que estas personas por lo regular trabajan, muchas veces se ven obligadas a comer fuera de su casa, en cualquier restaurante; es recomendable que se dé un tiempo de habilidad culinaria para preparar unos buenos desayunos y alguna comida, a base de sumo de frutas, verduras frescas, leche etc.

La alimentación de la madre del medio rural.- Es mas natural puesto que ahí mismo producen lo necesario para su alimentación, la misma madre se las ingenia para preparar los alimentos; existiendo la desventaja de que esta alimentación no cuenta con una dieta balanceada por falta de vitaminas, proteínas, calcio, hierro, etc. Algunos alimentos que consumen carecen de estas sustancias; por no tener variedad de alimentación, se limitan a comer una sola comida en una o varias semanas. También comercializan los productos agrícolas de su medio como son: huevos, pollos, -

etc.

Tanto la madre del medio urbano como rural, tienen -- una responsabilidd de alimentarse bien cuando estan emba - razadas, para lograr el buen desarrollo físico y mental - del bebé; además estar bajo control médico, porque él será quien disponga una dieta mejor equilibrada.

"Conviene vigilar que la alimentación se atenga siem - pre a estas cuatro normas generales: amplitud, riqueza nu - tritiva salubridad y ligereza" (16)

Toda madre debe tener una buena amplitud de alimenta - ción, debe comer de todo aunque algunas veces hay comidas - que no agradan al paladar, pero es necesario consumirlas -- para estar en buenas condiciones de salud.

Una alimentación es rica y nutritiva cuando tiene vi - taminas, proteínas, grasas, calorías, hidratos de carbono - etc.

"Las vitaminas, según sus efectos, se dividen en dis - tintos grupos. La ciencia sigue descubriendo nuevos subgru - pos" (17) de las cuales se mencionan algunas.

EFECTOS	LOCALIZACION
La vitamina A es imprescin - dible para la protección y renovación de los tejidos y los vasos sanguíneos; con - tra las infecciones y aumen - ta la capacidad visual.	Se encuentra en la leche y la manteguilla, en la - clara de huevo, en el hí - gado y en el aceite de - hígado de bacalao. Se ha - ya especialmente en la -

(16) Lore Schultz Wild y F. Muñoz López. El libro de la madre y el niño.

Tr. Mauricio Wiesenthal. Barcelona España Ed. Da - nae, S.A. p. 115

(17) Ibidem. p p. 122 - 123

EFECTOS	LOCALIZACION
<p>La vitamina B es el nombre genérico de una serie de - vitaminas que tienen gran influencia en el proceso - de construcción de las células nerviosas y la san-- gre, y en la elaboración - de sustancias nutritivas.</p>	<p>carotina de la zanahoria y de las verduras (espi-- nacas, lechugas y berzas)</p>
<p>La vitamina C aumenta la - resistencia contra las in-- fecciones, colabora en la formación de los huesos, - tejido conjuntivo y muelas favorece la cicatrización de las heridas.</p>	<p>La vitamina B₁ se encuen-- tra especialmente en las gramíneas, lentejas, higa-- do, yema de huevo y arroz sin descascarillar, la vi-- tamina B₆ se encuentra -- principalmente en la cla-- ra de huevo, en las více-- ras de los animales y en las verduras.</p>
<p>La vitamina D protege con-- tra el raquitismo, dirige la asimilación del calcio y el fósforo, actúa sobre el metabolismo y favorece la sana formación de los - dientes y los huesos del - niño.</p>	<p>Se encuentra en gran can-- tidad en todos los cítri-- cos (naranjas, limón), en el escaramujo, en las to-- ronjas, cerezas y cirue-- las, en las patatas cocidas al vapor con su cásc<u>a</u> ra.</p>
<p>La vitamina D protege con-- tra el raquitismo, dirige la asimilación del calcio y el fósforo, actúa sobre el metabolismo y favorece la sana formación de los - dientes y los huesos del - niño.</p>	<p>Contienen vitamina D la - leche y los productos lác-- teos el hígado, el aceite de hígado de bacalao, la - levadura y la yema de --- huevo. Vestigios de vita-- mina D aparecen en verdu-- ras frescas. El propio or-- ganismo es capaz de fabri-- car esta vitamina bajo la influencia de los rayos - ultravioletas (sol o sol-- artificial)</p>

Son alimentos salubres los que se consideran buenos para la salud, todos los alimentos naturales, como: las - verduras y frutas, que si se comen crudas mejores para el organismo, debiendo tener cuidado de lavarlas perfectamen-- te.

Es recomendable tener cuidado en el consumo de la sal ya que comiéndola con exceso es perjudicial para los riñones, porque retiene el agua y provoca un aumento de peso.

Son alimentos ligeros, los que son fácilmente digeribles y poco pesados como las frutas. No es recomendable comer guisados muy condimentados ni grasosos por no ser de fácil digestión.

Cuando la madre está en espera de un bebé, el feto depende de lo que ella come y beba; por lo tanto debe ser una dieta adecuada para la nutrición del bebé y proporcionarle un desarrollo en perfectas condiciones.

"Durante las primeras semanas del embarazo, un grupo de células comienzan a transformarse en placenta que es un órgano dedicado especialmente a la nutrición del niño y a la excreción de sus productos de desecho" (18)

Los elementos nutritivos de la sangre de la madre, como el oxígeno los recibe el feto, a través del cordón umbilical por medio de la placenta; pero hay madres que tienen una dieta inadecuada durante el tiempo del embarazo, es decir, toman alimentos de baja calidad; esto afecta al niño en su desarrollo, provocando el nacimiento prematuro, o en malas condiciones como: bajo de peso o muerto. También afecta a la madre, ya que puede sufrir el aborto o enfermedades posteriores. Durante la gestación se tiene en cuenta que la madre está proporcionando "Nutrición a tres entidades biológicas distintas, pero interdependientes; su pro -

(18) Sheila, Kitzinger. Embarazo y nacimiento. Tomo 1
Tr. J.A. Domínguez Delgado. Madrid, Ed. Importécnica, S. A. Madrid, 1984 p. 64

pio cuerpo, el niño en desarrollo y la placenta: este triple consumo exige una dieta realmente balanceada, con abundantes proteínas y rica en vitaminas y minerales" (19)

La nutrición de la madre en estado de gestación es muy importante para lograr un buen desarrollo del niño y el embarazo llegue a un feliz término, tanto para la madre como para el bebé.

3.2. Las enfermedades de la madre

Todas las madres están propensas a sufrir alteraciones en la salud, debiéndose a distintas causas, estas pueden ser: La alimentación, falta de higiene, el agua, el polvo, etc. resultando éstas como medios de transmisión de enfermedades contagiosas.

Los alimentos descompuestos transmiten enfermedades contagiosas producidas por animales enfermos como: la leche de vaca, queso, crema, requesón, carne, etc..., algunos embutidos hechos con carne que contiene triquina.

Algunos alimentos contaminados al ser lavados con agua sucia como: frutas, verduras, etc; el aire y el polvo transmiten enfermedades, simplemente al toser una persona enferma contamina el ambiente y contagia a otras personas.

Algunas personas son inmunes a ciertas enfermedades existiendo la inmunidad natural y la adquirida. La natural es la que se adquiere desde el nacimiento, o sea que son personas refractorias.

La adquirida es la que se obtiene mediante sueros o

(19) Ibidem. p. 89

vacunas o sufriendo la enfermedad.

Existen infinidad de enfermedades, tanto en el medio urbano como en el rural.

Las enfermedades de las madres "De la civilización -- industrial se reducen en términos generales a las derivadas de los desajustes nerviosos llamados por lo común estados de angustia. Así como los padecimientos cardiovasculares, -- diabetes, espasmos y úlceras gastro-intestinales" (20)

Los resfriados o catarros, gripe, anginas o amigdalitis, neumonía, tuberculosis, fiebre tifoidea, desintería, -- tétanos, cáncer, tumores, hipertensión arterial, fiebre -- reumática, enfermedades congénitas del corazón, enfermedad -- cardíacas, anemias, leucemias, diátesis hemorrágicas, -- enfermedades bronquiales, caries dentarias, gastritis, diarreas, estreñimiento, parasitosis digestivas, hepatitis, -- reumatismo, artritis, obesidad, delgadez, meningitis, encefalitis, neurosis, alergia, asma bronquial, lepra, manchas pigmentarias, conjuntivitis, otitis, faringitis, fracturas, hemorragias, quebraduras e intoxicaciones, etc.

Fernández Cruz en El Libro de la Salud señala el desarrollo de ciertas enfermedades de las cuales se comentan las siguientes.

Las enfermedades cardiovasculares afectan al corazón y al aparato vascular.

El cuadro siguiente procedente del libro del Dr. Paul Wood, nos presenta la incidencia de las formas principales

(20) Francisco A. Gomezjara. op.cit. p. 280

de cardiopatía: (21)

ENFERMEDADES	PORCENTAJE
Cardiopatía coronaria	30 %
Hipertensión arterial y accidentes vasculares cerebrales	25 %
Cardiopatía reumática	20 %
Corpulmonales	5 %
Arritmias primarias	5 %
Cardiopatía tireotóxicas	2 %
Cardiopatías congénitas	2,5 %
Endocarditis bacteriana	1 %
Aortitis sífilítica	1 %
Pericarditis primaria	1 %
Aneurisma disecante de la aorta	0,2 %
Miocardopatías	0,3 %
Estados Hipercinéticos (anemia, etc.)	0,3 %
Hipertensión pulmonar primitiva	0,2 %
Misceláneos y dudosos	6,5 %

El resfriado o catarro es una enfermedad infecto contagiosa producida por frío, cambio de temperatura, humedad, etc.

La gripe.- Es ocasionada principalmente en los tiempos de invierno, existiendo la gripe epidémica y pandémica.

Las anginas o amigdalitis.- Es la inflamación de las amígdalas localizadas en la faringe, para esta enfermedad es recomendable la penicilina.

El cáncer "Tanto en el lenguaje vulgar como en el científico, la palabra cáncer (cangrejo) ha venido a significar cualquier neoplasia maligna, independientemente de origen carcinoma (karkines-cangrejo, oma-tumor)" (22)

(21) A. Fernández Cruz. El Libro de la Salud. Barcelona España. Ed. Danae. pp. 141 y 142

(22) Ibidem. p. 33

La radio-terapia se utiliza como método de tratamiento para la destrucción de las células tumorales y actualmente se sigue la lucha para eliminar los factores cancerígenos - del ambiente por medio de diagnósticos, exámenes clínicos, - etc.

Las enfermedades de las madres de la comunidad rural, - son casi las mismas que sufren las madres del medio urbano, por lo general infecciones, epidemias, ocasionadas por falta de higiene, mala alimentación e insuficiente, malos medicamentos, etc.

Una enfermedad se difunde rápidamente en los habitantes de este medio, por lo cual se comentan algunas.

La fiebre tifoidea.- Es ocasionada por alimentos que - se comen crudos y son lavados con agua sucia o contaminada. Clínicamente es una enfermedad de infección intestinal, cuyos síntomas ocasionan dolor de cabeza, fiebre, perforaciones y hemorragias del intestino. Es recomendable la vacuna antitífica y el control sanitario del agua.

La fiebre de malta.- Común en los ganados caprino y - ovino, la padecen las personas que toman leche cruda, que - sos, etc. La prolongación de estos alimentos perjudica a - diversos órganos, hígado, sistema nervioso, etc. Se reco-- mienda una higiene veterinaria rigurosa, que acaba con la enfermedad en el ganado.

La anemia.- "Viene definida por una disminución del - número de hematíes, o de la cantidad de hemoglobina del -- organismo. El número normal de hematíes por milímetro ---- cúbico de sangre es, en el varón de 4'500,000 a 5'000,000; y en la mujer 4'000,000 a 4'500,000" (23)

La anemia se manifiesta por una palidez de la piel, -- cansancio, palpitaciones, frialdad, etc.

La diarrea.- Es la expulsión de aces en forma pastosa o líquida, ocasionada por ingerir alimentos descompuestos - o en malas condiciones, sintiendo en seguida estiramiento - en el estómago, retorciiones, dolor, vómitos y evacuación - continua.

El Estreñimiento.- Se manifiesta por un retardo en la evacuación normal de las heces, originándolas duras y secas su origen es la mala dieta alimentaria sin residuos celulósicos, las personas que padecen esta enfermedad es recomendable que coman frutas y verduras en abundancia.

"La parasitosis digestiva en el hombre puede ser producida por seres unicelulares o protozoos (entamoebas, lam -- blias tricomonas, etc.) o por seres pluricelulares o meta--zoos, entre los cuales destacan, por su importancia la subclases de sestodos" (24)

Gusanos acintados ((sestodos) éstos son alargados planos en forma de cintas que llegan a medir de 4 a 11 metros, en el ser humano se producen por ingerir carne o pescado a medio cocer, por lo general se le conoce como "solitaria".

Gusanos cilíndricos (nematelmintos) en su mayoría son parásitos, en nuestro país las especies más importantes son el tricocéfalo, el oxiuro y las áscarías.

Tricocefalosis.- El parásito que la produce tiene forma de látigo y mide de tres a cinco centímetros de largo, -

(24) Ibidem. p. 194

se produce por ingerir agua o verduras contaminadas.

Oxiuriasis.- Es un gusano blanco que se caracteriza por un escosor molesto que produce, éste habita en el ano.

Ascaridiosis.- El parásito que la produce se llama áscarica lumbricoides y es ocasionada por ingerir agua o verduras contaminadas o lavadas con agua que contienen excrementos humanos o de animales. Para el tratamiento de estas lombrices intestinales hoy en día se emplea con "buenos resultados los derivados de la piparacina" (25)

Las enfermedades que sufre la madre cuando está embarazada, afectan al niño prenatal en su desarrollo físico y mental. Como la fiebre muy alta "Existe una ligera probabilidad de que las temperaturas muy altas (por ejemplo superiores a 39°C.) Durante los cuatro primeros meses del embarazo, dañen al niño" (26)

Aunque la mayoría de los niños nacen completos, para reducir las infecciones la madre debe tomar alimentos ricos en proteínas y vitamina C.

La falta de preparación y responsabilidad ha hecho -- que gran cantidad de futuras madres se sumen al alcoholismo social y al tabaquismo, y ponen en peligro la vida de -- varios niños que están por nacer, el consumir estos elementos que son perjudiciales durante el primer trimestre del -- embarazo, origina prematurez y deformaciones congénitas.

El doctor Armando Aguilar Guerrero, jefe del servicio de neonatología del Centro Médico La Raza, del Instituto

(25) Ibidem. p. 196

(26) Sheila, Kitzinger. op.cit. p. 98

Mexicano del Seguro Social "Aseguró que el alcoholismo daña la evolución del embarazo, produciendo al feto una serie de deformaciones somáticas externas e incluso retarda su desarrollo intelectual, amenaza de aborto, la desnutrición in-utero, etc." (27)

Esta enfermedad cambia las condiciones socio-económicas de la madre afectada, y provoca un descuido tanto en su alimentación como en su arreglo personal, afectando al ser que está en gestación, ocasionándole una desnutrición; desfiguraciones en la cara, fisuras en los párpados, etc. Cabe señalar que la amplitud de la problemática depende de la cantidad de afección de la embarazada.

El tabaquismo perjudica al feto en gestación "La nicotina hace que se contraigan los vasos sanguíneos placentarios, de forma que es menor la cantidad de oxígeno y de -- sustancias nutritivas, que puedan llegar al pequeño" (28)

Inhale o no el humo, la nicotina pasa a la sangre y -- de ella a la del niño, ésto trae como resultado que el corazón del bebé se acelere y su respiración sea más agitada, originando el retardo en el desarrollo prenatal del bebé, -- sobre todo en el cráneo ocasionado por la nicotina, causan inmadurez en los órganos y bajo peso. Resultando que el -- peso del niño es proporcional, de acuerdo al número de cigarrillos consumidos por la madre.

"El fumar después del cuarto mes de embarazo constituye la causa principal de prematuridad y del nacimiento --

(27) Novedades de Acapulco.V. LXXIII. n. 6559. lunes - 18 de mayo de 1987: 1. 2a. col. 2.3.4.5.

(28) Sheila, Kitzinger. op. cit. p. 91-92

del niño que, si bien permanecieron durante un tiempo normal en el útero no han logrado un desarrollo completo" ----
(29)

El fumar tiene también como consecuencia la presencia de la hemorragia durante el embarazo, el aborto se presenta con mayor frecuencia en las madres fumadoras. Es recomendable que las madres que están en gestación se abstengan en consumir bebidas alcohólicas y tabaco; ya que repercuten en los futuros bebés, es bueno que estas personas acudan a los médicos o especialistas, para dar solución a su problema y tener los cuidados necesarios para el producto de sus entrañas.

Dentro de las enfermedades de la madre, que es el tema que se trata, en nuestros días vivimos todos con la angustia y el temor de la nueva enfermedad, de la que todo el mundo habla, por no encontrar todavía el medicamento adecuado para su curación, me refiero al SIDA. El Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida. Causada por el virus V I H (Virus de Inmunodeficiencia Humana). Esta enfermedad destruye la capacidad de inmunidad del organismo humano para combatir infecciones, lo cual deja a sus víctimas indefensas -- contra infecciones y cáncer. Este padecimiento es transmitido en diferentes formas: por contacto sexual, transfusiones de sangre contaminada de V I H, por agujas no esterilizadas que se aplican por vía intravenosa o cualquier instrumento que traspase la piel, como la aguja que utilizan para tatuajes en el cuerpo, así como la aguja que --- utilizan para perforar las orejas de las personas, etc.

En una página del periódico "Novedades de Acapulco" dice una columna reproducida de un artículo original, pu--

blicado en el número de junio de Selecciones del Reader's - Digest. Que también el SIDA se transmite de madre a hijo. - "La Mujer infectada de V I H puede contagiar al feto durante el embarazo, en el parto o poco después de dar a luz, -- también es posible que la madre infectada transmita el virus a su hijo al amamantarlo" (30). Respecto a esta enfermedad se deben tomar medidas protectoras para no correr el riesgo de contraer esta infección de V I H. Sometiéndose a una prueba médica que consiste en extraer un poco de sangre del brazo, como en cualquier prueba hematológica. Tener la precaución de no usar objetos que puedan contaminarse con sangre. Como: las navajas de resurar, cepillos dentales, -- rasuradoras eléctricas, etc. Así como evitar las relaciones sexuales con personas que se catalogan de alto riesgo, -- entre las mujeres que están en edad de procrear que hayan -- tenido relaciones sexuales con personas infectadas de ---- V I H. "El embarazo entraña peligro para la madre infectada, y existe el 50% de probabilidades de que el hijo de esa mujer nazca infectado" (31) Es recomendable que todas las mujeres que están en gestación eviten las relaciones sexuales con personas que se catalogan de alto riesgo, como es la Organización Mundial de Salud (OMS) para evitar que la población se siga contagiando del SIDA. Mientras -- llegue el momento de descubrir el antídoto.

3.3. Las enfermedades del niño en el medio urbano

Los niños pueden adquirir varios tipos de enfermedades, por lo general son inmunerables y las padecen con ---

(30) Novedades de Acapulco. V. LXXIII. n. 6579. Domingo 7 de junio de 1987: 3. 1ª. Col. 5.6.

(31) Idem. Col. 7.8.

mayor frecuencia en la infancia. En la actualidad las vacunas combaten e inmunizan ciertas enfermedades, creando en el organismo defensas eficaces.

A continuación se presenta una lista de enfermedades:
(32)

Días de incubación y de peligro de contagio		
Enfermedad	Período de incubación	Duración del contagio
Sarampión	9-11 días	Unas tres semanas ausentes de la escuela.
Escarlatina	1- 7 días	Aislamiento las seis primeras semanas.
Rubeóla	2- 3 semanas	No hay contagio después de diez días.
Tosferina	8-21 días	No hay ya contagio al cesar los accesos de tos.
Difteria	2- 7 días	Contagio posible hasta el tercer análisis negativo - de nariz y garganta.
Paperas	18 días	El contagio termina con la desaparición de los síntomas externos.
Poliomielitis	8-14 días	Aislamiento las primeras - seis semanas.

Estas enfermedades por lo general las padecemos todos en la edad infantil. Los niños reciben las vacunas desde -

su primer año de vida, protegiéndolos de innumerables enfermedades, al vacunar a los niños difícilmente se presentará la enfermedad y si se presenta será en forma leve; pero cuando no son atendidas adecuadamente o a su debido tiempo, pueden ocasionar otras o provocar la muerte.

El sarampión.- Es una enfermedad infecciosa que se manifiesta con catarrros, erupción y fiebre. Se caracteriza por unas manchas encarnadas que salen en la piel, esta enfermedad cuando no tiene una atención adecuada presenta cuadros mortales. Puede causar la meningitis, (es la infección de las meninges). Que son las tres capas que cubren al sistema nervioso.

El otro cuadro mortal puede ocasionar una bronconeumonía, como complicación de las vías respiratorias, sufren resfriado y padecen una tos seca y breve.

Por lo regular los niños adelgazan al padecer el sarampión.

La escarlatina.- Es una enfermedad infecciosa y contagiosa, caracterizada por fiebre alta, inflamación de garganta y una erupción roja difusa de la piel, que después desaparece y aparecen escamas en la piel.

Al complicarse esta enfermedad presenta un cuadro bronquial o una bronconeumonía-adenopatías.

La rubéola.- Es una enfermedad parecida al sarampión, las temperaturas son moderadas. Esta enfermedad es peligrosa en ciertas etapas de la vida, en una mujer que está embarazada puede ocasionar la ceguera o sordera en el feto e incluso el aborto o muerte fetal; y en el paciente mismo se le puede complicar con padecimientos bronquiales o res-

-piratorios.

La tosferina.- Enfermedad contagiosa, que se caracteriza por accesos sofocantes de tos. Afecta a la musculatura laringis, ocasionada por el espasmo dificultando la respiración, presentando en el paciente cianosis de tegumentos, que al complicarse puede llegar a la asfixia.

La difteria.- Enfermedad infecciosa de la garganta, habitualmente ataca a los niños pequeños. Los primeros indicios de esta enfermedad son: fiebre, dolores de cabeza, ---placa amigdalina de color blancuzco, hinchazón dolorosa de las glándulas del extremo de las mandíbulas. Por las secreciones que se forman por conducto respiratorio, pueden llegar a complicarse y ocasionar asfixia o bronconeumonía, un padecimiento de estos ocasiona la tuberculosis, meningitis bacteriana ésta última ocasionada por la penetración de --otras bacterias oportunistas.

Las paperas.- Enfermedad contagiosa que afecta especialmente a los niños, se manifiesta por una hinchazón y -una inflamación de las glándulas parótidas de la parte de atrás de la mejilla, en ocasiones duele el oído. Esta enfermedad es ocasionada por un virus, presentando un cuadro febril asociado con anorexia, también presenta otras complicaciones como: pancreatitis, orquitis, nefritis, meningitis, etc.

La poliomilitis.- Esta enfermedad es producida por un enterovirus, ocasionando inflamación de la médula. Los ---primeros indicios son: fiebre, dolores de cabeza, después de ocho días aumenta la fiebre, dolor de nuca. Al compli--carse esta enfermedad, lo más grave es la parálisis de ---ciertos músculos como: hombros, brazos, manos, piernas o -incluso músculos respiratorios, la cual se debe a la in---

-fección del sistema nervioso central.

3. 4. Enfermedades del niño en el medio rural.

Las enfermedades del niño en este medio son las mismas que sufren los niños del medio urbano, puesto que todos son niños, la diferencia es que existe mayor índice de mortalidad en el medio rural, por carecer de centros de salud y no vacunar a los niños a tiempo, o tratan de curarlos cuando ya está muy avanzada su enfermedad.

También sufren otras enfermedades por falta de higiene como: piojos, sarna, tiña, infecciones y todo tipo de parásitos, etc.

Los piojos afectan el cuero cabelludo, "Son pequeños insectos que colonizan en el pelo y cuyos huevos (liendres) provocan un prurito intenso, con lesiones secundarias de --rascado" (33)

Esta enfermedad es muy contagiosa producida por parásitos transmisores como las pulgas, el uso del DDT ha disminuido extraordinariamente esta parasitación.

La sarna afecta la piel del hombre y de los animales domésticos. También es una enfermedad de origen parasitaria.

La tiña es una enfermedad del cuero cabelludo debido a la suciedad, se manifiesta en forma de placas descamantes acompañada de una discreta alopecia.

Las personas de este medio rural tiene una alimentación natural pero incompleta, ocasionándoles una desnutri-

(33) A. Fernández Cruz, op. cit. p. 306

ción que les originan ciertas enfermedades como: la anemia "Viene definida por una disminución del número de hemáties, o de la cantidad de hemoglobina del organismo" (34)

La anemia se caracteriza por una palidez de la piel y de mucosas, frialdad, cansancio y palpitaciones. En las anemias graves se puede perder el conocimiento, existen diferentes formas de anemia: anemias agudas posthemorrágicas, la hemorragia origina la anemia aguda y si la hemorragia es grave se llega al desmayo incluso a la muerte.

Anemias ferropénicas.- La falta de hierro conduce a la anemia ferropénica ya que el hierro es un elemento indispensable de la hemoglobina.

También por desnutrición sufren enfermedades infecciosas y parasitarias.

Dentro de las enfermedades infecciosas esta la tuberculosis.- "Que es una enfermedad infecciosa, generalmente de cursos crónicos y de evolución a brotes. En cada brote de actividad de la enfermedad aparecen nuevas localizaciones del mal o se reactivan los ya existentes" (35)

La transmisión de la tuberculosis se produce de persona, al respirar, hablar o toser. La persona enferma expulsa por la boca unas gotitas cargadas de basilos de Koch.

Se considera enfermedad parasitaria la tricocefalosis- es el parásito que tiene su cuerpo redondeado. "El nemátodo que la produce tiene forma de látigo y mide de tres a cinco

(34) Ibidem. p. 157

(35) Ibidem. p. 127

centímetros de largo. La infestación se produce por ingerir agua o verduras contaminadas con huevos de este parásito" -- (36)

Cuando el intestino tiene bastantes parásitos da lugar a diarrea con expulsión de unas heces líquidas con abundante moco, para eliminar estos parásitos se emplea el "tiabenzadol". Con el cual se obtienen buenos resultados.

3. 5. Cierta desfasaje por herencia

Dentro de las enfermedades mentales hay enfermedades - cuya alteración puede ser que se deba o es ocasionada por - un desajuste social, lesiones cerebrales, enfermedades metabólicas, o déficit hormonales, problemas del parto, nacimientos prematuros, o durante la gestación han sido afectados por radiaciones, el traumatismo, infecciones por virus, sífilis, etc. También la desnutrición es una condición de - enfermedades mentales; estas enfermedades mentales o enfermedades del ánimo no se heredan, puede ser que se deban a las causas ya mencionadas.

"Las enfermedades mentales no son, pues puras entidades anatómico-clínicas, sino formas patológicas de la existencia consciente, que se distinguen y se definen por su fisonomía clínica, su estructura y su evolución" (37)

Si el origen de estas enfermedades fuera genética existiría la posibilidad de que se desarrollara este tipo de enfermedad en los descendientes; el mongolismo por ejemplo - afecta a individuos que tienen una cromosoma de más, sin embargo es necesario tratar las deficiencias o lesiones ocasionadas en el momento del parto, que pueden catalogarse

(36) Ibidem p. 195

(37) Ibidem p. 267

como cierto desfase o retraso mental, estas son: anoxia, lesiones cerebrales, lesión por un parto con forceps, por sufrir un golpe o hemorragia intracraneal. También después del parto pueden sobrevenir infecciones que repercutan lamentablemente en el desarrollo mental.

IV.- DESFASAJE MENTAL Y DESNUTRICION

La desnutrición "Grave desorden de la nutrición en -- que la desasimilación es mayor que la asimilación" (38)

→ Efectos de la desnutrición

La desnutrición influye en la privación, ausencia de facultad mental del hombre. También las grandes urbes re -- presentan peligro para su salud física y mental debido a la tensión psíquica.

4. 1. La concepción de desfase.

El desfase se puede entender como algo que actúa de acuerdo a su capacidad mental; la mente y la conciencia son productos del cerebro, el daño en ciertas regiones del cerebro pueden originar la pérdida de habilidades o funciones determinadas y aspectos particulares de la conciencia, algunas personas adquieren al nacer ciertas deficiencias mentales, otras las adquieren por algún accidente que tuvieron y que les afectó la mente, esto demuestra que personas normales pueden convertirse en débiles mentales, esta enfermedad mental afecta el comportamiento de las personas.

Un niño es normal en edad mental, si es capaz de resolver un test y la mayoría de sus compañeritos de la misma

(38) Luis Fernández G. op. cit. p. 335

edad de ocho años lograron pasarlo, se dice que él es normal puesto que tiene una edad mental de ocho años. Pero si un niño de ocho años resuelve un test correspondiente para la edad mental de un niño de diez años, se dice que está -- mentalmente adelantado dos años; pero si un niño de ocho años resuelve un test correspondiente a la edad mental de seis años, se dice que está retrasado dos años de edad mental.

El profr. Terman establece la siguiente clasificación:
(39)

NIVELES DE INTELIGENCIA DE ACUERDO CON EL C. I.	
C. I.	CLASIFICACION
Por encima de 140	Genio o casi genio.
120-140	Inteligencia muy superior.
110-120	Inteligencia superior.
90-110	Inteligencia normal o media.
80- 90	Estupidez, raramente debilidad mental.
70- 80	Línea límite de la normalidad, a menudo debilidad mental.
Por debajo de 70	Debilidad mental definida.

"En los siglos XV y XVI se pensaba que la locura era señal de posesión por el demonio, los tratamientos a que se sometía a los enfermos mentales eran a la vez absurdos y diabólicos" (40)

(39) Raymond Holder Wheeler y Francis Theodore Perkins. Fundamentos del desarrollo mental. Tr. Profr. Domingo Tirado Benedi México, Ed. Hispano Americano p.207

(40) John Rowan Wilson. La mente, México, D.F. Ed. Off-set Larios. S. A. 1976 p. 57

En la actualidad existen diversos medios para ayudar a los enfermos mentales, en hospitales son atendidos por psiquiatras, éstos al momento se dan cuenta si el enfermo requiere hospitalización o consulta externa para su tratamiento. Todavía no existe el medicamento que tenga la suficiente eficacia para lograr la curación completa de estos enfermos. Una persona se dice que es anormal cuando su comportamiento no le permite convivir con los demás, debido a su conducta grotesca, reflejándose con risas, llantos, gritos, ademanes, forma de caminar y por lo general son deseados.

El comportamiento anormal se clasifica en neurótica y sicótica.

La neurosis no es una enfermedad constitucional, el sujeto está consciente de su estado y desea curarse. El comportamiento de estos individuos, sólo en ciertas áreas de su vida es anormal en lo demás son normales.

"Actualmente se considera que las causas de la neurosis son ambientales" (41), porque las circunstancias que rodean a las personas son capaces de influir en ellas, niños y adultos sufren tensiones manifestándolo de la siguiente manera: algunos llegando tarde a su trabajo, obsesionados con la limpieza olvidan repentinamente sus citas, etc. En sí la neurosis es un conflicto emocional.

La neurosis se manifiesta de diferentes formas, siendo éstas las siguientes: Estado de angustia.- Los choques emocionales causan angustia como: la alegría, tristeza, sorpresa, etc. Esto puede ser causa de una atemorización confusa de ansiedad, falta de apetito, insomnio, fatiga, etc.

(41) Ibidem. p. 57

Hipocondris "Mientras el neurótico angustiado da ex -- presión a su angustia y se esfuerza por vivir con sus pro -- blemas el hipocandriaco busca la solución en escapatoria" - (42) Esta enfermedad se caracteriza por una excesiva preo -- cupación por la salud propia; un niño le teme a su papá --- cuando oye que llega, de inmediato se esconde o se muestra enfermo para no encontrarse con él, ésto afectará su capa -- cidad en el placer de vivir.

Histeria.- Es una enfermedad caracterizada por padeci -- mientos diversos que afectan la inteligencia, la sensibili -- dad y el movimiento como: las convulsiones, parálisis, so -- focaciones , etc. Generalmente se sufren estos padecimien -- tos después de tener un disgusto o contrariedad.

Fobia.- "Fobia significa miedo y la fobia neurótica es un miedo irracional de algo que sustituye a un miedo real" (43)

Depresión.- La depresión neurótica es extenso alarga -- miento de pesantez, disgusto y desaliento, produce un des -- censo de la actividad diaria, de desanimación, se siente -- humillado, inferior; esta enfermedad deprime física y mo -- ralmente al individuo.

El sicótico tiene graves trastornos de desorden en el comportamiento, enfermedad mental que afecta profundamente la personalidad, se caracteriza por la alternancia periódica de accesos de sobreexcitación (manía) y depresión (me -- lancolía). Viven en un mundo de delirio, alucinaciones, -- pensamiento confuso, emociones exageradas, lenguaje tergi -- versado. Deben ser hospitalizados para su tratamiento. ---

(42) Ibidem. p. 58

(43) Ibidem. p. 59

Existen dos grandes tipos de sicosis: la esquisofrenia y la maniática depresiva: la esquisofrenia.- significa trastorno de la afectividad, es incurable. El esquisofrenico grita de pronto.

Se conocen cuatro nombres de esquisofrenia: simple, - hebefrenia, catatonía y paranoia.

Esquisofrenia simple.- La persona que sufre esta enfermedad vive apartada de los demás, se retira del trato y comunicación de la gente, su estado es emocional, algunos viven a la deriva sin tratamiento, como vagabundos, prostitutas. Son incapaces de hacer trabajos de la índole más humilde.

Hebefrenia.- "El hebefrénico retrocede hasta la conducta infantil" (44). Su comportamiento es como el de un niño, se ríe continuamente, habla como niño y resulta repugnante por desaseado.

Catatonía.- Las personas que padecen esta enfermedad, algunas veces sufren la completa inmovilidad física y en ocasiones el frenesí demoníaco. Por horas y hasta días enteros se quedan inmóviles y de pronto se excitan terriblemente y atacan a todo aquel que se encuentra cerca de ellos.

Paranoia.- "El esquisofrénico paranoide presenta los síntomas clásicos de la locura" (45). Padece delirios de grandeza de persecución o de erotismo ve personas que no existen y oye voces, se considera o se cree que es Dios o rey, etc. Es posible que ataque con furia.

(44) Ibidem. p. 60

(45) Idem.

Sicosis maniático-depresiva.- Los ataques maniáticos - depresivos suelen ser rítmicos, gozan de períodos de normalidad; un ataque probablemente dure varios meses, sus ataques alternan por un tiempo entre la manía y luego un estado de depresión.

Manía.- Estado patológico de excitación o agitación con portamiento extravagante, muy activo, dominante y muy seguro de sí mismo, no tolera la crítica; cuando está muy avanzada su enfermedad, se resiste a estar quieto, habla mucho camina de un lugar a otro se golpea contra la pared y padece de delirios.

Depresión.- La depresión sicótica se inicia con sentimientos de desaliento y desánimo, las personas que padecen esta enfermedad se sienten responsables de varias catástrofes como: terremotos, plagas, inundaciones. Cuando estas -- personas están muy trastornadas se sienten inactivas y caen en cama.

"Además de la neurosis y la sicosis, existen las enfermedades mentales agrupadas bajo el epígrafe de perturbaciones de la personalidad, cuyas principales víctimas son los sicópatas" (46). Los sicópatas son personas que se ven normales e inteligentes, pero tienen habilidad para engañar y robar, y carecen de profundidad emocional, no les importa las consecuencias de sus actos; no tienen idea de lo que es bueno o malo, son capaces de matar poniendo en -- grave peligro a la sociedad donde viven. El dolor les produce menos angustia que a los normales.

✓ 4.2. Alimentación y desnutrición

(46) Ibidem. p. 61

✓ La base de un buen desarrollo físico y mental, es la alimentación. " Los alimentos son las sustancias que suministran al organismo los materiales necesarios para su desarrollo, para cumplir las pérdidas y para el suministro de energías" (47)

Los alimentos que se consumen pueden clasificarse según su origen en tres grandes grupos.

- 1.- Minerales o inorgánicos,
- 2.- Vegetales,
- 3.- Animales.

Los alimentos minerales e inorgánicos son: el agua y la sal común.

Los alimentos vegetales se subdividen en cinco grupos fundamentales: 1).- cereales, 2).- legumbres, 3).- hortalizas, 4).- semillas oleaginosas y 5).- frutas.

1).- Dentro de los cereales se encuentran: el trigo, el maíz, el arroz, la cebada y la avena.

2).- Las legumbres.- Son las semillas de los vegetales encerrados en vainas como: los garbanzos, lentejas, chícharos o arvejas, soya o soja.

3).- Las hortalizas.- Son las plantas que se cultivan por lo general en huertas como: la lechuga, barza, repollo, espárrago, apio, tomate, acelga, nabo, camote, zanahoria, etc.

4.- Las semillas oleaginosas .- Son aceites vegetales

(47) A. Fernández Cruz. El libro de la salud. Barcelona España. Ed. Danae. p. 79

que se extraen de semillas y frutas vegetales como: el --
ajonjolí, el girasol, soya o soja, cacahuete, maíz, aceitu-
nas.

5.- Las frutas.- Se refieren a todos los frutos succu-
lentos o comestibles, y por su consumo existen cuatro moda-
lidades:

- 1.- Frutas frescas,
- 2.- Frutas secas,
- 3.- Frutas cocidas,
- 4.- Frutas en forma de sumos o jugos.

Las frutas para indicar sus propiedades se dividen en
cuatro grupos:

- 1.- Ácidos,
- 2.- Azucarados,
- 3.- Oleamiláceas o sean las oleaginosas y las amilá -
seas,
- 4.- Acuosas.

1.- Frutas ácidas.- Son las cítricas o cítricos ----
(agrios) como: la naranja, la mandarina, la toronja, el li-
món, etc. éstas son ricas en vitaminas C.

2.- Frutas azucaradas.- Las frutas azucaradas son: el
plátano, la Chirimoya, el chicozapote, el zapote, el mamey
y la guayaba.

3.- Frutas oleo-amiláceas.- Estas son: las nueces, -
las almendras y el aguacate.

4.- Frutas acuosas.- Entre estas frutas están: la -
calabaza, la sandía y el chayote.

Alimentos de origen animal. La carne, los huevos y la leche.

Todos estos alimentos tienen gran importancia en la alimentación del ser humano; pero hay que saber variarlos y prepararlos para tener una nutrición completa.

Los alimentos según su principal función se dividen en energéticos y plásticos. Los alimentos energéticos, tienen como principal misión la de suministrar la energía necesaria al organismo para su buen funcionamiento; los alimentos plásticos tienen como función la de ser formadores y modeladores de nuevos tejidos en el crecimiento de las personas y mantener la forma del cuerpo.

* Para que haya una buena alimentación es necesario que ésta sea balanceada y variada "La alimentación del hombre se reduce a seis nutrientes esenciales o principios alimenticios que nos proporcionan los alimentos. (1) agua, (2) sales minerales, (3) glúcidos, (4) lípidos, (5) proteínas y vitaminas" (48)

1.- El agua es el alimento de mayor importancia en el ser humano ya que constituye aproximadamente el 75% del peso corporal, la cual se obtiene al consumir agua natural, refrescos, carnes, frutas, etc.

2.- Sales minerales.- Son todos los elementos minerales esenciales como: el potasio, el fósforo, el calcio, el magnesio, el hierro, el yodo, etc. El organismo obtiene

(48) Luis Cendrero Curiel. Elementos de higiene. México Ed. Porrúa, S. A. p. 77

estos elementos en el consumo diario de los alimentos, el sodio y el yodo se incorporan al organismo cuando utilizamos la sal de cocina para preparar los alimentos. Los alimentos que contienen potasio son las leguminosas, carnes, vegetales sobre todo las frutas y cereales.

Los alimentos que contienen calcio, magnesio y fósforo son: los huevos, algunos vegetales y la leche.

El hierro se encuentra en abundancia en la carne principalmente en el hígado.

3.- Glúcidos.- También se llaman hidratos de carbono o carbohidratos, comprenden azúcares, féculas y celulosas. Los alimentos proporcionan azúcares en dos formas como monosacáridos tenemos la glucosa o azúcar de la uva y la levulosa o azúcar de las frutas, sin que sufran ninguna transformación al extraerlas.

La otra forma es la disacáridos. ésta tiene que ser transformada para poder consumirla, como la azúcar común o sacarosa que se obtiene de la remolacha y de la caña de azúcar.

Las féculas se encuentran en forma de almidón en los granos o semillas de los cereales como el trigo y el arroz, etc.

Las celulosas provienen de las verduras y su consumo, sirve para estimular los movimientos intestinales, lo cual favorece la defecación.

4.- Lípidos. Las grasas o lípidos son principalmente los aceites vegetales como por ejemplo: el aceite de maíz, de oliva, etc.

5.- Prótidos. Llamados también proteínas que son fundamentales para el organismo.

"Las proteínas están constituidas por las sustancias llamadas aminoácidos, algunos de los cuales (valina, leucina, isoleucina, treonina, metionina, lisina, fenilamina y triptofano) son absolutamente indispensables para el desarrollo del organismo" (49)

Los alimentos que contienen todos los aminoácidos se denominan proteínas completas y los que carecen de uno o más elementos son proteínas incompletas.

Alimentos ricos en proteínas completas están los de origen animal como: la carne, leche, huevos. Dentro de los vegetales ricos en proteínas completas están principalmente los cereales y legumbres. La desnutrición proteínica de los niños pequeños es el mayor problema alimenticio en el mundo, a consecuencia de la mala alimentación que tiene gran parte del pueblo mexicano, da como resultado una desnutrición en sus habitantes.

6.- Vitaminas.- Las vitaminas "Son sustancias reguladoras del metabolismo existentes en los alimentos, que ejercen su acción en dosis muy pequeñas y que son indispensables para el desarrollo, mantenimiento y funcionamiento normal del organismo" (50). Las vitaminas las proporcionan los alimentos especialmente crudos y frescos. Cuando éstos se cuecen o se refrigeran con exceso destruyen sus propiedades vitamínicas por ser sustancias muy lábiles y en la actualidad existe la producción de vitaminas artificiales, las cuales se obtienen por medio de procedimientos químicos, esto permite obtenerlas en grandes cantidades.

(49) ibidem. p. 78

(50) Ibidem. p. 187

La falta de suministro de estos nutrientes, da como resultado que la mayoría de la población mexicana tenga una dieta pobre e insuficiente, lo cual da origen a la desnutrición y una persona desnutrida está propensa a sufrir toda clase de enfermedades infecciosas y contagiosas como: la deficiencia ocular, el beriberi humano, la pelagra o piel áspera, el escorbuto, el raquitismo, etc.

✓ Para que haya una buena alimentación es necesario que ésta sea balanceada y suficiente, debe de contener agua, sales minerales, proteínas, vitaminas, hierro, calcio, etc.

✓ Además su consumo debe ser cuantitativo y cualitativo, mas no en exceso, porque tan malo es no tomar los alimentos a la hora adecuada, como sobre alimentarse. La mayor parte de los mexicanos, principalmente los de la clase baja, pasan por alto lo anterior, y prefieren en ocasiones los tradicionales antojitos mexicanos como son: taquitos, pozole, enchiladas, tortas, chilaquiles, tepaches, empanadas, atoles, tostadas, etc. Antojitos que son del gusto del paladar, en algunas ocasiones son antihigienicos por diferentes causas en su preparación, ésto hace que sean mal vistos clínicamente. El hombre ciudadano, adaptado al frenético ritmo social de las grandes urbes, difícilmente se da un tiempo para sentarse cómodamente a tomar sus alimentos, y no es raro que por las prisas tome un frugal desayuno rumbo a sus respectivas labores, y a la hora de comer no hay otra cosa que las clásicas tortas a las puertas de las fábricas u oficinas, etc. Y en la casa tenemos la insalubre costumbre de freir todo: freímos los huevos, la carne, los frijoles, las verduras, el pescado, las tortillas, (para hacer enchiladas, chilaquiles, tacos, etc.) No se toma en cuenta que al freirlos, pierden bastantes propiedades alimenticias; lo mejor es hervir o asar los alimentos. La mayoría de la comida mexicana se prepara con

chile, ese sabroso condimento que en exceso perjudica al -- estómago por su irritación, ésto hace que México sea un pue**blo** de desnutridos.

✓ Existe otro grupo de desnutridos, los desposeídos. Son aquellos que aunque quisieran no podrían alimentarse debidamente. Lo descrito anteriormente representa que una gran mayoría del pueblo mexicano tenga una dieta pobre e insuficiente compuesta a base de frijor, maíz, chile y uno que -- otro alimento de origen animal. Mientras seamos un país en proceso de desarrollo, la mayoría del pueblo mexicano tendrá una mala alimentación, lo cual da origen a la desnutrición que afecta al desarrollo económico y social.

4. 3. Nutrición y desarrollo mental

✓ "La nutrición.- Es la acción y efecto de nutrir o nutrirse, que es la utilización fisiológica de los alimentos, lo cual se realiza mediante los procesos involuntarios de la digestión y el metabolismo (51)

✓ A medida que el niño va creciendo, su alimentación va cambiando, porque su organismo requiere de otras sustan -- cias para alcanzar un nivel estable de desarrollo físico y mental de sí mismo; ya que todo esto depende de una buena nutrición, y que los alimentos que se consumen contengan -- los nutrientes esenciales.

Al rededor de una quinta parte del peso del cuerpo humano corresponde a proteínas, distribuidas -- en los músculos, víceras, sangre, piel, tejido -- conjuntivo, pelo, uñas y otros tejidos. Ninguna -- porción viviente del organismo carece de proteí -- nas (52)

(51) ibidem. p. 75

(52) Juan Solá Mendoza, Introducción a las Ciencias de la Salud. México, Ed. Trillas, S. A. p. 185

Por lo que son muy indispensables en nuestra alimentación, la mayoría de proteínas contienen azufre otras yodo, fósforo, hierro y cobre.

El valor de una proteína depende del número y cantidad de aminoácidos que contienen.

Los alimentos que tienen mayor aminoácidos esenciales son: la leche fresca, el huevo, el pescado y algunas carnes como el hígado y los riñones.

Alimentos de origen vegetal ricos en proteínas son: - el frijol de soya, la levadura de cerveza, ciertos tipos de nueces y semillas, pescados, aves, huevos, germen de trigo y cereales.

Dice la nutrióloga y bioquímica norteamericana Adelle Davis "Hay que aprender a sumar los gramos de proteínas consumidas, para recibir un mínimo de 60 gramos diarios las mujeres y 80 los hombres" (53). Las proteínas son de gran valor nutritivo para niños, jóvenes, adultos y ancianos durante toda su vida. El consumo de proteínas es bueno para nuestro organismo porque actúa sobre el carácter de las personas aumenta la capacidad para el trabajo y los deportes y estar sano física y mentalmente.

Los minerales activan el proceso de la digestión, absorción y metabolismo, regulan el sistema nervioso y la contracción muscular.

El calcio es bueno para la coagulación de la sangre y osificación de los huesos, influye en el crecimiento y longevidad humana, algunos alimentos ricos en calcio son: la -

(53) Ibidem. p. 186

leche, el queso, el frijol de soya, etc.

El fósforo interviene en el crecimiento y desarrollo - de los huesos, aumenta la resistencia corporal y la capacidad orgánica a los esfuerzos mentales. Los alimentos que - contienen fósforo son: las carnes, quesos, almendras, soya, semillas de chile, cereales, frutas grasosas y huevos.

El magnesio se encuentra en las plantas formando parte de las moléculas de clorofila, por lo que es bueno consumir legumbres verdes.

Los elementos de sodio, cloro y potasio "Son importantes para la conservación de los fluidos orgánicos. Determinan la cantidad de agua que retienen los tejidos y participan en el movimiento de los nutrientes de los intestinos a la sangre y de ésta a las células" (54). Principales alimentos que contienen potasio: las leguminosas, vegetales, carnes, frutas y cereales. El sodio ingresa al organismo - como cloruro de sodio.

El cloro en combinación con el nitrógeno forma el ácido clorhídrico para la buena digestión de los alimentos.

El hierro.- es importante constituyente de numerosas enzimas "De los 2.5 gramos de hierro que contiene un hombre adulto de 65 kilogramos de peso, aproximadamente 1.75-gramos están en la hemoglobina, es la sustancia que colorea la sangre y 0.75 gramos en el hígado, los músculos y la piel" (55). El hierro es fundamental en el transporte

(54) Ibidem. p. 200

(55) Ibidem. p. 205

de oxígeno de los pulmones hasta los tejidos del organismo. El hierro se encuentra en los alimentos en estado natural.

Las vitaminas son elementos indispensables de la nutrición. El ser humano necesita una nutrición bien balanceada desde el momento en que se forma para lograr un buen desarrollo mental. El desarrollo mental es como una construcción continua de un gran edificio que, a cada elemento que se le añade, se hace más sólido o mejor, cuyas fases de ajustamiento contribuyen a una flexibilidad; el desarrollo síquico se inicia al nacer y concluye en la edad adulta, las formas de organización de la actividad mental son las estructuras variables desde el comportamiento del recién nacido, hasta la adolescencia. La evolución mental se desarrolla en el sentido de una equilibración cada vez más avanzada, todo movimiento, pensamiento o sentimiento responde a una necesidad. Una necesidad es siempre la manifestación de un desequilibrio. Existe necesidad cuando algo fuera de nosotros o en nosotros a cambiado de tal manera que se impone un reajuste. Por ejemplo: el hambre o la fatiga, provocan que se busque el alimento o el descanso. Estas necesidades estarán satisfechas desde el momento en que el equilibrio ha sido restablecido.

Por este mecanismo continuo de reajuste o equilibración pueden considerarse "Las estructuras mentales sucesivas, en sus fases de construcción inicial, a que da origen el desarrollo, como otras tantas formas de equilibrio, cada una de las cuales representa un progreso con respecto a la anterior" (56)

(56) Jean Piaget, Seis estudios de psicología. Ensayo, 7a. ed. Tr. Nuria Petit. México. Ed. Seix Barral, S. A. p. 17

Etapas de los individuos de acuerdo a su desarrollo --
mental.

I.- El recién nacido y el lactante.

Este período comprende desde el nacimiento hasta la adquisición del lenguaje. En el momento del nacimiento, la vida mental se manifiesta por una asimilación de reflejos. Un recién nacido mama mejor al cabo de una o dos semanas que al principio; el lactante no se contenta con chupar cuando mama sino que chupa cualquier objeto que encuentra, todo -- esto es como un anuncio de la asimilación mental, generalmente a los tres y a los seis meses el lactante comienza a coger lo que ve.

II.- La primera infancia de los dos a los seis años.

En esta etapa aparece el lenguaje, el niño expresa sus acciones en forma verbal esto tiene tres consecuencias -- esenciales para el desarrollo mental.

Un intercambio posible entre individuos, (socialización).

Una interiorización de la palabra (pensamiento).

Interiorización de la acción (intuición).

III.- La infancia de siete a doce años.

"La edad de siete años, que coincide con el principio de la escolaridad propiamente dicha del niño, marca un hito decisivo en el desarrollo mental" (57). Después de los

(57) Ibidem. p. 61



siete años, el niño adquiere cierta capacidad de cooperación, un cambio notable. Por ejemplo en los juegos con reglamento, cuando un grupo de niños juega a las canicas deben de respetar las reglas del juego. Lo cual constituye una intuición propia de los niños.

IV.- La adolescencia.

Las reflexiones anteriores podrían hacer creer que el desarrollo mental se acaba hacia los once o doce años y que la adolescencia es una crisis pasajera que separa la infancia de la edad adulta, aquí el niño tiene pensamientos completos propios de la segunda infancia, es aquí donde se inicia su personalidad, el adolescente se prepara para entrar en la sociedad de los adultos; se puede decir que el desarrollo mental:

"Es la unidad profunda de los procesos que, desde la construcción del universo práctico, debido a la inteligencia sensorio-motriz del lactante, desembocan en la reconstrucción del mundo por el pensamiento hipotético-deductivo del adolescente"

(58)

4. 4. Desnutrición y desfasaje mental

Una mala alimentación tiene como principal consecuencia la desnutrición, una alimentación rápida perjudica a la salud se debe dar tiempo para las comidas, no comer en la calle o precipitadamente. La alimentación preparada es buena, pero no hay que prolongarla demasiado, ya que hay peligro de que el niño o personas mayores la rechacen. Estar gordo no quiere decir que se está sano; al contrario esta persona está propensa a enfermarse seguido del estómago, o

adquirir alguna otra enfermedad, los niños que están sobre alimentados no tienen la agilidad para moverse, su cuerpo es torpe es decir se les dificulta para caminar y correr. Son más lentos que los verdaderamente nutridos, en ocasiones hay niños inapetentes, se puede decir que la inapetencia.

Es debida a dos causas: bien que el niño padezca una enfermedad, casi siempre una infección manifestada o no por fiebre (anginas, resfriado, otitis, infección urinaria, pulmonar, etc.), bien que haya un factor emocional o psicológico que determine la anorexia (59)

Las cuales deben atenderse para la salud del niño llamándose al médico en caso de infecciones, resfriados, etc. En las causas psicológicas debe saber especialmente la madre, la manera de comportarse de su niño, conocer, comprender la conducta y carácter del niño; en la causa emocional, puede afectar al niño en el trastorno mental causado por miedo, temor, castigos o celos por un hermanito más pequeño, donde él se da cuenta que atiende más al pequeño que a él. En estos casos es conveniente comprender al niño para el buen desarrollo de sus facultades mentales.

✓ La energía que necesita el organismo para el desarrollo físico-mental está en los alimentos. El ser humano necesita una alimentación variada para tener una buena conservación para el desarrollo de sí mismo.

La sobre estimulación nerviosa provoca por causas de responsabilidad del individuo como: preocupaciones de la vida, gestos y disgustos familiares. "Se incrementan por una-

(59) Lore Schultz Wild y F Muñoz López op. cit. p. 342 y 343

deficiencia alimenticia por falta de un régimen nacional" - (60). Esto da consecuencia a un desequilibrio orgánico que afecta la salud del individuo.

“La desnutrición es un estado de desequilibrio en el que la persona afectada consume menos alimentos que los necesarios para sus funciones vitales” (61). Una persona desnutrida es una persona enferma, la desnutrición agrava -- ciertas enfermedades infecciosas que en su mayoría son frecuentes en las personas desnutridas, provoca más muertes - en los niños pequeños desnutridos que en las personas adultas. La desnutrición afecta el crecimiento y desarrollo del niño, un niño desnutrido es más pequeño que otro de su misma edad tiene menor peso y estatura, ciertas limitaciones - para aprender, son quietos apáticos muestran una indiferencia hacia lo que les rodea. Cuando son adultos tienen baja estatura, musculatura poco desarrollada, apariencia delgada, son poco activos, tienen menor capacidad para sus actividades, y un envejecimiento prematuro.

Existen varias causas que originan la desnutrición: - la pobreza, la ignorancia, la insalubridad ambiental, ect. Las personas que tienen poco rendimiento económico, aunque quisieran no pueden proporcionarle a su familia una buena alimentación, lo cual da origen a la desnutrición; otras - veces los padres cuentan con buenos recursos económicos pero esto no garantiza que consuman una alimentación adecuada y completa, por falta de información e ignorar sobre el tipo de alimentos que consumen; es necesario que estén -- bien informados sobre la buena conservación de los alimentos de la cual carecemos los mexicanos.

(60) A. Fernández Cruz. op. cit. p. 75

(61) Juan Solá Mendoza. op. cit. p. 240

El consumo de los refrescos embotellados, donde la propaganda hace que las personas los consuman en mayor cantidad en vez del agua pura, resulta perjudicial para la salud. Los refrescos causan caries dentales, sobre todo en los niños, además de que son preparados con colorantes, cada día aumentan de precio y las personas gastan más en aguas embotelladas que en comprar un litro de leche o en otros productos alimenticios que podrían mejorar su salud. También los productos chatarra resultan perjudiciales para la salud como son: papitas, gansitos, etc.

La insalubridad ambiental conduce a padecer enfermedades infecciosas, vivir en un medio contaminado donde hay escasez de agua, todo esto da como resultado la desnutrición.

Para mejorar la nutrición del pueblo mexicano es necesario que todos estemos conscientes de que es un grave problema que afecta a la mayoría de los mexicanos, es necesario que todos participemos para resolverlo, como es ampliar y mejorar el consumo de alimentos para fortalecer la salud física y mental.

La Organización para la Agricultura y la Alimentación de las Naciones Unidas, afirma que es posible lograrlo, mediante procedimientos genéticos un aumento de 70% del aminoácido lisina en semillas seleccionadas de maíz y que en otras semillas de este grano es factible mejorar el contenido de lisina, triptófano y metionina, para obtener semillas con más alto contenido proteínico, el Doctor Zubirán dice: "Que se podría aumentar en más de 30% el consumo de proteínas incrementándose al propio tiempo, los aminoácidos limitantes en la dieta" (62). Además de mejorar mediante proce

(62) Ibidem. p. 244

dimientos se necesita adquirir ciertos conocimientos sobre nutrición, crear nuevas fuentes de trabajo para aumentar los ingresos familiares, también que los maestros en sus aulas difundan conocimientos prácticos sobre la alimentación y así lograremos una mejor nutrición para nuestro país.

V.- CONCLUSIONES

- 1.- Medio urbano.- Son las entidades de mayor población, -- donde la aglomeración de las personas convierten la vida en una compleja organización; la gente de este medio está distante de la naturaleza y trabaja en las actividades secundarias, las cuales se refieren a la actividad industrial como son: la alimentación, el vestido, viviendas, herramientas, máquinas, aparatos eléctricos, vehículos, etc. Así como también en las actividades terciarias como son: el comercio, medios de transporte y comunicación, el gobierno (servicio de agua, drenaje, vigilancia, alumbrado, bomberos, limpieza, etc. la educación y la banca.

- 2.- Medio rural.- Son las entidades pequeñas de población. Los habitantes de este medio se dedican por lo general a las actividades primarias por estar en contacto con la naturaleza éstas son: la agricultura, la ganadería, la pesca, la caza, la silvicultura, etc. Estos habitantes poseen una alimentación incompleta aunque es más natural, pero carece de una buena nutrición, ya que a diario comen lo mismo. Es bueno que las personas de este medio aprendan a preparar una alimentación nutritiva para su familia ya que de ella depende el desarrollo mental del niño.

✓ Una persona desnutrida no tiene capacidad para realizar sus actividades mucho menos lograr un buen desarrollo físico-mental. Es necesario alimentarse bien para estar sano.

- 3.- Las personas que llegan a las grandes urbes, que se establecen en las orillas, en lugares distantes, lugares apartados del centro de la ciudad, no cuentan con-

ningún servicio público y sus hogares son insalubres, - a estos medios de vida se les denomina anillos de miseria.

- 4.- La familia urbana se caracteriza por estar formada por el padre, la madre e hijos. La vida en común es casi nula, todos almuerzan o comen a horas distintas, porque los absorbe sus actividades.
- 5.- La familia rural está integrada por un gran número de miembros: los abuelos, hermanos, hijos, nietos, cuñados padres, etc. Ellos mismos se preparan sus alimentos y su vestuario, la vida de estas familias es rica en -- unión efectiva.
- 6.- La madre de cualquier niño que está en estado de gestación debe consumir una alimentación que contenga todos los nutrientes indispensables para lograr un buen desarrollo físico-mental del bebé.
- 7.- Son varias las causas que dan origen a las enfermedades de las madres, principalmente la desnutrición, en el medio rural. Las madres que están en estado de gestación deben evitar tener relaciones sexuales con personas que se consideren de alto riesgo de SIDA, ya que hay peligro de que el feto nazca infectado.
- 8.- El fumar o tomar bebidas alcohólicas cuando se está en estado de gestación es perjudicial tanto para la madre como para el feto que está en desarrollo.
- 9.- Las enfermedades de los niños del medio urbano como rural son por lo general las mismas, puesto que están en edad infantil, éstas son: el sarampión, la escarlatina, rubéola, tosferina, etc.

- 10.- Las enfermedades mentales son ocasionadas por diversas causas como: enfermedades metabólicas o déficit hormonales, lesiones cerebrales o que durante la gestación han sido afectados por radiaciones, infecciones por virus, etc.
- 11.- El desfasaje mental puede entenderse como algo que actúa de acuerdo a su capacidad mental.
- 12.- Para que el niño tenga un buen desarrollo físico-mental depende en parte de su alimentación.
- 13.- Que todas las personas tengan conocimiento sobre la forma de preparar sus alimentos, es decir que tengan todos los nutrientes necesarios para lograr un buen desarrollo físico-mental.
- 14.- Es muy importante que el maestro difunda conocimientos prácticos sobre la nutrición.
- 15.- Por desarrollo mental se entiende como las etapas que van adquiriendo las personas a medida que van creciendo hasta llegar a la edad adulta.
- 16.- El maestro debe realizar actividades con los padres de familia sobre la insalubridad ambiental para mejorar las condiciones de vida y no padecer enfermedades infecciosas y contagiosas.
- 17.- Desnutrición es.- Cuando la alimentación es insuficiente en contenido calórico y el organismo consume más calorías para realizar sus funciones que las que recibe en la dieta, el faltante tiene que obtenerlo de las sustancias de su propio organismo ocasionando esto un trastorno de la nutrición, caracterizado por el exeso de desasimilación sobre la asimilación.

- 18.7 ✓ Que los maestros y padres de familia eviten que los niños consuman alimentos chatarra como: gansitos, papitas, chicharrones, etc. que son perjudiciales para la salud de los infantes. Porque carecen de sustancias nutritivas y en ocasiones están preparados antihigienicamente. Por eso los niños o personas que consuman, estos productos de una manera exagerada, tendrán un bajo desarrollo mental.

GLOSARIO

Aborto:

Expulsión espontánea o inducida de un embrión del útero antes que llegue a un punto de desarrollo suficiente para que pueda sobrevivir, generalmente antes de la vigésima octava semana de la gestación.

Actividades secundarias:

Son las que se refieren a la actividad industrial, como son: la alimentación, el vestido, viviendas, herramientas, máquinas, aparatos eléctricos, vehículos, etc.

Actividades terciarias:

Son las que distribuyen o intercambian los factores, estas actividades son: el comercio, medios de transporte y comunicación, el gobierno (servicio de agua, drenaje, vigilancia, alumbrado, bomberos, limpieza, etc.), la educación y la banca.

Adenopatías:

Inflamación de los ganglios linfáticos. Las adenopatías aparecen a consecuencia de una inflamación localizada en el mismo ganglio o en un órgano cercano, en este, último caso la inflamación alcanza al ganglio a través de la circulación linfática del órgano en cuestión.

Adolescencia:

Etapas de la vida entre la pubertad (aparición de los caracteres sexuales secundarios) y la edad adulta (sensación del crecimiento corporal mayor).

Adulto:

Que llega al término de la adolescencia, es cuando el individuo llega a su mayor crecimiento o al mayor grado de perfección.

Alopecia:

Caída del pelo. Calvicie.

Aminoácidos:

Las proteínas, denominadas también albuminoides, son constituyentes, nitrogenados esenciales de toda célula viviente. Están formadas por la condensación de moléculas de aminoácidos, que pueden ser liberados de

ellas por hidrólisis. Son los cuerpos más simples del grupo de los prótidos. Algunos aminoácidos deben, al igual que las vitaminas, ser obtenidos del ambiente -- por los organismos. Por lo menos son ocho los aminoácidos se consideran indispensables: isoleucina, lisina, metionina, fenilalanina, treonina, triptófano, -- valina y leucina.

Analfabeta:

Que no sabe leer ni escribir.

Anatomicoclínicas:

Estudio de los órganos que integran las diferentes -- partes de los cuerpos orgánicos en la institución -- donde asisten a enfermos.

Anexos:

Unido a otra cosa, agregar una cosa a otra con dependencia de ella.

Anorexia:

Ausencia de oxígeno en la sangre.

Anoxia:

Ausencia de oxígeno en la sangre.

Antídoto:

Cualquier medicamento que preserva de algún mal.

Apetito:

Estado consciente caracterizado por el deseo de comida producido por la educación, la vista, el dolor, el gusto, o la idea de alimentos. Queda abolido por el consumo de alimentos.

Bacilo de Koch:

Microorganismo de la tuberculosis descubierto por Roberto Koch.

Beriberi humano:

Enfermedad frecuentemente mortal de las poblaciones -- del extremo oriente que consumen arroz descascarado. Se debe a la carencia de vitamina B₂, tiamina. Se caracteriza por debilidad muscular, cansancio y parálisis.

Bioquímica:

Persona que se dedica a estudiar los fenómenos biológicos

Bronconeumonía:

Inflamación de los bronquios y los pulmones.

Cianosis:

Color amoratado por falta de oxígeno; coloración --- azul, negruzca o lívida de la piel causada por trastorno circulatorio.

Coefficiente intelectual:

Índice que se emplea para valorar la inteligencia de un individuo. Se calcula de acuerdo con la capacidad de respuesta frente a ciertas pruebas o tests adecuados a cada edad. Por definición, el individuo normal medio tiene un coeficiente intelectual de 100; si el coeficiente es más alto tendrá una inteligencia superior a la media; mientras que si es inferior se considera retrasado.

Crónico:

Enfermedades largas o dolencias permanentes.

Deductivos:

Que obra por deducción; (modo de razonar que saca de los hechos generales, conclusiones particulares).

Déficit hormonal:

Parte que falta de las sustancias químicas producidas por las glándulas de secreción interna, que se vierte en el torrente circulatorio o en los espacios intersticiales. Actúan en cantidad ínfima y rigen los principales procesos orgánicos.

Deformaciones congénitas:

Desfiguraciones existentes al nacer, pero no necesariamente heredadas.

Deformaciones somáticas:

Desfiguraciones del cuerpo.

Densidad de población:

Es el número de personas que habitan un lugar de -- acuerdo a la extensión territorial.

Descendencia:

Sucesión o conjunto de hijos y demás descendientes -- por línea directa.

Desnutrición:

Trastorno de la nutrición caracterizado por el exceso de desasimilación sobre la asimilación. Cuando la alimentación es insuficiente en contenido calórico y el organismo consume más calorías para realizar sus funciones que las que recibe en la dieta, el faltante -- tiene que obtenerlo de las sustancias de su propio organismo.

Dieta:

Régimen, género de vida. Régimen alimenticio de enfermos o convalecientes.

Embarazo:

Situación en la que se tiene un embrión o feto en desarrollo en el cuerpo. Período desde la concepción -- hasta el nacimiento.

Embutidos:

Hacer embutidos meter una cosa dentro de otra y apretarla.

Emigración:

Acto de salir de un individuo de su lugar natal, con el fin de establecerse de manera definitiva en otros lugares.

Enfermedades metabólicas:

Alteraciones más o menos graves del conjunto de transformaciones físicas, químicas y biológicas que las -- sustancias ingeridas experimentan en el organismo. El metabolismo comprende dos partes: Una de síntesis denominada anabolismo, en la que el organismo forma la materia propia, y otra de degradación o utilización -- de los productos previamente sintetizados, denominada catabolismos, en la cual el organismo obtiene la energía necesaria para llevar a cabo sus funciones.

Enterovirus:

Intestino infectado por gérmenes microscópicos productores de varias enfermedades contagiosas.

Epidemia:

Rápida difusión de una enfermedad contagiosa, en una zona más o menos extensa.

Epígrafe:

Título de un capítulo. Letrero, pensamiento, sentencia.

Escorbuto:

Enfermedad por carencia debida a la ausencia en la --
alimentación de vitamina C, contenida en las legum --
bres y en las frutas frescas. El escorbuto puede re --
vestir una forma endémica, golpeando a las colectivi --
dades cuyos miembros están sometidos a un mismo régi --
men carencial (prisioneros). Se manifiesta por cansan --
cio, debilidad, resequedad de la piel, predisposición --
a las hemorragias, encías hinchadas, ulceradas y san --
grantes y pérdida de dientes.

Fisuras:

Grieta, hendidura, rendija, raja, fractura de un hue --
so.

Frenético:

Exaltado, enajenado.

Genética:

Ciencia que estudia los fenómenos de la herencia y --
los referentes a la variación de las especies bioló --
gicas.

Habilidad culinaria:

Capacidad, inteligencia para la cocina. Para la pre --
paración de los alimentos cociéndolos, asándolos, hir --
viéndolos o guisándolos de manera que adquieran el me --
jor sazón.

Hematíes:

Glóbulos rojos de la sangre, coloreado por la hemoglo --
bina. En un mm^3 de sangre humana hay cinco millones --
de glóbulos rojos.

Herencia:

Transmisión a los hijos de los caracteres de los pa --
dres.

Hipotético-deductivo:

Suposición que se hace para explicar un hecho o proce --
so, partiendo de lo general a lo particular.

Hito:

Firme, fijo.

Incidencia:

Lo que sobre viene en el curso de un asunto.

Infrahumanas:

Que están por debajo de lo humano.

Inhalar:

Aspirar, absorber por las vías respiratoria.

Inmundicias:

Suciedades, basuras, porquerías.

Inmunes:

Exentos, libres. Resistencia del organismo al ataque de los gérmenes patógenos.

Imprescindibles:

Necesarios, obligatorio, forzoso, indispensable, insustituible.

Insalubres:

Dañosas a la salud.

Interacción:

Acción recíproca entre individuos o pueblos, o entre éstos y el ambiente en que viven.

Lábiles:

Son los cuerpos poco estables al calor (ciertas proteínas, las vitaminas).

Lactante:

Que se cría con leche. Niño en período de lactancia, generalmente hasta cumplir un año de edad.

Meninges:

Cada una de las tres membranas que envuelven el encéfalo y la médula espinal: piamadre, aracnoides, que contiene el líquido cefalorraquídeo, y duramadre, que es un tejido exterior de protección.

Meningitis:

La meningitis es una enfermedad microbiana que provoca la inflamación de las meninges. La meningitis tuberculosa es producida por el bacilo de Kock, y la meningitis cerebro espinal es epidérmica, causada por el meningococo.

Metabolismo:

Proceso químico que tiene lugar en un organismo o --

parte de él, incluye el desdoblamiento de los compuestos orgánicos, desde su forma compleja hasta la simple.

Nacimiento prematuro:

Acto de nacer, salir del vientre materno antes de tiempo.

Nefritis:

Inflamación de los riñones.

Neurosis:

Conjunto de enfermedades cuyos síntomas indican un trastorno del sistema nervioso, sin que aparezcan lesiones de dicho sistema, el sujeto es consciente de su estado y desea vivamente curarse.

Neurótica:

Relativo o perteneciente a la neurosis o que la padece, dicese del sujeto de temperamento nervioso que se deja fácilmente dominar por sus emociones e impulsos.

Nicotina:

Sustancia líquida y volátil que constituye el principio activo del tabaco. Se usa como insecticida por ser muy venenosa. Su nombre se deriva del francés Juan Nicot.

Nutrición:

Conjunto de funciones por medio de las cuales las células toman alimentos del medio externo, los transforman, los incorpora a su protoplasma, y de esta manera repone sus pérdidas materiales y energéticas que tienen durante sus funciones vitales.

Nutrientes:

Sustancias generalmente naturales y de composición compleja que asociada a otros alimentos en proporciones convenientes, es capaz de asegurar el ciclo regular de la vida de un individuo.

Nutrimentos:

Sustancias alimenticias que pueden ser asimiladas directa y completamente, sin necesidad de sufrir la acción digestiva.

Nutrióloga:

Persona que estudia el tratado o la ciencia de los procesos nutritivos en los seres vivos en especial en el hombre.

Orquitis:

Inflamación de los testículos.

Pancreatitis:

Inflamación del páncreas.

Pandémicas:

Enfermedad que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región.

Patológicas:

Relativo a la patología. Ciencia que estudia las enfermedades. Se dice de todo lo que implica sufrimiento, inadaptación o irresponsabilidad, mórbido, enfermizo, irregular.

Patólogos:

Estudia la patología. Ciencia que estudia las enfermedades.

Pelagra:

Enfermedad producida por falta de vitaminas; se caracteriza por trastornos nerviosos y digestivos.

Placenta:

Organo semejante a un pastel que conecta el feto con el útero por medio del cordón umbilical y a través del cual se alimenta el feto y se eliminan los productos de desecho. Lo que se expulsa en el alumbramiento.

Precaria:

De poca estabilidad, inseguro, pasajero.

Procrear:

Engendrar, procurar una especie, multiplicar.

Promiscuidad:

Mezcla, confusión.

Proteínas:

Compuestos químicos muy complejos que se encuentran como constituyentes esenciales en toda célula viva:

en la sangre, en la leche, en los huevos y en toda --
clase de semillas; son sustancias alquiminóideas de un
amplio grupo de compuestos de aminoácidos y de peso -
molecular elevado, que forman con el agua soluciones
coloidales o salinas diluídas; cristalizan muy difí -
cilmente y carecen de punto de fusión definido.

Prueba hematológica:

Razón con que se demuestra el estudio histológico de -
la sangre.

Prurito:

Comezón, picazón.

Psicobiológico:

Relacionado con el alma y el origen de los seres vi -
vos.

Psiquiatra:

Médico especialista en enfermedades mentales.

Psíquico:

Relativo al alma.

Raquitismo:

Enfermedad ósea de la nutrición propia de la infan --
cia, debida a la deficiencia de calcio y vitamina D.-
Efectos: reblandecimiento óseo craneal, dentición re -
trasada y deformación ósea en los miembros y en el -
tronco. Su tratamiento exige la ingestión de Vitamina
D, helioterapia y cura de rayos ultravioletas.

Refractorias:

Personas que rehúsan.

Retraso mental:

Denominado también oligofrenia, es una deficiencia en
el desarrollo de la inteligencia. Los niños afectados
acusar una escasa capacidad de razonamiento de com --
prensión, de juicio y de memorización, lo que dificul -
ta el aprendizaje y la adaptación social.

Sicosis:

Nombre general de todas las enfermedades mentales.

Subsistir:

Vivir, existir, conservarse en vigor.

Tensión:

Se consideran presionadas ante las fuerzas que tienden a deformarlos, desacuerdos en las relaciones entre los estados, entre las clases sociales o entre los partidos políticos.

Tergiversado:

Deformar intencionadamente un argumento, un relato o las palabras de alguien.

Triquina:

Gusano parásito del hombre, cerdo, perro, etc. Se transmite de un animal a otro por ingestión y se encuentra en los músculos. La infección provoca en el hombre graves síntomas (triquinosis) y con frecuencia la muerte; se adquiere por vía digestiva al comer carne de puerco contaminada.

Utero:

Organo hueco, piriforme, de la mujer, dentro del cual se desarrolla el feto.

Vacuna:

Sustancia que, inoculada a un individuo, le inmuniza contra una enfermedad. La vacuna contra la viruela la inventó Edward Jenner Inglés, 1798; la antipoliomielítica, J. Salk, norteamericano, de 1953 a 1955; la antirrábica Luis Pasteur, francés, en 1885; Existen además vacuna antidiftérica, antitífica, antitetánica y muchas más.

Vitamina C:

(Acido ascórbico): vitamina indispensable para el hombre; soluble en el agua. Su deficiencia causa escorbuto. Evita la formación de colágeno, por ejemplo en la cicatrización de las heridas. Es transportador del hidrógeno; está presente en todos los tejidos del organismo, especialmente en las glándulas endocrinas. Se encuentra en los cítricos. El requerimiento diario es de 75 mg.

BIBLIOGRAFIA

- CENDERO CUIEL, Luis. Elementos de higiene. México, Ed. Porrúa. S. A. 1977 (c 1977) 405 p.
- ESCARDO, Florencio Profr. Dr. Enciclopedia Gastronómica Infantil. Buenos Aires, Argentina, Ed. Codex, S. A. 1969 (c 1969) 329 p.
- FERNANDEZ CRUZ, A. El libro de la Salud. Barcelona España - Ed. Danae, 502 p.
- FERNANDEZ G. Luis. Enciclopédico Universo. Diccionario de la Lengua Española. 3a. ed. México, D. F. Ed. Fernández, S. A. 1982 (c 1982) 1200 p.
- GOMEZJARA, Francisco A. Sociología. 9a. ed, México, D. F. - Ed. Porrúa, S. A. 1982 (c 1982) 472 p.
- GONZALEZ BLACKALLER, Ciro E, et. al: Nueva Dinámica de la Vida Social. México, Ed. Herrero, S. A. 1985 (c 1985) 284 p.
- GONZALEZ MEDELLIN, Francisco Javier. et al: Ciencias Sociales 1. El hombre en el mundo de hoy. 32. ed. México, - Ed. Trillas, S. A. C. V. 1984 (c 1978) 206 p.
- HOLDER WHEELER, Raymond, y THEODORE PERKINS, Francis. Fundamentos del desarrollo Mental. Tr. Profr. Domingo Tirado Benedí. México, Ed. Hispano-Americana, 1945 (c 1945) 306 p.
- KITZINGER, Sheila. Embarazo y Nacimiento Tomo 1. Tr. J.A. -- Domínguez Delgado. Madrid, Ed. Importécnica, S. A. Madrid, 1984 (c 1984) 198 p.
- NOVEDADES DE ACAPULCO. V. LXXIII. n. 6559 lunes 18 de mayo de 1987: 1. 2ª. Col. 2. 3. 4. 5.
- NOVEDADES DE ACAPULCO. V. LXXIII. n. 6579. Domingo 7 de junio de 1987: 3. 1ª. Col. 3. 4. 5. 6. 7. 8.
- PIAGET, Jean. Seis Estudios de Psicología, Ensayo 7ª. ed. - Tr. Nuria Petit. México. Ed. Seix Barral, S. A. 1975 - (c 1975) 227 p.
- ROWAN WILSON, John. La mente. Tr. Rosa María Carreto de Escalona. México, D. F. Ed. Offset Larios, S. A. 1976 -- (c 1976) 200 p.
- SCHULTZ WILD, Lore, y MUÑOZ LOPEZ F. Dr. El Libro de la Ma-

dre y el Niño. Tr. Mauricio Wiesenthal. Barcelona España, Ed. Danae, S. A. 496 p.

SOLA MENDOZA, Juan. Introducción a las Ciencias de la Salud. México, Ed. Trillas, S. A. 1978 (c 1978) 372 p.