

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

**LOS DESAYUNOS ESCOLARES Y EL  
DESARROLLO DEL NIÑO EN EDAD  
PREESCOLAR**

**PROPUESTA PEDAGOGICA  
PARA OBTENER EL TITULO DE:**

**LICENCIADA EN EDUCACION BASICA**

**PRESENTADA POR:**

**MARIA GUADALUPE CRUZ GASPAR**

**VILLAHERMOSA, TAB, 1994.**

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Villahermosa, Tabasco, a 19 de Sept. de 1994.

C.Profr. ( a ) MARIA GUADALUPE CRUZ GASPAR  
( Nombre del egresado )

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación alternativa: PROPUESTA PEDAGOGICA

titulado : "LOS DESAYUNOS ESCOLARES Y EL DESARROLLO DEL NIÑO EN EDAD PREESCOLAR" 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



Virginia Del C. Domínguez S. E. P.  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL  
LIC. VIRGINIA DEL C. DOMINGUEZ E. 71  
VILLAHERMOSA, TAB.

/&&&&

VCDE\*1.

D E D I C A T O R I A

A DIOS NUESTRO SEÑOR  
POR HABERME ILUMINADO PARA  
TERMINAR ESTE ESCALON MAS

CON CARIÑO Y RESPETO A MIS PADRES:  
SR. LUCIO CRUZ SANCHEZ  
SRA. LUCIA GASPAR DE CRUZ  
POR SU APOYO Y CONFIANZA QUE ME  
BRINDARON PRA LLEGAR A REALIZARME.

A MI ADORACION: RODRIGO ALBERTO  
GOMEZ CRUZ, QUE CON SUS ALEGRIAS  
ME HA IMPULSADO A SEGUIR ADELANTE.

CON PROFUNDO CARIÑO A MI:  
ABUELITA, HERMANOS, SOBRINOS  
Y TIOS.

A TI EN ESPECIAL.

## I N D I C E

	Págs.
INTRODUCCION .....	1
<b>CAPITULO I</b>	
<b>DESCRIPCION Y AUTODIAGNOSTICO DE LA PROBLEMÁTICA</b>	
A).- Concepción de la problemática docente.....	4
B).- Indagación o investigación de campo.....	6
<b>CAPITULO II</b>	
<b>FUNDAMENTACION DEL PROBLEMA ELEGIDO</b>	
A).- Estudio teórico .....	9
B).- Confrontación entre teoría e investigación de campo y desarrollo del niño según Piaget con sus 4 estadios Etapa preoperatoria .....	32
<b>CAPITULO III</b>	
<b>FORMULACION DEL PROBLEMA Y PROPUESTA DE SOLUCION</b>	
A).- Problema, objetivo y justificación .....	36
<b>CAPITULO IV</b>	
<b>OPERACIONALIZACION DE LA PROPUESTA Y EJECUCION DEL PROYECTO</b>	
A).- Acciones preeliminares y sensibilización comunitaria.	41
B).- Comunidad comprometida en el proyecto .....	46
c).- Evaluación permanente de las acciones y balance de resultados .....	48
CONCLUSIONES .....	50
SUGERENCIAS .....	51
BIBLIOGRAFIA .....	53
ANEXOS .....	54

## I N T R O D U C C I O N

El presente trabajo plantea la necesidad de investigar un problema que tiene implicaciones dentro de la docencia y que ha llevado a que el proceso enseñanza-aprendizaje en los educandos sea de bajo aprovechamiento, a raíz de múltiples factores que se detallarán en la presente propuesta, como resultado se espera la transformación de la tarea educativa y tratar que cada individuo desarrolle todo el potencial de conocimientos para que los utilice en beneficio propio y de la sociedad en general.

La labor docente es una práctica social, por lo tanto se mantiene inmersa en la comunidad y medio ambiente que lo rodea por tal motivo, la intención de este proyecto, es dar respuesta por medio de la acción participativa de los maestros, alumnos, padres de familia y autoridades en general al problema que se presenta en los niños en el nivel preescolar.

El documento en general se encuentra estructurado en 4 capítulos siguientes:

El capítulo I hace referencia de la descripción y diagnóstico de la problemática docente. Sus apartados son:

- A).- Concepción problemática.
- B).- Indagación ó investigación de campo y análisis de la problemática elegida.

En este capítulo se vislumbran los problemas que afectan la enseñanza-aprendizaje de los alumnos; de todo ello

mediante la investigación de campo, utilizando los instrumentos para la recolección de datos, como la observación y la encuesta por entrevista, se seleccionó el problema de la deficiente alimentación en los niños, que origina la desnutrición infantil.

En el capítulo II, consiste en la fundamentación del problema elegido. Sus apartados son:

- A).- Estudio teórico.
- B).- Confrontación entre teoría e investigación de campo.

Toca a este capítulo enunciar las teorías que fundamentan la problemática elegida, basados en los siguientes autores: Henry Wallon, Dr. Julio M. Torroella, Jean Piaget, Victor C. Vaughan, Robert J. Brady, Corine H. Robinson entre otros -- especialistas en psicología evolutiva, biología, nutrición y dietética. Sobre las características del desarrollo y crecimiento del niño aunado a la evolución mental y psíquica determinado por la alimentación adecuada.

En el capítulo III, se detalla la formulación del problema y la propuesta de solución. Sus apartados son:

- A).- Problema, objetivo y justificación.
- B).- Propuestas pedagógicas.

Corresponde a este capítulo el enunciar la problemática definida así; el bajo nivel de aprovechamiento es consecuencia de la deficiente alimentación que reciben en sus hogares. Con los objetivos que nos proponemos alcanzar, y la justificación del porque de la elección de este problema.

Se determina propuesta pedagógica como alternativa de solución, basada en el establecimiento de los desayunos escolares en el nivel preescolar, asociado con el plan de activi

dades a desarrollar.

El capítulo IV, se describe la operacionalización y ejecución del proyecto. Sus apartados son:

- A).- Acciones preeliminares, sensibilización comunitaria.
- B).- Comunidad comprometida en el proyecto.
- C).- Evaluación permanente de las acciones y balance de resultados.

Corresponde al último capítulo mencionar la labor de sensibilizar a la comunidad para llevar a cabo el proyecto de salud de las comunidades donde se realizó este proyecto el cual fué en el Jardín de Niños "Carmita Paredes Saldivar" de la Colonia La Manga del municipio del Centro, Tabasco en el tercer grado grupo B.

Por último se determina la evaluación y balance de resultados de dicha comunidad antes mencionada donde su meta principal es educar a las madres de familia en la alimentación nutritiva basandose en la producción de la comunidad y las variedades de alimentos que se encuentran en el estado, también ayudar al niño a un mejor rendimiento educativo y en su desarrollo físico y mental que favorezcan su creatividad.

## C A P I T U L O   I

### DESCRIPCION Y AUTODIAGNOSTICO DE LA PROBLEMATICA

A).- Concepción de la problemática docente:

La educación es una práctica social en constante relación directa con la naturaleza y especialmente con la sociedad en general es tomada como un proceso en el cual el individuo desarrolla sus capacidades intelectuales y morales, saberes que se transmitirán de generación en generación como (cultura, conocimientos, valores, bienes culturales, normas y tradiciones).

Dentro de esta realidad auténtica, nuestra práctica docente es dinámica porque se encuentra en movimiento y muestra constantes cambios determinados por el contexto social en que se produce, debido a las interacciones del maestro, el alumno, la sociedad y el medio ambiente, sólo así se puede justificar la producción o construcción del conocimiento.

De la manera en que el medio se presta para el desarrollo de nuestra práctica docente, también establece límites y obstáculos que hacen que los objetivos de aprendizaje no sean alcanzados correctamente, ante estos problemas no encontramos inmersos, palpamos esta realidad, pero estamos concientes de que analizandolas, buscando sus raíces y actuando sobre ella - podemos mejorarlo no en su totalidad, pero sí hasta cierto grado, con participación activa de la comunidad en general.

Las circunstancias que viven la mayoría de los niños en el seno familiar se reflejan en nuestra práctica docente, - pues son llevados al aula con actitudes y comportamientos coti-dianos, que aceptamos como problemas serios, pues son claves - en la mayoría de las ocasiones en el bajo aprovechamiento gene-ral de los alumnos. Esto nos hizo reflexionar que nuestra acti-vidad docente requiere de mayor esfuerzo, como consecuencia -- nos preguntamos ¿Cuáles son los factores de ese bajo aprovecha-miento? de ahí nació la inquietud de investigarla con deteni-miento con la ventaja que el centro de trabajo nos brinda la - oportunidad de poner en práctica el proyecto basado en la si-tuación detectada.

De la observación efectuada en nuestras aulas y en - la comunidad sobre los factores que más inciden en la problemá-tica docente, encontramos los siguientes:

- Programas y libros de actualización: diseñados por la Secre-taría de Educación Pública (S.E.P.) para el nivel de prees-colar, solo hay que adaptarlos al medio en que se desenvuel-ven los niños.
- La influencia de los medios masivos de comunicación: que --distorciona la mentalidad del niño al producir programas de poco mensaje pedagógico y que los afecta en sus hábitos cul-turales y alimenticios.
- La alimentación: observamos que nuestros alumnos reflejan la características de mal alimentados, como consecuencia --falto de ganas para la realización de las actividades ---diarias.
- La administración laboral y sindical: se encuentra desorga-nizada y nos lleva a invertir el tiempo fuera del aula, por

los conceptos de juntas administrativas, sindicales y en la elaboración de documentos o vanos trámites burocráticos.

Después de analizar minuciosamente los factores detallados con anterioridad, hay algo que nos llamó la atención y que es el que más afecta el aprendizaje de los educandos; la alimentación que reciben en sus hogares, toda vez que en la realidad notamos que en la mayoría de los alumnos, que tienen un bajo nivel de aprovechamiento se les observa un aspecto enfermizo, los restantes están habituados a consumir alimentos de poco valor nutritivo (refrescos embotellados, sabritas, golosinas, etc.)

Esto nos llevó a buscar pruebas que justifiquen la veracidad de tal situación, para ello decidimos investigar más profundamente.

B).- Indagación e investigación de campo.

Con la finalidad de recabar mayor información sobre el problema de la alimentación, decidimos indagar en el salón de clases y en la comunidad partiendo de la cotidianidad y la experiencia de los habitantes en el medio rural y urbano, seleccionamos las técnicas e instrumentos más apropiados para la recopilación de datos. Que fué la observación directa y la encuesta por entrevista.

Se puede asegurar que los resultados que son obtenidos de tal investigación, lo determina la eficacia y conocimiento con que sea llevado a la práctica, así como la cercanía y la relación que él maestro tenga con la comunidad, esto facilita adentrarse a las actividades y enterarnos de las inquietudes, expectativas, costumbres y tradiciones de los encuestados

así como su medio económico social, cultural, etc. en el que se encuentran ubicados.

La observación directa la utilizamos en las aulas de trabajo con los alumnos y encontramos que la mayoría tiene la apariencia de desnutridos y sin ganas de realizar las actividades diarias, frecuentemente se les vé bostezar. En el tiempo de receso se logró obserar que la mayoría de ellos tienen preferencia por el consumo de refrescos embotellados, sabritas y galletas; la otra parte de los alumnos lleva consigo a la escuela, en botes de plásticos bebidas como café, kool-aid, choco milk etc.

Por otro lado aplicamos una encuesta en visitas domiciliarias realizadas a modo de cuestionario a los padres de familia en el cual, las preguntas enfocaron al tipo de alimentación que recibían los niños en sus casas, con que, y ellos nos suministraron los siguientes datos. Los padres de familia contestaron que antes de ir a la escuela les dan a tomar café, pinole con pan, a veces nada, al mediodía solo les dan un posillo de pozol, para más tarde comer lo que se denomina almuerzo consistente en una taza de caldo con una ración de carne ya sea de res o de ave, la mayor de las veces se trata de frijoles, son raras las ocasiones que consumen pescados u otros alimentos, porque su situación económica es muy crítica.

Las encuestas por entrevistas domiciliarias fueron con preguntas abiertas, se les aplicó a padres de familia, las interrogantes se basaban sobre sus ocupaciones, ingresos, tipo de alimentación y las consecuencias que pueden tener sus hijos y la participación voluntaria en algún plan de actividades que ayuden a mejorar esta situación.

Los resultados son alarmantes, la mayoría dijo pertenecer a la clase obrera, campesina y labores del hogar. De

ahí sus ingresos económicos sean mínimos, por lo tanto no les alcanza para dar a sus hijos una alimentación adecuada, ellas se justificaron por carecer de conocimientos en la preparación y el modo en que se debe comer, además el tiempo no les dá -- para dedicarlo a sus hijos porque en ocasiones ayudan en la -- economía del hogar en el lavado y planchado de ropa ajena.

También entrevistamos al médico del centro de salud de la comunidad sobre que opinaba acerca del problema de la deficiente alimentación; está investigación nos arrojó lo siguiente: éste es un problema que se da en todos los medios, así lo han constatado pues mensualmente al rendir su informe de actividades, estas son las enfermedades gastrointestinales las que más atención proporciona, producto de la inadecuada alimentación e higiene que se tiene en su preparación de estos. Se realizó en cada uno de los niños el estudio de talla y peso -- con el apoyo del médico y enfermera del centro de salud, proporcionandonos una escala muy baja en su proceso de desarrollo comprobandose que el índice nutricional es bajo.

Con todas las evidencias recogidas tanto en la observación como por las entrevistas realizadas en las aulas y en la comunidad, concluimos con la aproximación de que un 80% de los alumnos reciben una desbalanceada alimentación, mientras que un 20% más o menos cumplen con los requerimientos necesarios. Esto nos convence que la desnutrición es el factor que afecta el aprendizaje de los alumnos, y que es la causante -- principalmente de los malos hábitos alimenticios.

## C A P I T U L O    I I

### FUNDAMENTACION DEL PROBLEMA ELEGIDO

#### A).- Estudio teórico.

En la actualidad los conocimientos relacionados con nutrición y las características del crecimiento y desarrollo de las etapas de un niño en edad preescolar es un tema preocupante y se ha comprobado que es uno de los factores determinantes en la formación de los hombres y por lo tanto en él -- progreso de una comunidad.

Sabemos que la alimentación juega un papel importante para que los niños tengan un crecimiento adecuado, ya que los requerimientos nutricionales varían en relación directa con -- la velocidad del crecimiento y su desarrollo, es por ello que los primeros años de vida, los requerimientos son mayores proporcionalmente que en otra época.

Los seis primeros años de vida del ser humano son definitivos para su vida posterior pues se caracterizan por un -- acelerado crecimiento y por un importante desarrollo neurológico y emocional, los cuales mantienen estrecha relación con las condiciones hereditarias o genéticas del individuo, así -- como el ambiente físico y cultural que impera a su alrededor. Para que estos procesos se lleven a cabo de una manera óptima requieren de un buen estado de salud y de una adecuada nutrición.

Durante esta etapa de la infancia, se establecen los primeros hábitos alimentarios del individuo, los cuales estarán influenciados de una forma importante por las costumbres

y valores de la comunidad en que habita. Estos podrán perdurar a menos que exista un cambio interno o externo drástico, a lo largo de su vida. Si en la educación y formación de hábitos en los niños deben tener conocimientos acerca de las características de la alimentación de los niños según su edad, de los nutrientes que cada alimento proporciona, la forma de adquirirlos y de prepararlos; de esta manera se evitarán estados desfavorables en el crecimiento, maduración y desarrollo de los niños -- como serían la desnutrición o la sobrealimentación; pues la primera provoca un retardo físico y mental y como consecuencia modificación en la constitución de los adultos.

De igual manera, la sobrealimentación suele presentarse en dicha etapa, interfiriendo en la formación de hábitos y en la limitación de intereses alimenticios, además de la consecuente aparición de obesidad en edades posteriores. Es por ello que el estado de nutrición del individuo influye a corto, mediano, y largo plazo en la educación, la cultura y la economía del país, la alimentación adecuada de la población constituye un factor muy importante para el progreso social.

De acuerdo a investigaciones realizadas en diferentes campos de estudio se dice "para que la alimentación sea correcta debe tener las calorías suficientes, completas en nutrientes equilibradas, adecuadas y estéril". Esto es, que de nada sirve que la alimentación sea completa y equilibrada si los alimentos contienen gérmenes que enferman al niño y a veces hasta le causan la muerte. A éste respecto conviene recordar que la neumonía, las infecciones gastrointestinales, son las causas más importantes de mortalidad infantil en vías de desarrollo. (1)

(1) Torroella, J. Libro de pediatría para padres responsables, México, Editorial Patria, Pág. 67, Edic. 1975.

La Dra. Corine H. Robinson, asienta: la falta de peso es un problema de importancia en el crecimiento, una dieta que no satisfaga estas necesidades altera el desarrollo del niño, con menor de peso de lo normal, o una talla más pequeña no posee capas subcutáneas que es donde se alojan parte de la energía, complección mal desarrollada, es más sensible a la fatiga, le es difícil estar en actividad físico-escolar, y existe retraso en su etapa preescolar y agrega, "Un niño débil permanece pasivamente, no se motiva por participar e investigar lo que sucede a su alrededor". (2)

"El niño débil permanece donde se le coloca sin investigar lo que le rodea como no lo haría un niño normal". (3)

Según el Dr. Medellín, "La desnutrición interviene como causa en el menor tres cuartas partes de las enfermedades y muertes de los niños y de cada diez mueren de 4 años, teniendo como causa directa o indirecta a la desnutrición severa y uno de cada cuatro niños tiene deficiencias nutricias de algún tipo". (4)

Henri Wallon, nos dice que "La educación nutricional consiste en estimular a la gente para que modifique su forma de vida, con mira a mejorar su salud y nutrición por medio de un mejor empleo de los recursos disponibles tanto tradicionales como modernos, tanto lo naturales como los elaborados -- por el hombre, convenciendolo por medio de conceptos culturales diferentes en materiales de alimentos, enfermedades y moti

(2) Corine H. Robinson.- Nutrición infantil, Editorial Cecsá México, Pág. 380.

(3) Robinson H.- Biblioteca de nutrición, Tomo 2, México, Cecsá, Pág. 381, Edic. 1980.

(4) Cuadernillo de Nutrición, México, Instituto Nacional de la Nutrición, Pág. 24.

varlos para que ejecuten los cambios". (5)

Es por ello que al observar que la deficiente alimentación es un factor limitante en nuestro trabajo docente, nos dimos a la tarea de fundamentarla en las diversas teorías que sirvan de base para el estudio sólido de nuestro problema a esté respecto hemos tratado los siguientes: Wallon en el marco de la psicología genética, analiza el desarrollo de la personalidad del niño. Se preocupa por la totalidad infantil --pués sus caracteres están formados por átomos ó radicales diversamente unidos y combinados estrechamente relacionados con el mundo que lo rodea, a partir de esto concibe al niño como una unidad biopsíquico-sociológico. (6)

En otra de sus teorías en concordancia con lo anterior, él mismo distingue tres factores evolutivos de igual importancia que moldean el desarrollo del niño y son: el biológico, psicológico y sociológico.

En relación con ésta teoría, el Dr. Torroella dice: "El niño presenta la maduración biológica de los padres, y tienen la responsabilidad de guiarlos y dirigir su crecimiento y desarrollo, según los moldes culturales aceptables para él, -- los padres y la sociedad, al mismo tiempo producir la individualidad y auto expresión necesaria en sus hijos para que pueda transformarse en adulto capaz de desarrollar su potencial creativa y es el seno familiar y la escuela que deben cumplir con ésta tarea". (7)

- (5) Palacios, Jesus. Condiciones evolutivas de educación, Cuaderno de Pedagogía, Núm. 63, Págs. 14-17. Edic. 1980.
- (6) Alphantery Gratiot L. Zazzo René. Tratado de Psicología del Niño. Editorial Morata, Vol. Núm. 4, Pág. 225.
- (7) Torroella, Julio Manuel.- Pediatría, Editorial Mendéz Oteo Págs. 6 y 7.

Por su parte la teoría de Jean Piaget, tiene implicaciones en la educación, dentro del marco de la psicogenética - hace mención que el desarrollo del conocimiento se da mediante procesos, que están vinculados con el desarrollo del cuerpo humano, del desarrollo del sistema nervioso y el de las funciones mentales. Concluye diciendo: que el desarrollo es un proceso que se relaciona con la totalidad de las estructuras del conocimiento. (8)

Lo expuesto anteriormente, nos explica la importancia de estos aspectos en el crecimiento y desarrollo del niño, por lo que la deficiencia de algunos, hará que su desarrollo - sea insuficiente. Al reflexionarlo notamos que la calidad nutritiva determina el desarrollo biológico del niño, ya que provee al cuerpo de sustancias que necesita, especialmente en el niño que cursa la educación preescolar y que es el momento que nos ocupa a nosotras las educadoras para estimularlo adecuadamente y es la edad más importante en el proceso de desarrollo del niño es por eso que Piaget estudia al niño de una forma - más exacta, me ubico dentro de lo que es su teoría psicogenética para hablar a cerca de los importantes estudios que el ha - obtenido estudiando con la finalidad de que el niño se le eduque de acuerdo a su desarrollo para que este proceso sea integral.

Es por ello que Piaget dividió su estudio del proceso de desarrollo intelectual e integral en cuatro períodos, de acuerdo a las características propias de ciertas edades.

Periodo senso-motriz: de 0 a 2 años aproximadamente.  
Periodo preoperatorio: de 2 a 4 años aproximadamente.

(8) U.P.N. Niño, Desarrollo y Aprendizaje, México, Pág. 24.

Periodo de las operaciones concretas: de 7 a 11 años aproximadamente.

Periodo de las operaciones formales: de 11 años en adelante.

Periodo sensomotor o sensorio-motriz: Durante los dos primeros años de vida, los niños atraviezan el estadio sensomotor del desarrollo cognocitivo, su aprendizaje depende casi por entero, de experiencias sensoriales inmediatas y de actividad motora o movimientos corporales.

Entre los aprendizajes más significativos que ocurren en este periodo se encuentra el del concepto a objeto o permanencia del objeto. A través de interactuar con el ambiente, el niño descubre que los objetos no desaparecen cuando están fuera de su vista, sino que siguen existiendo aún cuando no estén fuera de su vista, sino que siguen existiendo aún cuando no estén en su presencia.

Durante este primer estadio el niño entiende muy poco del lenguaje, se comunica preverbalmente con su madre a través del llanto o señas, para que satisfaga su necesidad.

Periodo preoperatorio: Este estadio comprende la etapa preescolar, ya que abarca aproximadamente entre los dos o dos y medio años, hasta los seis o siete años.

Se considera como una de las etapas, a través del cual el niño va construyendo sus estructuras que darán sustento a las operaciones concretas del pensamiento, a las estructuras del tiempo, del espacio y la casualidad a partir de las acciones.

A diferencia del periodo anterior (senso-motriz), en el que todo lo que el niño realizaba estaba centrado en su pro

pio cuerpo y en sus propias acciones, a un nivel puramente perceptivo motriz, enfrenta ahora, la dificultad de reconstruir en el plano del pensamiento y por medio de la representación, lo que ya había adquirido en el plano de las acciones.

A lo largo del periodo preoperatorio se va dando una diferenciación progresiva entre el niño como sujeto que conoce y los objetos de conocimiento con los que interactúa, proceso que se inicia desde una total indiferenciación entre ambos hasta llegar a diferenciarse, pero aún en el terreno de la actividad concreta. Es por ello que aprovechamos este periodo para fomentar en el niño hábitos de higiene y alimentación pues es un momento de formación de hábitos más que en ningún otro momento.

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

El carácter egocéntrico del pensamiento del niño podemos observarlo en el juego simbólico o juego de imaginación y de imitación; por ejemplo, la comida, las muñecas, la casita, etcétera, en donde hay una actividad real del pensamiento, esencialmente egocéntrica, que tiene como finalidad satisfacer al yo, transformando lo real en función de los deseos.

Acerca de cómo piensa el niño y de la representación que tiene del mundo, el análisis de las preguntas que hace, de los "¿Por qué?" tan frecuentes entre los tres y siete años, nos revela un deseo de conocer la causa y la finalidad de las cosas que sólo a él interesan en un momento dado y que asimila

a su actividad propia, aprovechando esta función simbólica retroalimentamos los hábitos alimenticios ya que es muy natural que las niñas representen actividades de su vida cotidiana.

Como manifestaciones de la confusión e indiferenciación entre el mundo anterior o subjetivo y el universo físico, el pensamiento del niño puede apreciarse en características -- como:

El animismo, o sea la tendencia a concebir las cosas los objetos como dotados de vida; lo que tiene una actividad - es una cosa viva, lo que se mueve como los astros, los fenómenos naturales, están vivos, y los objetos inertes se les anima. Este animismo resulta de la asimilación de las cosas a la actividad que el mismo niño realiza, a lo que él puede hacer y sentir.

El realismo, esto es, cuando el niño supone que son reales los hechos que no se han dado como tales; por ejemplo, los sueños, los contenidos de los cuentos, etcétera.

Estas diferentes manifestaciones del pensamiento se caracterizan por haber en ellas una asimilación deformada de la realidad, siendo manifestaciones incipientes del pensamiento en que los aparentes "errores" del niño son totalmente coherentes dentro del razonamiento que él mismo se hace.

El avance hacía la descentración puede ser grandemente favorecido por la riqueza de experiencias que el medio brinda al niño, por la calidad de las relaciones con otros niños y con los adultos. La cooperación en el juego grupal, de la que hablamos anteriormente, juega un papel muy importante ya que es una forma a través de la cual el niño comprende que hay otros puntos de vista diferentes al suyo, con lo que poco a poco se va coordinando y que lo conectan con otros modos de ser y de

actuar, es por ello que el adulto tiene que intervenir muy de cerca en el proceso enseñanza-aprendizaje pues la alimentación del niño depende de las decisiones del adulto en cuanto al tipo de alimentos y preparación de los mismos.

A continuación señalamos los aspectos sobresalientes que caracterizan esta etapa del desarrollo, los que concurren para la estructuración progresiva del pensamiento y en general de la personalidad del niño. Adquieren especial relevancia en el programa, ya que en base a ellos se fundamenta la organización general del mismo.

Estos aspectos son: la función simbólica, las preoperaciones lógico-matemáticas y las operaciones infralógicas (o estructuración de tiempo y espacio).

La función simbólica al inicio del periodo preoperatorio aparece la función simbólica o capacidad representativa como un factor determinante para la evolución del pensamiento. Esta función consiste en la posibilidad de representar objetos, acontecimientos, personas, etcétera, en ausencia de ellos.

Esta capacidad representativa se manifiesta en diferentes expresiones de su conducta que implica la evocación de un objeto. Tales conductas están sustentadas por estructuras del pensamiento que se van construyendo paulatinamente e incorporando a otras más complejas para expresarse en formas más elaboradas de conocimientos.

Se pueden distinguir claramente como expresiones de esta capacidad representativa la imitación en ausencia de un modelo, el juego simbólico o juego de ficción, en el cual el niño representa papeles que satisfacen afectivas e intelectuales de su yo, la expresión gráfica, la imagen mental y el lenguaje que le permite un intercambio y comunicación continua -

con los demás así como la posibilidad de reconstruir sus acciones pasadas y anticipar sus acciones futuras. Estas nuevas posibilidades permiten al niño ir socializando las acciones que realiza.

A lo largo del periodo preoperatorio, la función simbólica se desarrolla desde el nivel del símbolo hasta el nivel del signo.

Los símbolos son signos individuales elaborados por el mismo niño sin ayuda de los demás, y generalmente son comprendidos sólo por el mismo, ya que se refieren a recuerdos y experiencias íntimas y personales. Los signos, a diferencia de los símbolos, son altamente socializados y no individuales; están compuestos de significantes arbitrarios en el sentido de que no existe ninguna relación con el significado y son establecidos convencionalmente según la sociedad y la cultura.

Una de las formas en que se manifiestan los símbolos es a través del dibujo, por medio del cual el niño intenta imitar la realidad a partir de una imagen mental formada por lo que sabe del objeto, hasta poder representar lo que ve del mismo, esto es, incorporando progresivamente aspectos objetivos de la realidad. Esta expresión gráfica puede considerarse, a su vez, como una forma de retroalimentar la función simbólica.

Otra de las manifestaciones del manejo de símbolos individuales se da en el juego simbólico, ya mencionado anteriormente. La actividad que el niño realiza al representar diferentes papeles vienen a ser la asimilación de situaciones reales de su yo. Este tipo de juego desde el punto de vista emocional, significa para el niño un espacio propio en donde los hechos de la vida real que aún no puede entender y que lo fuerzan en muchas ocasiones a una adaptación obligada, son

plo lo más grande para comenzar, o lo más grueso o lo más obscuro, siguiendo por el más grande que queda o a la inversa, comenzando por el más delgado o el más claro.

La noción de conservación de número en la primera infancia sólo los primeros números (del uno al cinco) son accesibles al niño, porque puede hacer juicios sobre ellos basándose principalmente en la percepción antes que en el razonamiento lógico. Entre los cinco y los seis años, el niño hace ya juicios sobre ocho elementos o más, sin fundamentarlos en la percepción.

La serie definitiva de números, las operaciones de suma, resta, multiplicación y división, como operaciones formales comienzan a ser accesibles al niño después de los siete años.

El número puede considerarse como un ejemplo de cómo el niño establece relaciones no observables entre objetos, es decir, que no corresponden a las características externas de ellos. Por ejemplo, decimos que "hay cinco muñecas". Las muñecas se pueden observar, existen en la realidad, pero el cinco es una relación mental entre las muñecas, cada una podría quedar aislada.

La forma como estas operaciones intervienen se aclara con el siguiente ejemplo:

Si se pide a un niño de cuatro a cinco años contar un conjunto de elementos, y él sabe contar hasta diez, lo hará saltando de uno a otro sin un orden determinado, por lo que no contará algunos elementos o contará otros más de una vez. Puede ser que nos diga que hay diez y cuando se le pida que señale los diez, indicará el último que contó, lo cual se debe a que esta considerando los elementos aislados y no formando

transformados en función de sus necesidades afectivas, de sus deseos, de aquello que restituya su equilibrio emocional e incluso intelectual.

El juego simbólico es una de las expresiones más notables y características de la actividad del niño en este periodo. En forma casi permanente se le ve jugar a que es "el papá", "la maestra", "el perro", etcétera. Sus miedos, deseos, dudas, conflictos, aparecen en los símbolos que utilizan durante su juego y éstos no hablan de su mundo afectivo y de los progresos de su pensamiento.

Progresivamente, a través de muchos momentos intermedios, el niño va llegando a la construcción de signos, cuyo máximo exponente es el lenguaje oral y escrito tal como lo utilizan los adultos, como se puede constatar el proceso de desarrollo del niño en éste periodo es muy complejo y se tienen que estimular muchos aspectos por lo que el niño gasta constantemente energía y es por ello mismo que su alimentación tiene que ser más cuidadosa y nutritiva.

El conocimiento y la comprensión que los adultos tengan acerca de estas características, y el papel que asumen frente a esta actividad del niño, vienen a ser factores decisivos en su desarrollo afectivo, social e intelectual.

Desarrollo del lenguaje oral es sorprendente, si consideramos la diferencia entre el primer llanto y la utilización que un niño hace de su lengua al ingresar en el jardín de niños.

Además no se da por simple imitación ni por asociación de imágenes y palabras, sino porque el niño para comprender su lengua ha tenido que reconstruir por sí mismo el sistema, ha creado su propia explicación y sistema buscando regula-

ridades coherentes, ha puesto a prueba anticipaciones creando - su propia gramática y tomando selectivamente la información - que le brinde el medio. Este hecho se puede observar en los - niños de tres a cuatro años de edad, que regularizan los verbos irregulares, diciendo por ejemplo: "yo poní" en lugar de "yo - puse". Habitualmente se le considera un error porque el niño no sabe tratar los verbos irregulares pero este error sistemá- tico que aparece en casi todas las lenguas no sea por imita- ción, ya que el adulto no habla así y es evidente que no se da por el reforzamiento que los adultos podrían ejercer para rec- tificar las formas de hablar, así mismo dentro de lo que es el comedor escolar se afirman lazos de afectividad y comunicación abierta con sus compañeros ya que se familiarizan en otro lu- gar que no es el salón de clases.

Nos encontramos, entonces, no ante errores por falta de conocimiento sino ante pruebas tangibles del sorprendente co- nocimiento que el niño tiene en su lengua a esta edad. Estos errores, que son construcciones originales del niño y no copia deformada del modelo adulto, serán abandonados progresivamente. Hacía los cuatro años, el lenguaje oral del niño en términos - de estructuración es parecido al del adulto.

Para fines didácticos es necesario comprender que, - para ayudar al desarrollo de sus capacidades lingüísticas, lo importante ni será enseñar a hablar al niño, cosa que ya sabe- sino llevar a que descubra y comprenda cómo es el lenguaje y - qué sirve: llevarlo de un "saber hacer" (hablar) a un "saber - acerca de" (la lengua), es decir, enfrentar al niño con el len- guaje como objeto de conocimiento, por eso de tan interesante las relaciones e interacciones con sus compañeros en el jardín de niños.

Por otro lado, la evolución del lenguaje en esta eta- pa mantiene una interdependencia con dos características funda-

mentales que se relacionan estrechamente: la primera de ellas está dada por la centralización del pensamiento del niño que - le impide ponerse en el punto de vista del otro, lo cual provoca que cada niño siga su línea de pensamiento sin que incluya en ella lo que el otro intenta comunicarle. Esto se denomina "monólogo colectivo", se irá desarrollando paulatinamente hasta lograr una comunicación por medio del diálogo, en el que incluya el punto de vista del otro y el suyo propio.

La segunda característica consiste en que el lenguaje se encuentra aún muy ligado a la acción, lo que lleva a que el niño se exprese más con un lenguaje implícito, es decir que necesita ir acompañado de mímica para ser comprendido (gestos, ademanes, señalamientos, etcétera), sin llegar todavía a ser - un lenguaje totalmente explícito que se baste así mismo para - lograr la comunicación.

Aspectos a considerar en relación con el abordaje de la lecto-escritura. No se puede pensar que un niño, que descubre todo lo que le rodea, que indaga e investiga, que es activo y creador, espere hasta los seis años para empezar a preguntarse qué es y cómo se interpreta este tipo particular de grafías diferentes del dibujo, que están impresas dentro y fuera de su casa, es de una importancia relevante el ambiente alfabetizador en el niño de tercer nivel de preescolar que consiste en letras en el cual las figuras tienen su nombre.

Es decir, el niño no es un receptor pasivo, es un sujeto cognoscente, y como tal enfrenta la escritura como objeto de conocimiento. Partiendo de esta hipótesis, consideramos que aprenderá a leer y a escribir a lo largo de un proceso durante el cual los mecanismos de asimilación, acomodación y las estructuras de que dispone irá descubriendo el sistema de la lectura y de la escritura.

Para el adulto alfabetizado es normal suponer que -- las letras representan los sonidos elementales del habla, y -- considera que esto puede ser transmitido y aceptado inmediatamente por un niño.

El proceso a través del cual el niño aprende a leer y a escribir, requiere de un esfuerzo cuya dimensión sólo es -- comprensible si se entiende que debe reconstruir el sistema de escritura, efectuando transformaciones para acceder al descu-- brimiento del mismo, para lo cual necesita básicamente de tiem po y respeto.

Las preoperaciones lógico-matemática son unos de los procesos fundamentales que se operan en este periodo y que per miten al niño ir conociendo su realidad de manera que cada vez más objetiva es la organización y preparación de las operacio-- nes concretas del pensamiento, las cuales se desarrollarán entre los siete y los doce años aproximadamente.

Se llaman operaciones concretas a aquellas operacio-- nes lógicas que se refieren a las acciones que el niño realiza con objetos concretos y a través de las cuales coordina las re laciones entre ellos. La idea central es que el niño aún no -- puede realizar estas operaciones independientemente de las ac-- ciones sobre objetos concretos, es decir, que no puede refle-- xionar sobre abstracciones.

Las operaciones más importantes al respecto son: la clasificación, la seriación y la noción de conservación de nú-- meros.

La clasificación constituye una serie de relaciones mentales en función de las cuales los objetos se reúnen por se mejanzas, se separan por diferencias.

La necesidad de clasificar se presenta permanentemente en todas las actividades humanas; por ejemplo. se organizan las cosas de la cocina aparte de la ropa, se acomoda diferente lo que se rompe de lo que no se rompe, se tiene frente lo necesario para el trabajo, los libros se clasifican por temas o -- autores, las ideas se organizan de acuerdo con un cierto tema, esta clasificación también se utiliza con las verduras, frutas utensilios de cocina, etcétera, la clasificación pasa por tres estadios:

Primer estadio (hasta los cinco años y medio aproximadamente). Los niños realizan "colecciones figurales", es decir, reúnen los objetos formando una figura en el espacio y teniendo en cuenta solamente la semejanza de un elemento con -- otro en función de su proximidad espacial y estableciendo relaciones de conveniencia.

Estas colecciones figurales pueden darse también alineando los objetos en una sola dirección, en dos o tres direcciones (horizontal, diagonal, círculos o representaciones de otros objetos).

Segundo estadio (de cinco años y medio a siete años aproximadamente) "colecciones no figurales". En el transcurso de este periodo el niño comienza a reunir objetos formando pequeños conjuntos separados, tratando de que los elementos de -- cada conjunto tenga el máximo parecido entre sí, por ejemplo, cuando se le dan cubiertos y se le pide que ponga junto lo que va junto, él buscará dos cucharas idénticas, o los tenedores -- por el simple hecho de serlo.

Progresivamente y partiendo de pequeños conjuntos -- (o colecciones) basados en un criterio único, reúne para formar colecciones más abarcativas, es decir, reúne subclases para formar clases. Por ejemplo, cuando se le dan revueltas ro

sas y claveles y se le pide que ponga juntas todas las rosas y en otro conjunto los claveles. Ya en este estadio más avanzado reunirá todas las "flores". A veces parten de colecciones mayores que luego subdividen.

Tercer estadio (hasta los cinco años aproximadamente) El niño no establece aún las relaciones "mayor que..." y "menor que...". Como consecuencia, no logra ordenar una serie completa de objetos de mayor a menor o de más grueso a más delgado, o de más frío a menos frío, etcétera., y viceversa, sino que hace parejas o tríos de elementos.

Como una transición al siguiente estadio, logrará -- construir una serie creciente de cuatro a cinco elementos. En estos casos suele darle un nombre a cada uno, por ejemplo: -- "chiquito", "un poco chico", "un poco mediano", "grande". Aún cuando los términos correctos no aparecen, el niño logra establecer relaciones entre un número mayor de elementos y se aprovechan las representaciones por medio de frutas, verduras y -- demás.

Segundo estadio (de cinco a seis años y medio o siete años aproximadamente). En este estadio el niño logra construir series de diez elementos por ensayo y error. Toma un -- elemento cualquiera, luego otro cualquiera y lo compara con el anterior y decide el lugar en que lo va a colocar en función de la comparación que hace de cada nuevo elemento con los que tenía previamente. No puede anticipar la seriación sino que -- la construye a medida que compara los elementos, ni tiene un método sistemático para elegir cual va primero que otros.

Tercer estadio (a partir de los seis o siete años -- aproximadamente). En este estadio de la seriación, el niño -- puede anticipar los pasos que tienen que dar para construir la serie, y lo hace de una manera sistemática eligiendo por ejem-

parte de un conjunto, es decir, que el diez o el ocho son nombres dados a cada elemento (como lo sería "juan" o "pedro", -- etcétera, para cada niño ) y no la cantidad que representa el conjunto, aprovechándose de la postura de cubiertos, tasas platos, y cucharas en el comedor.

Así vemos cómo la noción de números es una síntesis - de las operaciones de clasificación y seriación.

Para que los estructure la noción de conservación de número. Esta consiste en que el niño pueda sostener la equivalencia numérica de dos grupos de elementos de cada uno de los conjuntos no estén en correspondencia visual uno a uno, es decir, - aunque haya habido cambios en la disposición espacial de ellos.

La noción de conservación de números pasa a su vez por tres estadios:

Primer estadio (de cuatro a cinco años aproximadamente) El niño no puede hacer un conjunto equivalente cuando compara - globalmente los conjuntos: no hay conservación y la correspondencia uno a uno está ausente.

Segundo estadio. El niño puede establecer la correspondencia término a término, pero la equivalencia no es durable: así cuando los elementos de un conjunto no están colocados uno a uno frente a los elementos del otro conjunto, el niño sostiene que los conjuntos ya no son equivalentes, es decir, que tiene más elementos el conjunto que ocupa más espacio, aunque los dos tengan ocho y ocho o siete y siete.

Tercer estadio (a partir de los seis años aproximadamente). El niño puede hacer un conjunto equivalente y conservar - la equivalencia. Hay conservación del número. La correspondencia uno a uno asegura la equivalencia numérica independiente de

las transformaciones en la disposición espacial de los elementos. A pesar de las transformaciones externas, el niño asegura a través de sus respuestas; la identidad numérica de los conjuntos, es decir, que si nadie puso ni quitó ningún elemento, y que si sólo fueron movidos, la cantidad permanece constante; la reversibilidad, esto es, que si las cosas se movieron, regresándolas a su forma anterior, se verá que existe la misma cantidad, por esto que hay más espacio entre cada uno de sus elementos.

Las operaciones infalógicas o estructuración del tiempo y el espacio. La organización del conocimiento se da alrededor de dos marcos de referencia que se construyen paralela. Estos son: el marco de referencia espacio temporal (operaciones infalógicas en el sentido de afectar otro nivel de realidad) y el marco de referencia lógico-aritmético. Ambos hacen posible la comprensión de ciertos aspectos empíricos que atañen a las operaciones espaciales y la organización del conocimiento en general, para la localización de los objetos y de los eventos en el tiempo y en el espacio.

La estructuración del espacio. Desde el punto de vista psicogenético, la estructuración del espacio en el niño indica que primero se construyen las estructuras topológicas de partición del orden (próximo, separado, abierto, cerrado, dentro, fuera, ordenamiento en el espacio en forma lineal, bidimensional, tridimensional etc.), y que a partir de esas estructuras base, proceden las estructuras proyectivas (la perspectiva elemental, la poyección de las rectas unidas a la dirección de la vista, etc.) y las estructuras euclidianas (conservación de la forma, de las distancias, la métrica).

La estructuración del tiempo también es progresiva. - Parte de una indiferenciación total en la que el niño mezcla el pasado y el futuro (ayer iré al cine) y sólo está claro que

lo que ocurre en el momento actual. Pasa luego por una estructuración en grandes bloques que le permite diferenciar lo que ocurre ahora de lo que ocurrirá después, pero sin diferenciación interna entre lo pasado y lo futuro; esto también se dejará ver, podrá representar tanto el día anterior como un pasado más o menos lejano. Progresivamente se irán haciendo distinciones entre el pasado inmediato y el más lejano, al igual que en el caso del futuro, y el niño dirá entonces, por ejemplo, --- "ayer" sólo para referirse al día anterior.

Hacia el final del periodo de las operaciones concretas logrará estructurar con mayor exactitud el pasado y el futuro más o menos inmediatos: "la semana pasada", "anteayer", "dentro de cuatro días", sin que esto signifique la generalización de esta estructura a pasado o futuro más lejanos. (9)

Implicaciones pedagógicas de este enfoque. La inteligencia y la afectividad no son dotaciones innatas que sólo con el tiempo se desarrollan. El enfoque psicogenético que fundamenta este programa considera que tanto la inteligencia como la afectividad y el conocimiento, se construyen progresivamente a partir de las acciones que el niño desarrolla sobre los objetos de su realidad.

El desarrollo del niño, entonces, es el resultado de la interacción del niño con su medio y de la maduración orgánica. En ese proceso, los aprendizajes que va realizando se sustentan precisamente en el desarrollo alcanzado.

Por lo tanto, la escuela, como parte de ese medio donde el niño se desenvuelve, tiene la función de favorecer su desa-

(9) Ministerio de la juventud, Instituto Nacional del Menor. Asistencia supletoria y-o complementaria del cuidado diario familiar a menores de 0 a 6 años. Estructura programática.

rrollo y de compensar las limitaciones inherentes a estratos socio-económicos poco favorecidos.

De allí que el programa para Jardines de Niños, como respuesta institucional a la atención pedagógica de niños pre-escolares, privilegie el desarrollo afectivo-social y cognoscitivo del niño, sobre el aprendizaje de aspectos informativos.

La concepción misma del programa lo define como un instrumento que orienta el trabajo de la educadora para que, sin aplicarlo con rigidez, pueda planear, guiar y coordinar las situaciones didácticas según las características psicológicas de los niños, así como favorecer abiertamente la participación de éstos.

Las operaciones concretas, en este periodo hay un avance en cuanto a socialización, objetivación del pensamiento. Aquí el niño mediante un sistema de operaciones concretas, puede liberarse de los sucesivos aspectos percibidos para distinguir a través del cambio lo que es invariable. No se queda limitado a su propio punto de vista, antes bien, es capaz de coordinar los diversos puntos de vista y de sacar las consecuencias.

Periodo de las operaciones formales (adolescencia), las características del pensamiento en este periodo es la capacidad de oprimir el contenido concreto para situar lo actual en un amplio esquema de posibilidades. Por eso tomando en cuenta estos periodos: Piaget en su teoría establece que el niño no es un sujeto que espera que alguien que posea un conocimiento se lo transmita, sino que es un sujeto que aprende básicamente a través de sus propias acciones sobre los objetos del mundo, y constituye sus propias categorías de pensamiento al mismo tiempo que organiza su mundo.

Sobre los conceptos del crecimiento y desarrollo que maneja Wallon, y el concepto maduración biológica de la que habla el doctor Torroella, se sustenta con lo que a continuación varios autores de Nutrición y biología expresan sobre alimentación, así Robert J. Brady, nos enuncia que:

"La nutrición, es la ciencia de los requerimientos alimenticios del hombre y pueden variar de acuerdo a la edad, actividad, clima y estado de salud, para garantizar la salud física, mental y emocional es esencial una nutrición balanceada, los alimentos contienen varios tipos de nutrientes.

Propone en la dieta diaria de un niño, para que reciba los nutrientes necesarios, debe contemplarse los cuatro grupos básicos que a continuación se detalla:

- 1.- Verduras y frutas, (de hoja verde, cítricos, papas etc.) de 1 a 2 porciones.
- 2.- Leche y derivados, (enriquecida con vitaminas A y D) un poco diariamente.
- 3.- Pan, cereales, (de granos enteros) de 4 a más porciones.
- 4.- Carnes, (res, ternera, cerdo, cordero, aves, pescados y huevos) de 2 ó más porciones. (10)

Abundando sobre esto el doctor Victor C. Vaughan, -- dice: "Que la desnutrición es consecuencia de una alimentación inadecuada (escases de hábitos dietéticos y gustos caprichoso) ó de la absorción defectuosa de los alimentos (problemas metabólicos y emocionales); la desnutrición puede ser aguda o crónica y entre los transtornos producidos.

También nos dice que la mala nutrición infantil después de la primera infancia, las causas son los hábitos dieté-

(10) J. Brady y Co. Robert. Nutrientes Necesarios Editorial Limusa. Págs. 1-5

ticos deficientes asociados a una higiene desfavorable, o a la costumbre caprichosa de comer directamente de los padres, un factor puede ser la excitación desmedida, determinada por la radio y televisión. Los escolares tienden a contraer hábitos -- inadecuados de comida, en especial durante el desayuno y la comida del mediodía, por no contar con tiempo suficiente ó como en el caso del mediodía por estar mal equilibrada. Los psicobolabis demasiados próximos a las comidas principales, sobre todo caramelos, mantecadas, y leche malteada, tienden a reducir el apetito durante dichas comidas, estos niños tienen un limitado de atención y hacen sus tareas escolares deficientes, presentan mayor sensibilidad a las infecciones (gastrointestinales y del aparato respiratorio), con frecuencia estos niños -- presentan un rostro pálido." (11)

La desnutrición es un estado de enfermedad constante causado por una mala alimentación afectando principalmente a los niños provocando que se detenga un desarrollo es decir el crecimiento físico y mental, con la finalidad de prevenirla se realiza la actual propuesta pues debemos crear hábitos para -- consumir alimentos nutritivos, es decir que contengan los seis elementos principales como son: carbohidratos, lípidos, proteínas, minerales, vitaminas y agua.

Los carbohidratos están en azucar, masa, pan, sopa y los lípidos estan en las grasas y los aceites proporcionando -- los estos dos nutrientes, energía para movernos, son de una gran importancia pues en la edad de los niños a los que nos referimos de 3 a 6 años su principal actividad son los juegos, carreras, etc. También nos sirven para respirar y conservar -- el calor del cuerpo sobre todo cuando hace frio.

(11) Victor C. Vaughan, Tratado de Pediatría. Editorial Salvat Mexicana, S.A. Págs. 187-191.

En cuanto a los que contienen proteínas es de mucha importancia sobre todo con nuestros niños que consuman todo tipo de carne como son de pollo, res, cerdo, pescado, leche, huevos, sirviendo para formar y conservar los músculos y ayudar a resistir enfermedades tan comunes en los niños. De igual manera contamos con los minerales, estos se encuentran en la leche hígado de res, el corazón, pescado, chícharo y fríjol ayudando a la formación de los huesos y dientes, también posibilita la oxigenación a los pulmones.

Las vitaminas se encuentran en todas las frutas, verduras y cereales en el atún, hígado, leche, huevo, queso, existen muchas clases de vitaminas en cual sirven para la vista y para cicatrizar heridas, también ayuda al mismo sistema nervioso, la falta de vitaminas "D", en los huesos no se calcifican y causa en los niños raquitismo.

Por último menciona Chávez A. Martínez C. sostiene - que la alimentación que se esta consumiendo no es balanceada, consecuencia que se debe más bien a las campañas de orientación alimenticia y que se haga llegar a los lugares más apartados. (12)

Todas las teorías enunciadas con anterioridad, están garantizado por autores reconocidos que sirven de base para -- fundamentar el problema de estudio.

B).- Confrontación entre teoría e investigación de campo.

Tanto la teoría psicogenética de Wallon, como el de Piaget y los otros autores fundamentan la operacionalización -- de éste proyecto, que a través de ella trataremos de que se --

(12) Chávez A. y Martínez C. Nutrición y Desarrollo Infantil. Editorial Interamericana, México, Págs. 218-220

realicen los aprendizajes cognocitivos, así como el de la conducta de los niños para la adquisición de hábitos en la alimentación con el ejemplo de la propuesta buscaremos que la comunidad se interese participando en la solución de problemas, en este caso de la deficiente nutrición; como la expresa Wallon - "la educación nutricional juega un papel importante y decisivo para la familia, buscando modificar su modo de vida, para mejorar la salud y nutrición, evitando el consumo de alimentos de poco valor nutritivo".

Una buena alimentación durante la infancia es indispensable para lograr que el niño tenga un sano crecimiento y un desarrollo óptimo, ya que si la herencia es la clave para la talla final que puede alcanzar el niño, la nutrición determina en gran parte la proximidad que puede tener con respecto a su potencial genético.

Cada uno de los autores consultados, contienen conceptos fundamentales válidos que apoyan el desarrollo de éste proyecto y los cuales inducen al logro de las metas que se proponen alcanzar, como dice Wallon, la alimentación en los niños no solo debe cumplir con el proceso fisiológico, biológico, psicológico, sino también los factores ambientales, sociales, económicos, deben ser considerados porque la buena nutrición - dá como resultado un individuo productivo físico y mentalmente lo cual permite tener al organismo en mejores condiciones, ésta práctica debe iniciarse a la más tierna edad, en la que los niños necesitan cuidado y guía amorosa, a la edad de tres o cuatro años, la mayor parte de las células cerebrales de una persona ya están conectadas entre sí, y el desarrollo físico alcanza el punto en que se establece el patrón para el resto de la vida de la persona.

Por lo consiguiente durante estos primeros años se --

exige una especial protección en la salud y en la educación del niño a desarrollarse hasta alcanzar todo su potencial, como - para invertir en la formación de su persona a fin de que más - adelante pueda contribuir mpas plenamente al bienestar de su - familia y comunidad en la que se encuentre ubicado, correspon- diente a los padres de familia y educadoras guiarlos hacia la meta de establecer buenos hábitos alimentarios.

Según el doctor Torroella, las condiciones de higiene deben jugar un papel muy importante al ingerir los alimentos. Considerando que la alimentación del individuo está acondicio- nada por los hábitos y costumbres que existen en su comunidad, siendo uno de los factores determinantes de la formación y pro- greso de la sociedad y que es necesaria para el fomento de la salud, tanto individual como colectiva.

De ésta manera la alimentación es una de las necesida- des más importantes del hombre y uno de los factores que deter- minan la formación y progreso de las comunidades es así que la alimentación juega un papel determinante en el desarrollo y cre- cimiento adecuado de los niños sobre todo en los primeros años de vida, en los que requiere de nutrimentos esenciales para su organismo. Conviene señalar que encaramos una cuestión a la -- vez muy antigua y muy actual, sin remontarnos a épocas pasadas como es la alimentación y la salud del hombre mismo, siendo es- te receptor que puede acumular información pero para él todo -- ese aprendizaje carece de sentido y en consecuencia del valor - vital, porque si la enseñanza-aprendizaje se le proporciona a - personas o niños faltos de interés, porque las letras con ham-- bre no entran, es por ello que los métodos de enseñanza, así co- mo los estímulos que el educador proporciona aunque sean los me- jores pero si el receptor carece de salud, de bienestar familiar y si en lugar de estar atento le duele la cabeza, siente floje- ra debido a la falta de alimentación, aunque el método de ense- ñanza sea la mejor, el niño nunca asimilará lo que se le trata

de enseñar porque la alimentación le hace falta a su organismo.

Cada maestro de nuestro país, comprueba y encara día con día la falta de interés, que dicho sea de paso tiene algo y aún bastante que ver con los indeseables índices de reprobación, deserción y bajo rendimiento escolar.

Muy lejos de pretender que constituya una respuesta no digamos muy completa, pero ni siquiera suficiente, parece - que la principal vía de solución, nos encamina hacia la gente más directamente involucrados en la interacción educativa, escuela comunidad, o sea maestros y padres de familia, se trata de recordar que ambas partes corresponde algo muy relevante e importante, vincular los contenidos curriculares, con las necesidades e intereses del niño y de la comunidad misma, mostrándoles que muchos asuntos e informaciones que se creían ajenos y distantes merecen su apoyo y de toda su atención porque es - la salud y la educación, factores determinantes en la niñez actual y de las generaciones jóvenes del futuro.

Esto significa que el docente propicie flexibilidad y creatividad en el uso de las técnicas participativas con la finalidad que el docente practique una pedagogía liberadora -- que tanto los padres de familia como el maestro, establezca -- compromisos con el logro de la tarea, de igual forma emplear - su dinámica en forma creativa para la elaboración de los trabajos o bien la dinámica por equipos de trabajo, con la finalidad de que se apliquen los conocimientos adquiridos para transformar la práctica educativa diaria.

Por eso consideramos que la alimentación de los niños se encuentre condicionada por hábitos y costumbres que existen en las comunidades, factor que determina el bajo aprendizaje - de los alumnos y por ende, a futuro, el progreso de la sociedad.

### C A P I T U L O    I I I

#### FORMULACION DEL PROBLEMA Y PROPUESTA DE SOLUCION

A).- Problema, objetivo y justificación.

La alimentación es el consumo de alimentos por parte del niño, a través de la cual, recibirá las sustancias nutritivas y necesarias para mantener las características adecuadas -- de las etapas en el que vive, dando como resultado el bienestar físico de los niños.

Del análisis realizado en base a las teorías y con - fundamento en lo expresado por Jean Piaget, al decirnos que el desarrollo del conocimiento se da mediante procesos, que están vinculados con el desarrollo del cuerpo humano, el desarrollo del sistema nervioso y el de las funciones mentales; concluye - diciendo que el desarrollo es un proceso que se relaciona con - la totalidad de las estructuras del conocimiento.

Desde esta postura podemos enfatizar que la alimenta - ción determina el adecuado desarrollo físico, aunado al avance del intelecto en el niño.

Con fundamento en lo anterior comprobamos; que el ba - jo nivel de aprovechamiento en los alumnos del nivel preescolar es secuencia de la deficiente alimentación que reciben en sus hogares. Inadecuada en cuanto a carbohidratos, grasas, prote - ínas y minerales.

La desnutrición ha sido uno de los principales problemas e inquietudes en la formación y progreso de la comunidad sobre todo porque no se enfoca a un determinado país o región sino a la falta de alimentación en el ser humano donde quiera que se halle.

Teniendo en cuenta la planeación participativa tanto de personas como de dependencias, ya que la importancia en sí radica en propiciar procesos de organización comunitaria vinculado más estrechamente la escuela y comunidad, tomando en cuenta, que un niño bien alimentado se desarrolla mejor física y mentalmente, resistiendo más las enfermedades propias de la infancia porque educar a un niño con hambre no puede dar nunca buenos resultados.

En cuanto a la ignorancia respecto a los alimentos esenciales de una dieta adecuada, o la falta de medios para propiciar éstos elementos, significa que el infante por lo regular recibe una alimentación muy deficiente en proteínas y calorías así como en otros nutrientes que son indispensables para su crecimiento impide que el individuo aproveche al máximo sus recursos, y las madres de familia salgan de sus casas a trabajar para ayudar en el sustento diario de la familia.

Surgiendo así como una necesidad real la cual pude palpar en mi quehacer educativo al darme cuenta que la mayoría de los niños no desayuna en sus casas, debido a múltiples circunstancias, ya sea por la madre que trabaja, o porque la inadecuada orientación en la elaboración de los alimentos, a la hora del refrigerio las madres les compran comidas chatarras (sabritas, refrescos embotellados, galletas, etc.) y algunos no llevan nada para comer.

Es por ello la decisión de llevar a cabo el presente proyecto, con miras a mejorar las prácticas docentes, en el --

cual de esté modo obtener resultados óptimos en beneficio de sus hijos y la comunidad en general.

Con la finalidad de involucrar en las actividades del Jardín de Niños a los padres de familia y a la comunidad en general se programarán los siguientes objetivos de trabajo:

**OBJETIVOS:**

- Establecer los desayunos escolares para los niños que asisten al jardín, cuidando que se realice con la participación de las madres de familia.
- Propiciar a los niños lazos de afecto familiar con sus compañeros, en el lugar en el que se ubique el comedor escolar.
- Con los desayunos escolares se intentará que los niños reciban una alimentación adecuada a fin de que esté en óptimas condiciones para el aprendizaje.
- Consumir los alimentos higiénicamente, se fomentará los buenos hábitos evitando así las enfermedades gastrointestinales.
- Solicitar la colaboración de los miembros de la comunidad y padres de familia en general.
- Realizar gestiones ante autoridades municipales y otras dependencias.
- Realizar reuniones con los padres de familia y formar un comité de voluntariados.
- Realizar campañas de orientación, con el voluntariado, que propicien en el niño hábitos que mejoren su alimentación.
- Fomentar que el niño adquiera normas de higiene con respecto a la alimentación en el hogar y en el Jardín de Niños.

Para conseguir lo anterior se recurrió a la colaboración de algunas dependencias oficiales, se entrevistó a algunas personas de la comunidad que deseen vincularse con éste quehacer educativo, con el fin de que participen la mayoría de la comunidad, se solicitó la colaboración del centro de salud de la comunidad con el fin de que se nos apoye con orientación de la nutrióloga Srita. Mercedes Izquierdo Hernández, así -- como las campañas de desparasitación, para que sea en forma -- frecuente, se solicitó el apoyo de las personas encargadas de él proyecto CAPUSIT (Cocinas comunitarias) de la colonia, se realizarón eventos sociales como kermess y rifas para poder -- realizar el proyecto en el cual se pudierón obtener buenos -- logros.

El comedor escolar debería funcionar en todas las esuelas no solo en su sentido de protección, sino como un instrumento educativo, facilitando al niño la permanencia en el ambiente de las clases, bajo la influencia del maestro, permitiendo a éste por lo tanto conocer a sus niños, favoreciendo la adquisición de hábitos que equilibran la acción del medio familiar estableciendo lazos de afecto entre el niño y sus -- compañeros que facilitan en su vida sentimental y moral que es la base de la educación.

El valor social de la creación de los desayunos escolares de tal manera indiscutible, que los refuerzos para que se realicen no son vanos, ya que el niño adquiere hábitos de socialización e higiene, como sentarse a una mesa y de consumir alimentos que son indispensables para su organismo proyectandolos a su familia, en su hogar, en cualquier parte o circunstancia que el niño se encuentre ubicado.

Se iniciaron los desayunos escolares los martes y -- los viernes de cada semana, a partir del inicio de labores, -- beneficiandose a la comunidad y a los alumnos, se solicitó la

la colaboración del centro de desarrollo para la integración familiar (DIF), para de que alguna forma nos apoyarán con el proyecto.

Se escogió el aula donde se implemento para servir los desayunos escolares, se vigiló que se llevará a cabo en forma adecuada realizandose un balance de los logros obtenidos mensualmente a medida que los recursos lo permitian, beneficiando a los niños.

No obstante se realizarón todas las actividades, gestiones y acciones que fuerón necesarias, con el fin de que éste proyecto se llevará a cabo con éxito.

Demostrando así que la investigación participativa tiene sus ventajas especialmente para el trabajo de las educadoras, son determinantes en la realidad vivida de los niños, pudiendo ser que por diversos motivos, se nos limiten algunas acciones para llevar a cabo éste proceso peros será constante en la búsqueda de nuevas alternativas, vinculando siempre las actividades con la investigación participativa.

## C A P I T U L O    I V

### OPERACIONALIZACION DE LA PROPUESTA Y EJECUCION DEL PROYECTO

A.- Acciones preeliminares y sensibilización comunitaria.

Son muchas las causas que nos guiarón para llevar a cabo este proyecto el cual se observa el beneficio que él mismo proporciona a los niños, pues se manifiestan el bajo rendimiento el cual no les permite alcanzar en su plenitud los bloques de desarrollo en educación preescolar.

En este trabajo nos proponemos auxiliar en algo la problemática de desnutrición en esta comunidad. La temática de desayunos en el nivel preescolar resulta interesante ya que por lógica se puede deducir que sin una buena alimentación, el organismo deja de realizar sus funciones normales y se ven proyectadas hacia todos los terrenos incluyendo lo que realiza para la asimilación de conocimiento ya que se ve alterado por un requerimiento adecuado de nutrientes que repercuten en el desarrollo y crecimiento. Esto afecta en todo individuo y más en el niño preescolar, ya que es precisamente en esta edad donde desarrolla su estructuración biopsicosocial que determina su vida futura y dependerá en gran medida que mantengan un buen hábito para una buena alimentación.

En este sentido se pretende en el presente trabajo hacer una valoración a cerca de la alimentación y todo lo que encierra esta temática y los efectos casuales de una falta de educación alimenticia.

Las condiciones de pobreza en que viven estos niños constituyen un grave obstaculo para su desarrollo integral. Ya que la influencia que ejerce la desnutrición en el desarrollo físico y mental, trae como consecuencia un retraso en el proceso de niveles de madurez apropiados a su edad y bajo rendimiento escolar, el ausentismo como consecuencias, repercutiendo en el ámbito educativo por las causas descritas en la realización del proyecto, se realizó una serie de actividades que a continuación se destacan y los cuales son:

- Aplicación de entrevistas globales.
- Observación directa en el trabajo diario.
- Peso y talla de los alumnos.
- Reuniones en el plantel con los padres de familia.
- Recolección de datos.
- Realización de gestiones ante el delegado de la comunidad, municipales y D.I.F. (Desarrollo Integral de la Familia).
- Realización de solicitudes al Centro de Salud con la finalidad de solicitar su colaboración para realizar campañas de desparasitación.
- Implantación de los desayunos escolares.

En la realización de estas actividades me he guiado por la observación directa que es mi principal método de investigación, ya que a través de ella, pude detectar multiples factores que afectan y entorpecen el quehacer educativo, por lo que nos propusimos a realizar con el apoyo de la directora y personal docente la aplicación y recolección de datos ha sido por medio de entrevistas globales estructurads por la S.E.C.U.R. (Secretaría de Educación Cultura y Recreación), y otras adecuadas las cuales me han venido proporcionando datos de los alumnos, y me sirvieron de apoyo, aplicandose estas en visitas domiciliarias con la finalidad de constatar que los datos que se han venido proporcionando sean verídicos, porque son anteceden

tes de cada niño, que sirven como base para realizar nuestra investigación del medio familiar, social y económico de la comunidad en general en el cual el niño se desarrolla, también se diseñó una entrevista adecuada a grupos de personas de la comunidad en su cultura y labor cotidiana que me permitieron obtener antecedentes de su escolaridad, estilo de consumo de alimentos que no son nutritivos y el desconocimiento total del valor nutricional de los alimentos como también el tiempo que disponen el padre y la madre de familia en la atención de sus hijos.

También se extrajo los siguientes datos, si cuentan con servicio de luz, y agua potable el cual no cuenta con mantenimiento y se realizaron gestiones para la regulación y funcionamiento de ésta, se cuenta con un centro de salud en el cual nos apoyó para tomar las medidas, tallas y peso de los niños plantel educativo, es muy favorable el apoyo que nos brindaron los doctores y enfermeras del centro de salud la cual su participación fué muy entusiasta para la realización y la obtención de estos datos, enriqueciendo más aportaciones de estos datos nos facilitó la tabla de peso y medidas normales de estas edades y la cual nos llevó a detectar los siguientes resultados al compararlas mediante procedimientos estadísticos descriptivos que en peso difiere un 20% fuera de lo normal y un 15% en estatura, existiendo por las mismas causas, endemias, cólera, etc. causadas por una parte por el encharcamiento de agua, de esta situación se les comunicó al sector salud, para que aportan medidas y colaboren constantemente.

En las reuniones realizadas, campañas y conferencias que hemos llevado a cabo, mis compañeras y personal de apoyo a la educación se mostrarán su disponibilidad en la realización de estas actividades, se han venido sensibilizando a los padres de familia por medio de conferencias, aportadas por los centros de salud y también el diálogo directo en forma constante con -

reuniones en este centro educativo, en el cual se llevan a cabo los días que tienen disponible (domingos) para que asistan padres y madres de familia y se logró establecer entre semana por las tardes, de esta manera se aprovecho explicarles este proyecto detalladamente, con esta secuencia se ha desarrollado este proyecto, como también se logró una relación más estrecha con la educación de sus hijos, ya que este proyecto tiene como finalidad también de prevenir las deficiencias cognitivas, que en estas acciones se realizan y van encaminadas a una estimulación psicoeducacional, esto es, atender al niño para mejorar su estado físico, psicológico y afectivo, por otro lado, se observó un gran beneficio en los niños que se atendieron en el centro de salud, y los padres que mostraron la extraordinaria plasticidad del organismo humano, lo que hay enormes posibilidades para su desarrollo.

En las reuniones se centraron conceptos elementales de desarrollo y comportamiento de los niños, y actividades estimuladoras a realizar, el elemento nutritivo de este proyecto consiste en un refrigerio compuesto por leche, frutas, huevos, etc. de tal manera que estuviera compuesta de calorías, proteínas y hierro para los niños.

En las reuniones con los padres de familia se analizaron los datos sobre el desarrollo de los niños, para nosotros es aconsejable crear programas a nivel comunidad que hagan que la población tome conciencia en general sobre la importancia de una buena alimentación, y que esta acción permitiera obtener resultados a más corto tiempo, previniendo futuras deficiencias en que se encuentra sujeta la comunidad, como también se deben tomar medidas efectivas para controlar el bombardeo publicitario deteriorando sus hábitos alimenticios tradicionales en esta acción se llevó a cabo sensibilizando a las madres a no traer a sus hijos alimentos chatarra al jardín de niños.

Se formaron los comites de colaboracion con las madres de familia que demostraron interes en la iniciacion de este proyecto, que dio inicio el 17 de septiembre de 1992, como no se conto con ningun apoyo por parte del gobierno se planteo la problematica en forma directa a los de familia con la finalidad de hacerles ver la situacion de este proyecto para ponerlo a funcionar llegando a contar con su apoyo, en la marcha de implantacion de los desayunos escolares sugiendo la idea de -- parte de ellos de ayudar con los gastos, colaboracion y cooperacion directa de ellos, y el personal docente, organizandose de la siguiente manera, los que tienen la facilidad de proporcionar la leche, huevos, platanos, naranjas, papaya, melon, -- chayote, calabaza, sandia, guineo, tortillas, frijoles, ejotes y otros, concientemente se llevo el acuerdo de cooperar con la cantidad de un nuevo peso para la obtencion de carnes y otros articulos necesarios para la preparacion, la cual fue aceptada ya que de esta manera se solucionaria otras necesidades; a continuacion mis companeras, educadoras y madres de familia y yo nos programamos en la distribucion de recibir los productos, en los dias a realizar los desayunos quedando los dias señalados de la siguiente manera, martes y viernes contando con la propuesta que ellos hicieron para que se realizara el miercoles, de esta manera se ha logrado la union y favorecer las relaciones humanas entre los padres de familia, con el personal docente en el proceso de este proyecto, que se ha venido desarrollando de una forma optima y favorable, ya que ha estas alturas se realizo en gran beneficio para los niños de la comunidad.

Desde el inicio de este proyecto y actualmente el -- centro de salud nos ha venido apoyando con las campañas de desparasitacion junto con los medicamentos, de esta manera se ha llevado un control de cuidado intensivo en la alimentacion de -- los niños, tanto en el hogar como en el jardin de niños, se les ha proporcionado folletos, recetas de alimentos nutricionales --

tanto para apoyo al desayuno, comida y cenas, para llevar más completa nuestra labor nutricional.

Este desglose de desarrollo de ésta actividad se ha dado en forma colectiva, de organización y colaboración sobre llevando una serie de situaciones donde se generan vínculos es pecíficos en las personas participantes.

En este enfoque esta implícita la filosofía de los déficits cognositivos, asociados con la pobreza surgen de las condiciones intrafamiliares y que presentan mala conducta de los padres como obstaculos para el desarrollo de los niños. - Una modificación apropiada de tales condiiones y comportamientos solo se lograría a través de recursos sobre desarrollo -- para poder mantener un cierto nivel potencial en el niño, se - asume también que el hecho que las madres tengan contacto con personal profesional y puedan consultar materiales educativos seleccionados, esto provocaría importantes cambios de conducta de estos.

B).- Comunidad comprometida en el proyecto.

Este proyecto experimental de desayunos escolares se inició en los primeros días, el 17 del mes de septiembre de -- 1992 y finalizó en el mes de febrero del siguiente años, en es ta comunidad de la Colonia La Manga del Municipio del Centro - lra. etapa, es una comunidad de bajo nivel económico por lo -- que se ha estado realizando mucha labor y se ha puesto en jue- go muchas estrategias para poder concientizar a todos los pa-- dres de familia y comunidad en general, éste proyecto se llevó a cabo en el tercer grado "B" del Jardín de Niños "Carmita Pa- redes Saldivar", en la colonia arriba mencionada.

Al estar inmersa en las necesidades de las cuales ca rece esta comunidad, su producción agrícola que realizan los -

padres de familia como hortalizas, dándoles también a conocer y a preparar alimentos nutritivos, la alimentación es una etapa prebucal que consiste en la selección de las sustancias que vamos a usar como alimentos y que el ser humano toma del medio ambiente desde su producción, en esta comunidad, su alimentación depende de las condiciones o situaciones socio-económicas de cada familia, y en estas se encuentran las alimentaciones de los niños, que precisamente es nuestro objetivo de estudio.

Por tal motivo se detecta en este medio, que tienen los hábitos de alimentación variados, ya sea por su condición socio-económicas, socio cultural o educativa. En las visitas y reuniones que se realizan, se ha fomentado el hábito de higiene en los alimentos como primer término, ya que la alimentación encierra en sí todos los hábitos alimenticios que se tienen, en el cual las condiciones higiénicas, juegan un papel preponderante, ya que habría que ver de que manera son manejados para llegar a ser consumidos, como se ha mencionado anteriormente se realizarán guías de alimentos de su misma producción, que vienen siendo como una enseñanza de la buena nutrición que tienen entre sus manos y que deben educarse para aprovecharlas en su consumo diario, esta guía es muy práctica para su manejo por partes de las madres de familia, un ejemplo de ellas es el platano, es una fruta, pero el uso y su preparación se le trata igual que las harinas, incluyéndolos casi siempre en sopas y juntamente en otras verduras o preparados como atole. Su producción en sí es una fuente de nutrientes disponibles con que se cuenta, y que todo combinado hacen posible una clasificación nutricional al alcance de la comunidad.

En este Jardín de Niños se obtuvo el apoyo de las profesoras: Judith del Carmen Zurita Priego, María Elizabeth Gallegos García, Isabel Pérez Jimenez, Rocio Salvatierra Mendoza, - Auxiliarez de apoyo a la educación Claribel Pérez Dominguez, - Nilda María Rodríguez Ramirez, Sebastian Díaz Coronel, en el -

nos brindaron su mejor disponibilidad y colaboración en la iniciación de éste proyecto experimental, en la que se dió por -- aceptado por los padres de familias en las reuniones que se -- llevarón a cabo, en el cual se observó entusiasmo y se lograrón -- óptimos resultados de parte de ellos, se lograrón progra-- mar las actividades para el comienzo de estos establecimientos de desayunos escolares.

Las madres de familia se han venido organizando para la preparación de los alimentos, en las mañanas, quedando de acuerdo de presentarse a las 7:30 a.m. para empezar a preparar lo ya programado para ese día, señalando que fuerón los días -- martes y viernes, las madres de familia se fueron rotando du-- rante estos días señalados de tal manera que se cubrierón las semanas y así sucesivamente; para servir los desayunos a las -- 8:30 a.m. términando a las 9:00 a.m. y a continuación los niños pasan a lavarse las manos e integrarse a sus salones correspon-- dientes por grupo.

En la limpieza de los trastes y mesitas, las mamás se quedaban para levantarlos, limpiar y acomodarlos nuevamente. -- Se adaptó un aula como comedor para los desayunos.

Este proyecto realizado, ha permitido tener más niños se ha venido registrando un cambio en los padres de familia, -- un cambio de conciencia en donde se observa un avance en éste-- proceso.

C).- Evaluación permanente de las acciones y balance de resul-- tados.

En el grupo que se realizó el proyecto se contó con la colaboración de los padres de familia de estos, con el pro-- yecto en marcha se han obtenido buenos resultados, tanto de los niños como de los padres en el cual no se han presentado ---

ningún problema en dicho trabajo ya que los niños han mejorado en sus hábitos de limpieza, en su participación, en el interés, en el aula y sobre todo en la relación de padres de familia e hijo, ya que estos muestran mucho interés en la cooperación y en la participación en la elaboración de alimentos, también -- mostrarón mucho entusiasmo en las conferencias y pláticas que se les dió para poder tener un seguimiento a esto, hemos buscado el asesoramiento de la Nutriologa del COPUSIT (Cocinas Populares y Unidades de Servicios Integrales de Tabasco). La Señora María Mercedes Izquierdo López, la cual nos apoyo en las preparaciones de los diferentes menús para los niños, otros padres de familia se han integrado y han aceptado ayudar a preparar ellos mismos los alimentos de los niños para así después -- elaborarlos en sus hogares.

Existe mucho entusiasmo con los padres de familia de la comunidad ya que hay un dialogo directo y constante con -- ellos, la participación de ellos fué muy satisfactoría en su colaboración, porque les interesa que sus hijos asimilen y sobre todo obtengan buenos resultados en el aprovechamiento y en la educación integral de los niños.

Los niños participaron en la elaboración de mantelitos para adornar las mesas, y ayudarón ha acomodar los trastes sucios en su lugar para que los lavarán las madres de familia, -- ellos estuvieron muy contentos al ver la participación de sus padres, en cuanto a los resultados observé, en forma directa -- que favoreció mucho su afectivo social al convivir con sus compañeros, en el desayuno escolar, todos los niños comían el menú que se les preparaba y hasta pedían más, ya que todo estaba higiénicamente bien elaborados y sobre todo nutritivamente balanceado.

Todo esto se llevó a cabo con los padres de familia -- trabajando mucho en la adaptación del aula cómo comedor, ya que

al terminar los desayunos se arreglaba otra vez el mobiliario - en su lugar de trabajo en el aula para poder iniciar la labor - educativa, no se inició con una instalación adecuada, tampoco - con un servicio completo pero la acción social del docente fué muy activa, ya que el principal interes del maestro es la educación y el bienestar del educando basado desde luego en una buena alimentación, el comité de padres de familia se turnaba en la elaboración de los desayunos de acuerdo a las posibilidades y tiempo para elaborar dichos alimentos.

Se organizó una función de payasos en el plantel, ker mess, rifas y bazaar de ropa en el cual me apoyaron las compañeras educadoras trayendo de sus casas y recolectando con familiares y amigos ropas de medio uso y en buen estado, con el fin de venderlos y poder adquirir fondos económicos en el apoyo de los gastos extras, en este tipo de labor social que realizarón las educadoras fué un éxito, ya que hay familias de escasos recursos económicos que no cuentan con lo suficiente para adquirir una prenda nueva en las tiendas de ropa, de las gestiones que se realizarón en diferentes dependencias fueron nulas, y al no contar con estas se observó que la ayuda y colaboración de los padres de familia es suficiente ya que la labor del educador se amplia, y es necesario orientar a los padres de familia para que conozcan el valor nutricional de los alimentos que pueden adquirir económicamente.

Nos toca a nosotras las educadoras guiar, aconsejar y orientar a los padres de familia de cuales son las maneras correctas de alimentarse y alimentar a sus hijos, también como deben consumir productos ricos en proteínas, vitaminas y minerales, procurando obtener de está mayor provecho posible, esto lo podemos lograr concientizando a la comunidad en general con pláticas y conferencias sobre la buena alimentación.

## C O N C L U S I O N E S

Con la investigación desarrollada de la problemática y su posible solución, resulta indispensable comprender que el trabajo que realizamos tienen límites que impide directamente la formación integral en el plano de la inteligencia y en el desarrollo genético de los educandos.

Las experiencias aquí reunidas, dada su complejidad nos inducen a pensar que el papel del docente va más allá de las aulas escolares, en el contexto social donde interactúan los adultos, y muchas veces las relaciones sociales se han perdido a consecuencia de la incapacidad afectiva o intelectual que ostentamos, remitiendonos a poseer una pequeña personalidad en el medio en que se labora.

Interpretamos de aquí en adelante que los maestros no debemos mantenernos indiferentes hacia estos problemas y sí buscar posibles soluciones, quizás no en su totalidad, pero sí hasta cierto grado. Con esto lograríamos innovar las tareas docentes que hoy resultan obsoletas, en beneficio de los niños y más tarde de los adultos.

Es por ello que todos los docentes reflexionemos hacia lo que estamos realizando y luchar por cambiar la situación problemática que viven en sus aulas, en bien de nuestros semejantes, de la sociedad en general y nosotros mismos.

## S U G E R E N C I A S

Nuestro proposito fundamental es que la participación comunitaria se vincule más estrechamente con el aspecto -- educativo, y que nuestras autoridades encargadas de realizar -- los programas o proyectos de trabajo, no lo realicen desde el escritorio, sino que sea desde la escuela para que visualice un enfoque mpas real y práctico, ya que muchas veces nos envían programas progamas que no son operacionales pero por disciplina se tiene que aplicar.

Tomando en cuenta las consideraciones que actualmente se tiene que sensibilizar tanto el personal docente, como a los padres de familia, función considerada prioritariamente de un maestro, pero en muchas ocasiones no se le puede exigir que cumpla adecuadamente con sus funciones, porque algunos se sienten frustrados mostrando un comportamiento negativo, debido a los numerosos e inoperantes procesos burocráticos que interfieren a la enseñanza, sumandose a éstos la renumeración que se -- paga a los maestros por su servicio.

Por lo tanto para realizar actividades de interés comunitario se necesita que el maestro esté conciente y satisfecho de su labor, para que así pueda realizar con mayor entusiasmo las visitas domiciliarias, redoblando esfuerzos y así tratar de convivir más de cerca con los padres de familia, ya que éstos representan el punto de apoyo para el educador, y en conjunto se puede realizar con éxito cualquier programa educativo, ya que la educación tiene que estar vinculada con la comunidad.

Al mismo tiempo hago la sugerencia de que aquellos - maestros que estén concluyendo sus estudios que cuando lleguen a seminarios se les estimule de tal forma que su práctica docente la transformen verdaderamente, que la investigación participativa se haga realidad en cada una de las comunidades en donde se encuentran prestando sus servicios, que sea el maestro - que vincule verdaderamente la educación con la realidad de la comunidad, que estemos siempre dispuestos a buscar estrategias de trabajo con el fin de que la labor del educador no se convierta en rutina ya que es ahí donde él mismo maestro se aburre y le causa flojera asistir con regularidad y entusiasmo a impartir sus labores diarias, olvidando por completo la responsabilidad que se tiene en lo que respecta a la educación de nuestros niños.

Al mostrar el maestro entusiasmo y creatividad le da la oportunidad al niño de inculcarle principios higiénicos, -- educativos y morales necesarios para que con el tiempo se conviertan en adultos capaces de adaptarse bien a la vida.

Sobre todo que se tome en cuenta las necesidades e intereses del niño y que se respeten sus derechos, que se procure tener un servicio médico adecuado, buena alimentación, si - ésto no es posible cuando menos lo más indispensable para sus organismo, de igual manera darle oportunidad de jugar y divertirse así como de darle educación con responsabilidad, todo esto con la finalidad de que el niño desarrolle sus aptitudes y llegue a ser un miembro útil a la sociedad.

Es por ello que se debe hacer conciencia en el maestro que desee su propia superación, que la participación comunitaria nos lleva a buscar una comunicación horizontal y creativa en todo momento.

## B I B L I O G R A F I A

- 1.- Alpandery Gratiot L. y Zazzo René.- Tratado de Psicología del Niño. Editorial Morata, Volúmen Num. 4.
- 2.- Corine H. Robinson.- Nutrición Infantil. Editorial Cecsá. Edición 1980.
- 3.- Cuadernillo de Nutrición.- México. Instituto Nacional de la Nutrición.
- 4.- Chavez A. y Martinez C.- Nutrición y Desarrollo Infantil. Editorial Interamericana, México.
- 5.- J Brady y Co. Robert.- Nutrientes Necesarios. Editorial Limusa.
- 6.- Ministerio de la juventud.- Instituto Nacional del Menor. Asistencia supletoria y/o complementaria del cuidado -- diario familiar a menores de 0 a 6 años estructura pro-- gramática.
- 7.- Palacios, Jesus.- Condiciones Evolutivas de Educación.- Cuaderno de Pedagogía, Num. 63, Edición 1980.
- 8.- Robinson H.- Biblioteca de Nutrición.- Tomo 2, México, -- Cecsá, Edición 1980.
- 9.- Torroella, J.- Libro de Pediatría para Padres Responsa-- bles. México, Editorial patria. Edición 1975.
- 10.- Torroella, Julio Manuel.- Pediatría. Editorial Mendéz - Oteo. Págs.- 6 y 7.
- 11.- U.P.N.- Niño, Desarrollo y Aprendizaje. México.
- 12.- Victor C. Vaughan.- Tratado de Pediatría. Editorial Salvat Mexicana, S.A.

A N E X O S



Agua ( ) Drenaje ( ) Electricidad ( ) Teléfono ( )  
Gas ( )

3.4 Servicios de la comunidad:

Alumbrado Público ( ) Calles pavimentadas ( )  
Alcantarillado ( ) Teléfono ( ) Transporte Público ( )

Observaciones: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

IV. **ANTECEDENTES PRENATALES Y POSNATALES:** (Marque con una X)

4.1 Embarazo: Normal ( ) con problemas ( ) Especifique \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4.2 Parto: Normal ( ) con problemas ( ) Especifique \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4.3 Lactancia: pecho ( ) ¿Cuánto tiempo? \_\_\_\_\_  
mamila ( ) ¿Cuánto tiempo? \_\_\_\_\_

V. **HISTORIA DEL DESARROLLO DEL NIÑO:**

5.1 Físico: Talla \_\_\_\_\_ Peso \_\_\_\_\_

5.2 Presenta alguna malformación aparente: Si ( ) No ( ) ¿Cuál? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5.3 Enfermedades que ha padecido: \_\_\_\_\_

5.4 Enfermedades y/o alergias que padece: \_\_\_\_\_

**ESTADO NUTRICIONAL (PULSERA BRAQUIAL) Verde( ) AMARILLO( ) ROJO( )**

5.5 Vacunas y refuerzos que ha recibido:

Tripe ( ) Sarampion ( ) Polio ( ) Tuberculosis ( )

5.6 Cuenta con servicios médicos: Si ( ) No ( ) ¿Cuál? \_\_\_\_\_

5.7 Edad de Control de esfínteres:

Diurno \_\_\_\_\_ Nocturno \_\_\_\_\_

5.8 ¿Cuántas horas duerme el niño? \_\_\_\_\_

Tipo de sueño: Tranquilo \_\_\_\_\_ Intranquilo \_\_\_\_\_

El niño duerme en : Cama independiente ( ) Cama compartida ( )

¿Con quién? \_\_\_\_\_

5.9 ¿Qué tipo de alimentos consume el niño? :

Desayuno: \_\_\_\_\_

Comida: \_\_\_\_\_

Cena: \_\_\_\_\_

Desarrollo motriz y de lenguaje:

6.0 ¿A que edad caminó? \_\_\_\_\_ ¿A que edad habló? \_\_\_\_\_

6.1 Lateralidad: Diestro ( ) Zurdo ( ) No define ( )

6.2 Describa brevemente el lenguaje del niño: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**VI. CARACTERISTICAS DE LA CONDUCTA:** (Marque con una X)

Si el niño ha presentado algunas de las siguientes conductas con cierta frecuencia.

Berrinches ( ) Llantos excesivos ( ) Agresividad ( )

Orinarse en la cama ( ) Morderse las uñas ( ) Rechazo de

Alimentos ( ) Succión del pulgar ( )

**VII OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

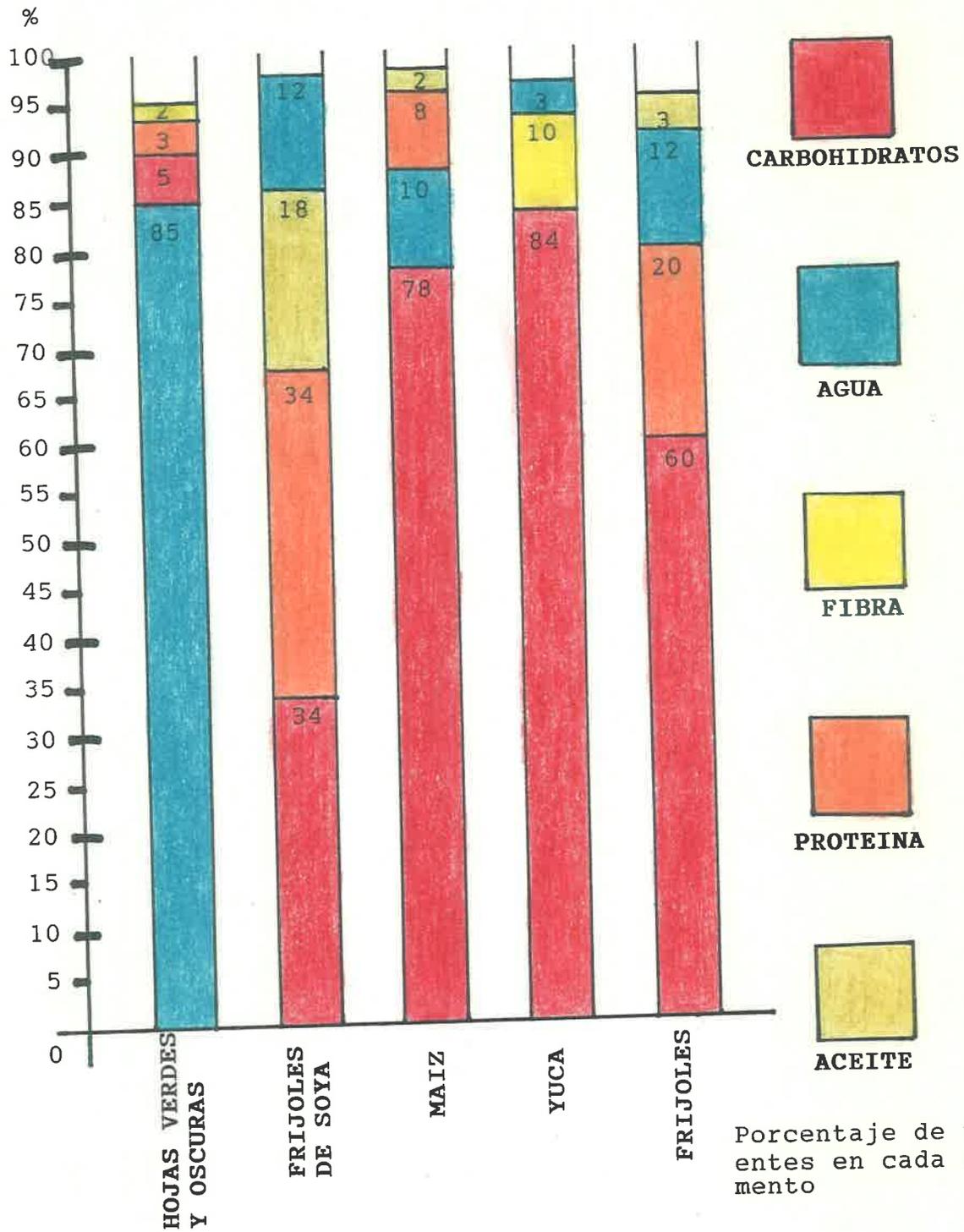
\_\_\_\_\_

Villahermosa, Tabasco a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 19\_\_

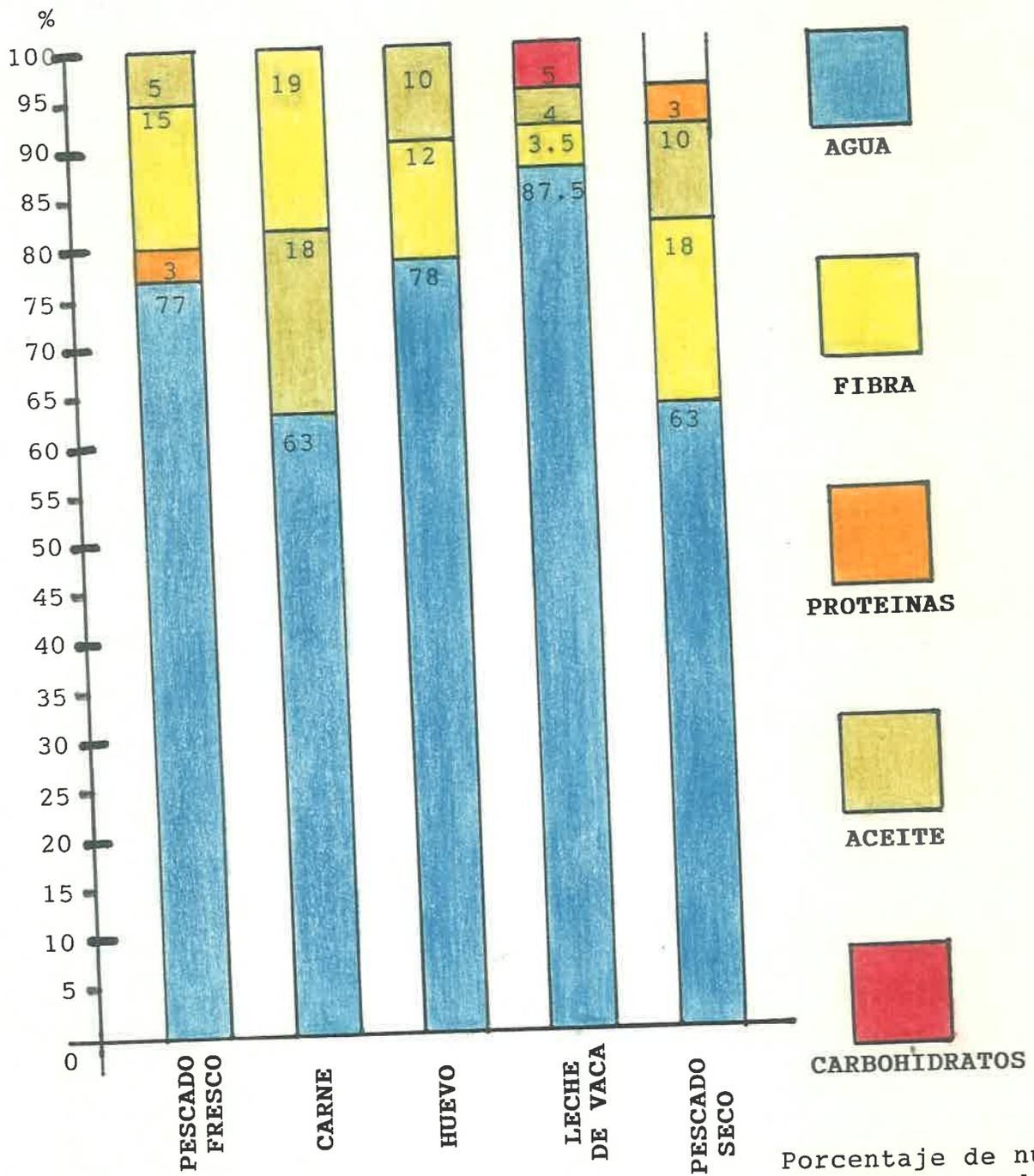
Lugar y Fecha

\_\_\_\_\_  
Nombre y firma de la Educadora.

**ALIMENTOS DE VEGETALES QUE NOS PROPORCIONAN  
PROTEINAS Y CARBOHIDRATOS**



## ALIMENTOS DE ANIMALES QUE NOS PROPORCIONAN PROTEINAS



Porcentaje de nutrientes en cada alimento

**SUSTANCIAS NUTRITIVAS POR CADA  
100 GRAMOS DE ALIMENTOS**

<b>ALIMENTOS</b>	<b>KILOCALORIAS</b>	<b>GRAMOS DE PROTEINAS</b>	<b>GRAMOS DE AZUCARES</b>	<b>GRAMOS DE GRASAS</b>
Huevo de gallina	133	12.8	0.7	11.5
Leche de vaca	67	3.2	4.7	3
Carne de res	151	20	0	7.5
Carne de pollo	125	20	0.0	4.5
Sardinias en aceite	200	26	1.2	11
Queso	400	25.7	2	28
Yogurt	69	3.4	3.9	4
Mantequilla	775	0.75	0.6	83
Avena	377	12.5	62	5.9
Pan de trigo	250	7.0	57.8	0.4
Harina de maíz	345	9.0	70	2.5
Harina de soya	375	40	12	18
Frijol	350	22	51	2
Ejotes	44	3.6	6.7	0.2
Lentejas	320	24	51	1.5
Habas secas	280	22	44	1
Chicharos frescos	85	6.5	14.5	0.5
Miel de abeja	307	0.3	77.3	0
Espinacas frescas	30	2.8	3.9	0.3
Lechuga	16.5	1.4	1.9	0.3
Col	68.5	4	10.8	0.8
Coliflor	31	2.5	4.6	0.3
Papas	88	2	20	0.2
Cacahuates	560	30.6	18.2	46.1
Plátano	95	1.2	18.5	0.3
Melón	30	0.7	6	0.3
Jugo de naranja (natural)	49	0.5	12	0.1

**Alimentos y la cantidad diaria que se recomienda  
para el niño en edad preescolar**

ALIMENTO	CANTIDAD	MEDIDAS CASERAS
<b>1. Cereales</b>	<b>Cuatro raciones de;</b>	
arroz o pasta	20 gramos	2 cdas. soperas
pan de sal	70 gramos	1 pieza
pan de azúcar	50 gramos	1 pieza
avena, maicena etc.	10 gramos	1 cda. sopera
tortillas	60 gramos	2 piezas
<b>2. Proteicos</b>	<b>Dos raciones de:</b>	
leche fresca	200 mililitros	1 vaso
queso	30 gramos	1 rebanada
carne	60 gramos	1 trozo pequeño
huevo	50 gramos	1 pieza
leguminosas	20 gramos	2 cdas. soperas
<b>3. Verduras y frutas</b>	<b>Tres raciones de:</b>	
verduras	20-40 gramos (hoja)	2 hojas
	60-80 gramos (pulpa)	1 pieza chica (media taza)
frutas	60-80 gramos	1 pieza chica (media taza)

NOTA: En el caso de alimentos de origen animal, se recomienda que el niño tome una ración de leche y una carne o una de queso y otra de huevo o vísceras, según la disponibilidad de alimentos en la familia.

## D E S A Y U N O S

M e n u    N o .    1

### C a n t i d a d

	Pre-escolar	Escolar
a).- Atole de avena	1/2 taza	1 taza
b).- Enfrijoladas con queso	1 pieza	2 piezas
c).- Fruta de temporada	1 cda. grande	1 cda. gde

### P R E P A R A C I O N

- a).- La avena se pone a hervir con la leche y el agua, posteriormente se agrega canela y azucar, se deja cocer perfectamente.
- b).- Se licuan los frijoles con un poco de caldo y se frien hasta que queden suaves, se sumerge la tortilla en los frijoles previamente pasada por el aceite, se dobla a la mitad se baña de más frijol y se le espolvorea encima el queso.
- c).- La fruta se lava perfectamente con agua y jabon, se pela y se sirve en trozos pequeños.

## M e n u   N o .   2

### C a n t i d a d

	Pre-escolar	Escolar
a).- Leche con polvillo	1/2 taza	1 taza
b).- Chilaquiles con pollo	1 cda. grande	1 cda. gde.
c).- Fruta de la temporada	1 cda. grande	1 cda. gde.

### P R E P A R A C I O N

- a).- Se licua la leche junto con el polvillo y el azucar, mezclandolo perfectamente.
- b).- La tortilla se corta en cuadritos y se frien, se licua el jitomate con ajo y cebolla, se frie y se le agrega la tortilla, posteriormente se agrega el pollo deshebrado y se rocía de queso rayado.
- c).- La fruta se lava perfectamente con agua y jabon , se pela y se sirve en trozos pequeños.

## M e n u    N o .    3

### C a n t i d a d

	Pre-escolar	Escolar
a).- Leche con mermelada	1 taza	1 taza
b).- Taquitos de papa con chaya	2 piezas	2 piezas
c).- Fruta de la temporada	1 cda. grande	1 cda. gde.

### P R E P A R A C I O N

- a).- La leche se licua junto con la mermelada hasta que se incorpore perfectamente.
- b).- Se prepara el pure de papa agregando un poco de margarina, leche y sal incorporando en este la chaya cocida y picada finamente, posteriormente se enrolla la tortilla con el pure y se frie en aceite caliente, se sirve con un poco de salsa de jitomate y queso rallado.
- c).- La fruta se lava perfectamente con agua y jabon, se pela y se sirve en trozos pequeños.

## M e n u   N o .   4

### C a n t i d a d

	Pre-escolar	Escolar
a).- Licuado de fruta	1 taza	1 taza
b).- Empanadas de queso	2 piezas	2 piezas
c).- Ensalada de repollo	2 cucharadas	2 cucharadas
c).- Gelatina	1 tazita	1 tazita

### P R E P A R A C I O N

- a).- La fruta se lava perfectamente con agua y jabon, se pela y se licua con leche y el azucar.
- b).- Se prepara la masa o maseca con harina y sal, se hace la tortilla, se agrea el queso rayado, se doba y se frie en aceite caliente.
- c).- El repollo se lava perfectamente hoja por hoja, se pica y se desinfecta con gotas de yodo (microdin), utilizando 5 gotas por cada litro de agua de deja 15 minutos; se ecurre y se revuelve con jitomate picado sal y limón.
- d).- El polvo de gelatina se disuelve en agua hirviendo y se deja enfriar, luego se mete al refrigerador en moldes.

**M e n u    N o .    5**

**C a n t i d a d**

	<b>Pre-escolar</b>	<b>Escolar</b>
a).- Leche con choco-avena	1 taza	1 taza
b).- Huevo con chayote	1 cda. grande	1 cda. gde.
c).- Tortilla	1 pieza	2 piezas
d).- Fruta de temporada	1 cda. grande	1 cda. gde.

**P R E P A R A C I O N**

- a).- Se licua la leche agregando choco-avena y azucar.
- b).- Se pica el chayote y se pone a cocer, después se frien -- con pure de jitomate y se le agrega el huevo previamente batido y se retira del fuego una vez cocido.
- c).- La fruta se lava perfectamente con agua y jabon, se pela y se sirve en trozos pequeños.

## SUGERENCIAS PARA MEJORAR LOS HABITOS ALIMENTICIOS DEL PREESCOLAR



1.- Recordar que los buenos hábitos de alimentación se forman a esta edad.



2.- Enseñar al niño a lavarse las manos antes de cada comida.



3.- Servirle de comer cuando ya esta sentado a la mesa asi no se enfriará la comida y tendra mejor presentación.



4.- Incluir todos los días frutas y verduras en su alimentación.



5.- No regañar ni pegarle al niño a la hora de las comidas. Si lo hace, relacionará esos malos momentos con el alimento y lo rechazará en el futuro.



6.- Permitirle cierta libertad a la hora de las comidas. Es frecuente que el niño se levante antes de terminar de comer. En ese caso - insistirle con cariño que vuelva a la mesa.



7.- No insistir cuando el niño ya no quiera comer. Es probable que ya esté satisfecho. Guardarle la comida - para la hora que tenga hambre.



8.- Darle a cada niño la ración que necesita. No todos tienen el mismo apetito.

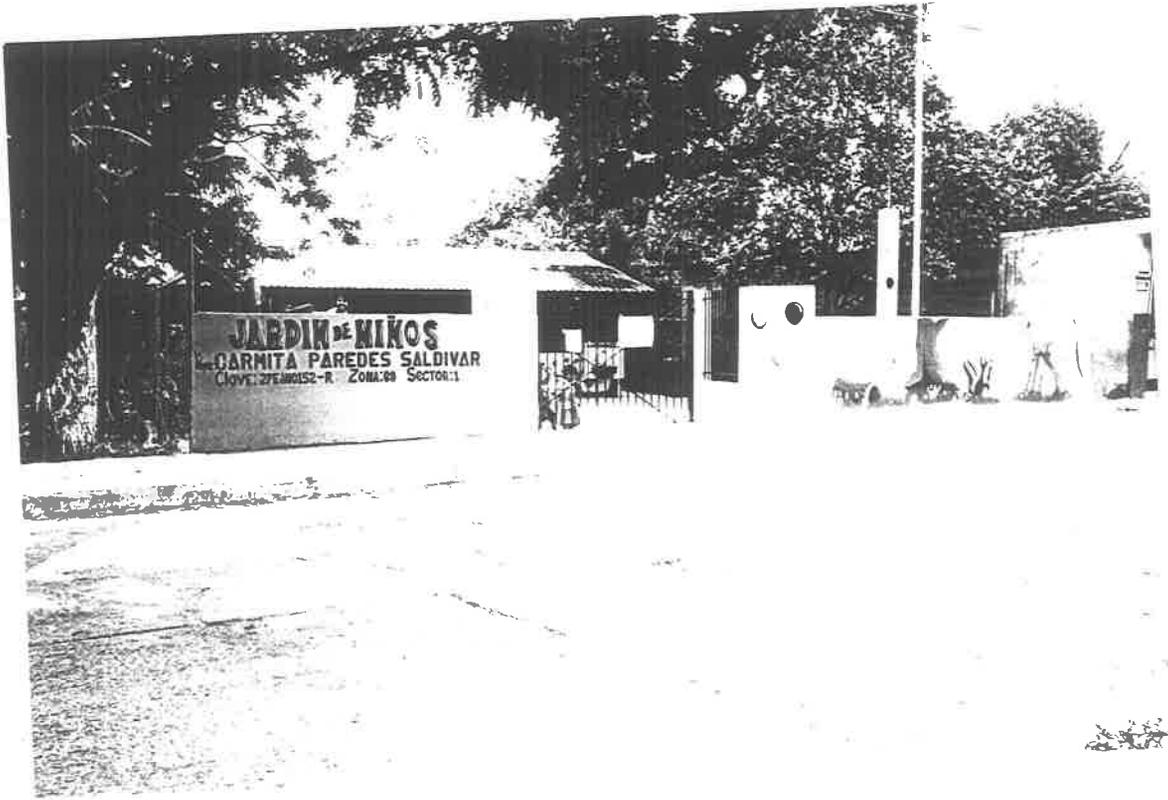


Fig. 1 Frente del Jardín de Niños



Fig. 2 Profesionistas especializados en el tema



Fig. 3 Orientaciones y platicas a las Madres de familia



Fig. 4 Fachada del Centro de Salud, padre de familia en las visitas al doctor



Fig. 5 Midiendo a los niños para llevar el control de peso y talla

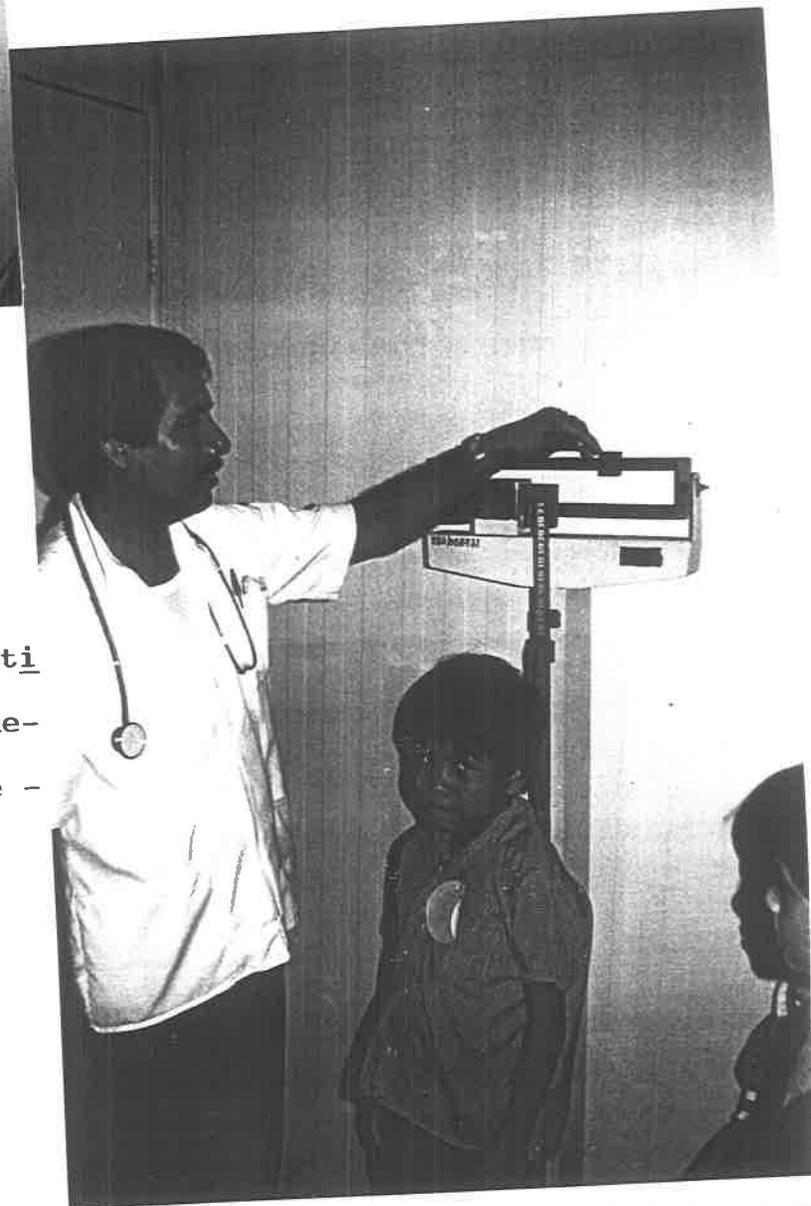


Fig. 6 Con ayuda y entusiasmo participaron el Doctor y Enfermeras del Centro de Salud de la comunidad



**Fig. 7** Revisión médica por niño para el control de desparasitación



**Fig. 8** Sirviendo los desayunos escolares por las madres de familia



**Fig. 9** Por equipo de trabajo las madres de familia llevan a cabo los desayunos escolares



**Fig. 10** Motivando a los niños a comer los desayunos nutritivos