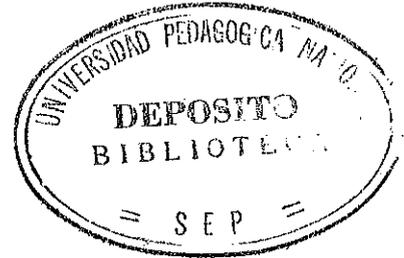


A- 2021
2022
2023

Secretaría de Educación Pública

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 141 GUADALAJARA



06 MAYO 1998

**CAUSAS QUE ORIGINAN LA DESNUTRICIÓN EN NIÑOS DE
PREESCOLAR.**

Estudio del Jardín de niños No. 86 de Tequila, Jal.

Investigación de Campo.

INVESTIGACIÓN DE CAMPO QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN PREESCOLAR

PRESENTAN:

Martha García Mexicano

Laura Luna Sánchez

Leticia Montoya Hernández

GUADALAJARA, JALISCO; MAYO DE 1997

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

GUADALAJARA, JAL., 27 DE MAYO DE 1997.

C. PROFR.(A) MARTHA GARCIA MEXICANO
P R E S E N T E

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, intitulado: "CAUSAS QUE ORIGINAN LA DESNUTRICION EN NIÑOS DE PREESCOLAR, ESTUDIO DEL JARDIN DE NIÑOS No. 86 DE TEQUILA JAL.."

_____, opción INVESTIGACION DE CAMPO, a propuesta del asesor pedagógico C. LIC. ARMANDO MARTINEZ MOYA; manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

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

A T E N T A M E N T E
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

Felia Morales O
DRA. FEFELIA MORALES ORTIZ.
PRESIDENTE DE LA COMISION DE EXAMENES
PROFESIONALES DE LA UNIDAD UPN 14A GUADALAJARA

C.c.p. Departamento de Titulación de LEPEP.



DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

GUADALAJARA, JAL., 27 DE MAYO DE 199 7.

C. PROFR. (A) LAURA LUNA SANCHEZ
P R E S E N T E

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, intitulado: "CAUSAS QUE ORIGINAN LA DESNUTRICION EN NIÑOS DE PREESCOLAR, ESTUDIO DEL JARDIN DE NIÑOS No. 86 DE TEQUILA, JAL.."

_____, opción INVESTIGACION DE CAMPO, a propuesta del asesor pedagógico C. LIC. ARMANDO MARTINEZ MOYA, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

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

A T E N T A M E N T E
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"



Fofelia Morales C.
D^{CA} OFELIA MORALES ORTIZ.
PRESIDENTE DE LA COMISION DE EXAMENES
PROFESIONALES DE LA UNIDAD UPN 14A GUADALAJARA

C.c.p. Departamento de Titulación de LEPEP.

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

GUADALAJARA, JAL., 27 DE MAYO DE 1997.

C. PROFR.(A) LETICIA MONTOYA HERNANDEZ
P R E S E N T E

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, intitulado: "CAUSAS QUE ORIGINAN LA DESNUTRICION EN NIÑOS DE PREESCOLAR, ESTUDIO DEL JARDIN DE NIÑOS No. 86 DE TEQUILA, JAL.."

_____, opción INVESTIGACION DE CAMPO, a propuesta del asesor pedagógico C. LIC. ARMANDO MARTINEZ MOYA; manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

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

A T E N T A M E N T E
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

Ofelia Morales O.

OFELIA MORALES ORTIZ
PRESIDENTE DE LA COMISION DE EXAMENES
PROFESIONALES DE LA UNIDAD UPN 14A GUADALAJARA



C.c.p. Departamento de Titulación de LEPEP.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	9
CAPÍTULO I LA DEFICIENTE ALIMENTACIÓN COMO UN FACTOR QUE INFLUYE EN EL JARDÍN DE NIÑOS.....	14
1.1 Planteamiento.....	15
1.2 Justificación.....	19
1.3 Objetivos.....	21
1.4 Hipótesis.....	22
CAPÍTULO II LA DESNUTRICIÓN Y SUS REPERCUSIONES.....	23
2.1 Marco Contextual.....	24
2.2 Marco Teórico.....	28
CAPÍTULO III DESARROLLO DEL ESTUDIO DE CAMPO.....	40
3.1 Metodología.....	41
3.2 Aplicación del Trabajo de Campo.....	44
CONCLUSIONES.Y SUGERENCIA.....	76
ANEXOS.....	80
BIBLIOGRAFÍA.....	108

QUÉ ES UN NIÑO

Los niños vienen en diferentes tamaños, pesos y colores. Se les encuentra donde quiera: encima, debajo, trepado, colgado, corriendo, saltando... Los papás los adoran, las niñas los odian, las hermanas y hermanos mayores los toleran; los adultos los desconocen, y el cielo los protege. Un niño es la verdad con la cara sucia, la sabiduría con el pelo desgreñado y la esperanza del futuro con una sonrisa en el alma.

¡Periódico, Periódico!...

¿Cómo es posible que un niño, desnutrido y mas dormido pueda despertar temprano y gritar con tantos bríos?

O es que el hambre hace milagros especialmente en los niños que son víctimas inocentes de un mundo corrompido.

Entre estos niños mugrosos, que la sociedad desprecia se encuentran progenitores de hombres ruines, sin conciencia que solo buscan placeres sin cubrir las consecuencias.

A esos grandes empresarios gobernantes y bancarios, oigan el grito de auxilio de estos niños maltratados, porque es posible que entre ellos vean su rostro reflejado.

(Tomado de un cartel de preescolar)

Especialmente para:

Nuestro asesor con cariño y respeto:

que con su gran experiencia nos motivó a realizar nuestro anhelo:

al profesor Armando Martínez Moya.

A nuestro gran equipo de compañeras, que con mucho esfuerzo y empeño logramos llegar al final de nuestra meta recordando con cariño a:

Martha García Mexicano

Laura Luna Sánchez

Leticia Montoya Hernández

DEDICATORIAS

A Dios gracias por iluminarme y haberme permitido llegar a mi meta.

*A mis hijos:
Martha Cecilia, Jesús Miguel, Martín
Alonso por haberles robado un poco
de su tiempo, su paciencia para llegar
y poder cumplir con mi sueño.*

*A mis familiares:
A mis hermanas, Ma. del Rosario,
Ma. Estela, Ma. de los Angeles,
por haberme impulsado a seguir
adelante para lograr mi anhelo.*

*A mi esposo:
Con especial cariño por su apoyo
moral y por haberme dado el impulso
necesarios para llegar a feliz termino.*

*A mis amigas, amigos y personas
que colaboraron con este trabajo
de investigación, inyectándome,
ánimo para lograr mi superación profesional.*

*A los niños mexicanos, a mis alumnos a los
cuales me he entregado en cuerpo y alma
" Si volviera a nacer, volvería a ser maestra".*

MARTHA

DEDICATORIAS

Le doy gracias a Dios por haber escuchado mis suplicas para llegar a la culminación de esta etapa tan importante para mi.

A mis padres por haberme ayudado moral y económicamente en todo momento y sobre todo ahora que más los necesito.

A Eduardo por haber tenido paciencia con la fecha fijada para llegar a realizar nuestro objetivo como es: Nuestro Matrimonio.

LAURA

DEDICATORIAS

A mis hijos:

*Melina Iranhí, Ulises y José Emmanuel
por su comprensión al dejarlos solos,
para realizar mi trabajo.*

A mi madre:

*Por su apoyo moral y económico y
que por medio de sus rezos me ilumino
para llegar a realizar mi anhelo.*

A mi esposo:

*Con cariño por tolerar mi ausencia
y comprenderme, para llegar al final
de mi meta propuesta.*

*Le doy gracias a Dios por haberme
permitido llegar a finalizar una etapa
más en mi vida.*

LETICIA

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

Somos un equipo de Educadoras con una antigüedad de 10 a 16 años de servicio; el motivo por el cual elegimos este tema tan importante para nosotras, es saber *las causas que originan la desnutrición*. Esta situación influye invariablemente junto con otros factores en el proceso de aprendizaje de los niños, por esto, nuestro propósito fundamental es, primero conocer para luego orientar a los padres de familia en el logro de un mejor desarrollo integral del alumno, dándole a conocer las causas o la información que permita una mejor nutrición al preescolar. La alimentación en la segunda infancia es de suma importancia, ya que de ella dependerá el futuro del niño.

En este trabajo están implícitas nuestras experiencias obtenidas durante nuestra labor como educadoras y que nos han servido para elaborar la presente investigación de campo, intentamos proponer un trabajo en participación tomando como núcleo uno de los tantos factores que afectan al niño preescolar como es el de la desnutrición y con ello la mala alimentación en el Jardín de Niños No. 86, turno matutino, en la población de Tequila, Jalisco, correspondiente a la zona No. 43, razón por la cual consideramos la importancia para buscar soluciones a efectos de superar dicho problema, pero para ello necesitamos un conocimiento objetivo de la realidad de nuestro niños, de ahí nuestra investigación.

Por lo tanto nos organizamos para estudiar el problema a efecto de hacer algo notorio en este plantel que nos dignifique como maestras y promueva la creación del nivel académico del jardín, ya que son pocos los niños que aprovechan íntegramente la situación educativa, pues muchos de ellos ni siquiera llevan un refrigerio que les nutra pues la mayoría de ellos comen productos industrializados sin nutrientes ya que es más

cómodo para las madres, sin saber hasta qué punto ellas perjudican la salud de sus hijos en su desarrollo integral.

Nos impresionó la falta de importancia que se le da a la alimentación. Como educadoras debemos de tener los suficientes conocimientos sobre el tema, por ello nos dimos a la tarea de organizar, en conjunto con los padres de familia, que los refrigerios que se llevaran fueran nutritivos y a través de ellos, educar a los niños a que consuman alimentos que les nutran.

En la primera parte hacemos una descripción y análisis de la problemática tratando de plasmar ahí un panorama general sobre las consecuencias y efectos que trae consigo una mala alimentación que repercute directamente al Jardín antes mencionado en donde se ha manifestado el fenómeno. Se inicia con el ejemplo evidente de una realidad para ofrecer la justificación plena del estudio realizado.

Durante mucho tiempo se ha hablado de la importancia que la desnutrición tiene pero no con la suficiente claridad como para impresionar a la población, ya que influye de una manera contradictoria las fuentes masivas de comunicación; pero hay que tomar en cuenta las condiciones de vida de cada familia.

Si se preguntara cómo sabemos que la población infantil estudiada está desnutrida, es importante señalar que nuestra experiencia de educadoras nos hace ver o suponer esa condición debido a las siguientes experiencias:

Las fichas de identificación que hacemos al principio del año escolar en donde nos damos cuenta por medio de esa encuesta el tipo de alimentación, su forma de vida desde su nacimiento hasta la edad actual del niño.

Otro de nuestros apoyos es el cuaderno de observaciones diarias donde registramos las conductas y hechos relevantes notando comportamientos distintos en los alumnos como son quietos, entusiastas, perezosos, somnolientos y su físico es alarmante ya que sus características son notorias e identificables y llevando un refrigerio no nutritivo para su organismo.

Sabemos que la sociedad día con día requiere de análisis, reflexión y participación de todos en el desempeño de roles que a cada uno nos toca jugar para así hacer de la niñez futuros individuos autónomos y capaces de enfrentar con éxito el futuro.

El principal papel en esta formación la tenemos los maestros como orientadores, conductores, como guías y amigos que debemos ser de los propios alumnos. Es también obligación de los padres de familia como primeros responsables de la instrucción que reciben los alumnos, en consecuencia también las autoridades educativas, entendiéndose que la formación de los niños no debe ser aislada ni pasiva, sino a través de acciones y participaciones transformadoras que se dan en el núcleo familiar y se refleja en el medio escolar.

Es por eso que hemos realizado este trabajo: influencias y efectos externos que repercuten en nuestros alumnos, la educación partiendo de su vinculación con la realidad social.

El trabajo lo centramos en algunos conceptos que nos sirvieron como principio para el abordamiento del tema elegido, reflexionando en lo que nos dicen diferentes autores sobre la desnutrición y sus aportaciones valiosas para solucionar este problema.

En la realidad que vive nuestra comunidad en la que trabajamos encontramos, a través de encuestas, un alto índice de desnutrición, de la cual surge la preocupación por mejorar la calidad nutricional de nuestros alumnos.

Por último exponemos en concreto, el proceso de investigación de campo llevada a cabo en esta comunidad, que tomamos como marco de referencia, para finalmente establecer las conclusiones y resultados de dicha investigación, donde pudimos comprobar nuestra hipótesis planteadas al principio de este trabajo.

Al querer desarrollar este trabajo nos encontramos con las siguientes limitaciones y dificultades; al realizar las entrevistas con algunos padres de familia, se mostraron indiferentes no dándole la importancia debida a las preguntas planteadas. Otra limitación que entorpeció nuestro avance fue el de la falta de colaboración por parte del DIF., al solicitarle su apoyo para pláticas a los padres de familia en el momento que se les solicito, dándonos una fecha lejana para poder orientarlos lo cual era necesario para poder concluir nuestro trabajo de investigación . Finalmente nos dirigimos a otra Institución de Salud, a la Secretaría de Salud Jalisco, la cual dirige el Dr. J. de Jesús Bernal Robles, gracias a las doctoras que con tanto entusiasmo acudieron a nuestro llamado, Ma. del Refugio Medrano González y Georgina Selene Michell de la Cruz, llegando a lograr nuestros objetivos que nos propusimos al iniciar nuestra meta.

CAPÍTULO I

LA DEFICIENTE ALIMENTACION, FACTOR QUE INFLUYE EN EL JARDÍN DE NIÑOS

I.1 Planteamiento.

I.2 Justificación.

I.3 Objetivos.

I.4 Hipótesis.

I.1. Planteamiento

A través de nuestros diez años a dieciséis años de trabajo docente nos hemos dado cuenta que los niños de 3 a 6 años de edad preescolar sufren del problema de desnutrición, aspecto que repercute invariablemente en la actitud, conducta y aprendizaje de ellos; creemos que las posibles causas que los originan es que los niños no apetezcan desayunar antes de irse al Jardín de Niños o porque los levantan tarde sin tener oportunidad de desayunar y cuando llega el momento de refrigerio, no quieren porque llevan comida chatarra como gansitos, papas, duritos, dulces y jugos enlatados o refrescos. Para las madres de familia es lo más práctico sin saber que estos alimentos los perjudican en su salud, dificultando un desarrollo físico y mental apropiado.

Son pocos los que llevan fruta y verduras cocidas o alimento nutritivos para sus refrigerio. Todo ello tiene que ver con las condiciones socioeconómicas y culturales en que se desenvuelven los niños.

Al no tener una alimentación balanceada su proceso de desarrollo es afectado en el aspecto intelectual, físico y social. También el Jardín de Niños tiene en ello una gran responsabilidad, no afrontando organizadamente la situación.

Hemos detectado en ocasiones que cuando se da el refrigerio que es a base de verduras los niños rechazan este alimento dejándolo tal y como se lo servimos, otros niños lo tiran al piso, un ejemplo palpable es que el día treinta de abril Día del Niño, se les festeja en conjunto con padres de familia y personal docente dándoles un refrigerio de tostadas con ensalada de pollo, agua fresca, gelatina complementándolo con el bolo de dulces y una bolsa de duritos y con dificultad se comieron las tostadas, tirando por debajo de la mesa algunos pedacitos de verduras.

Por medio de la ficha de identificación que se hace al inicio de año escolar nos damos cuenta que en su hogar no llevan una alimentación adecuada, muchas veces por falta de recursos económicos y otras por las madres de familia que no se preocupan por darles una buena alimentación, otras son madres solteras que se preocupan por trabajar y sacarlos adelante dejando a los niños con personas ajenas a ellos o con un familiar más cercano, sin saber o ignorar la alimentación que recibe su hijo, y al llegar a su hogar les interesa más descansar que convivir o entablar conversación con las personas que esta al cuidado del pequeño, sin tomar en cuenta que en esta edad es importante consumir alimentos variados, como son: las verduras, frutas, legumbres, carnes, huevo, cereales, leche y sus derivados etc.

Todo lo anterior es producto de nuestra experiencia, pero necesitamos constatar objetivamente su verdadera dimensión, por eso con este trabajo queremos dar a conocer las condiciones reales en que se genera este problema a partir de sus causas y su influencia.

Una de las causas que consideramos inciden en el problema puede deberse a la falta de preparación de los padres de familia y por lo tanto a la poca importancia que le dan a la práctica de hábitos alimenticios dentro del hogar.

Considerando la nutrición como un condicionante necesario para el desarrollo óptimo del niño y básico, para su vida futura cuestionándonos y reflexionando acerca de este problema y partiendo del supuesto que: alumno desnutrido o que no está nutrido adecuadamente en cuanto a horario regular para ingerir sus alimentos puede ser un alumno de bajo rendimiento o es probable que el niño no se desarrolle integralmente.

Sabemos que existen muchos factores que determinan o influyen en el rendimiento y aprovechamiento escolar, pero el aspecto relacionado con las condiciones físicas y biológicas debe ser siempre tomado en cuenta en el nivel de preescolar, es de vital importancia, puesto que de ahí parte el proceso de desarrollo del conocimiento organizado y si no existen condiciones mínimas de bienestar y alimentación, entonces serán secuelas que evidencien problemas de desarrollo y aprendizaje.

La organización de la institución está a cargo de la directora, representándonos apoyándonos y comunicándonos, sugiriendo y atendiendo las opiniones de todo el personal, dando así buenas relaciones laborales. Aquí, se establece un lazo de unión entre los padres de familia y la comunidad, resaltando la labor del Jardín y como especialmente nos encontramos interesadas en conocer la influencia que pudiera tener una institución como esta en la familia y aun en la comunidad, consideramos que hay un alto índice de desnutrición, no obstante dada las características del niño, es necesario hacer constantemente actividades que sensibilicen a los alumnos a consumir alimentos nutritivos preparados en el aula-cocina, aspecto que en un futuro le servirá para desarrollarse integralmente.

El grado de escolaridad tal vez no llega a primaria y esto trae consigo el que los padres de familia no tengan conciencia de la importancia que tiene que los niños asistan al jardín. Un gran número de alumnos que asisten al plantel educativo se percibe con un grado de desnutrición notorio su lenguaje muy reducido y sus vivencias muy pobres, todo ello es muy grave, ya que representa, un obstáculo al proceso enseñanza-aprendizaje.

Conforme a todo lo anterior, consideramos que tanto en la población de Tequila como en la colonia Sauza y áreas correspondientes, se está incidiendo de manera importante en los hábitos alimenticios de las familias. Es significativo que con la

realización de esta investigación de campo observamos una realidad muy lamentable sobre la alimentación diaria de los educandos.

I.2. Justificación.

En este trabajo queremos dar a conocer las repercusiones que acarrearán una mala alimentación en los niños de preescolar, ya que responde a un interés personal y profesional puesto que la alimentación es una de las necesidades y preocupaciones fundamentales para la formación y progreso de los educandos.

Cada día es mayor la importancia de la nutrición como elemento fundamental de la salud y en la misma medida se concede gran trascendencia a las enfermedades nutricionales como lo consideran el Doctor Moises Béhar y la Doctora Susana J. Icaza.

La importancia que le dan nuestras compañeras educadoras a este problema es que si el niño estando desnutrido baja su rendimiento aunque también hay excepciones. La nutrición es un factor de especial influencia en el crecimiento, desarrollo y salud de los niños; los efectos en la criatura son evidentes: los que han sobrevivido a la desnutrición severa muestran alteraciones en su conducta, en su capacidad para aprender y en su desempeño intelectual.

Es alarmante en el Jardín la desnutrición. Esto se constató al dar un informe sobre la medición (con la Nutricinta) que se hace año con año por parte de la Secretaría de Salud Jalisco para detectar a niños con problemas. La educación, hace énfasis en el desarrollo humano y comprende las crisis y los problemas existenciales de los pequeños. Recomiendan los expertos del UNICEF que debe haber un mayor entendimiento entre escolarización y salud mental.

La escuela debe ser lugar donde todos los niños sientan que pueden aprender a realizarse con éxito sin importar capacidades, de lo que se trata es de intentarlo. Los

maestros deben de estar preparados para entender las relaciones emocionales y los problemas de tipo social que afectan a cada niño y así tomar parte en su desarrollo.

Es importante señalar factores como el ambiente, el crecimiento y fase de desarrollo dentro de la comunidad, tomando en cuenta los problemas que se originan hoy en día, enfocándose al aspecto orgánico. Es determinante que tanto la escuela como los padres de familia tomen iniciativa que los lleve a la solución de este grave problema que debe solucionarse a fin de satisfacer una de las necesidades primordiales en el aprendizaje del educando: su desarrollo vital, es decir, no sólo lo cognoscente, sino a partir de descubrir el ambiente en el que se desenvuelve; promover estrategias que lo hagan más sano, con más fortaleza y por ende con más posibilidades de mejorar su conocimiento, aptitudes y expectativas.

I.3. Objetivos

Elaborar a partir de la problematización planteada referida a desnutrición en el Jardín de Niños. No. 86. turno matutino, una investigación de campo encaminada a reconocer las causas que propician la desnutrición entre los alumnos.

Descubrir las condiciones familiares ambientales donde viven los niños del Jardín antes mencionado.

Conocer el tipo de alimentación del niño, las posibilidades y condiciones de su preparación.

Conocer los hábitos de consumo de los niños.

Indagar el nivel de información respecto a los hábitos alimenticios que tienen los padres de familia.

I.4. Hipótesis

Por nuestra experiencia como educadoras, creemos que en el Jardín de Niños, hay una cantidad amplia de niños posiblemente desnutridos que se deben a las siguientes circunstancias.

Variables independientes

Al no contar los padres de familia con un empleo que genere un salario digno para el sostenimiento de las familias, ello influye en una dieta alimenticia poco balanceada e insuficiente.

Creemos también que la información sobre alimentación que reciben los padres a través de los medios de comunicación, influyen en el consumo de una inadecuada alimentación.

Variables dependientes

La condición social deriva en una falta de orientación y concientización de los padres de familia, para aprovechar los pocos o muchos recursos económicos al llevar a cabo el proceso alimenticio.

En el consumismo exagerado en productos chatarras que impactan de manera directa a los niños a través de la televisión.

CAPÍTULO II

LA DESNUTRICIÓN Y SUS REPERCUCIONES

II.1 Marco contextual.

II.2 Marco teórico.

149479

II.1. Marco contextual

Es de gran valor para nosotras como educadoras conocer la comunidad donde desempeñamos nuestra labor docente, ya que el ambiente que rodea al niño, sus costumbres e intereses tienen una función muy importante en el desempeño escolar en iguales dimensiones para el docente como para el educando.

En la actualidad, Tequila es un lugar mundialmente reconocido por su dedicación a la producción de Agave, y por lo tanto su economía gira en torno a la fabricación del tequila. Su población ha crecido en forma acelerada, pues han emigrado a este lugar personas de otros estados y localidades cercanas; según el Plan Municipal de Desarrollo establece que el 50% de las mujeres se dedican al hogar, los hombres trabajan de campesinos, obreros, albañiles, comerciantes y solo un 30% son profesionistas.

Para darnos una idea de las condiciones sociales, económicas y productivas en las que viven los niños, alumnos del jardín incluimos brevemente los servicios y otros aspectos de la localidad, los servicios públicos son buenos para la población, principalmente los de transporte con salida cada media hora en la línea "Camiones de los Altos", urbanos desplazándose por toda la ciudad.

Cuenta con los servicios indispensables como:

Agua potable	Seguro Social	Casa de la Cultura
Unidad Deportiva	Secretaría de Salud	3 Instituciones Bancarias
Gasolinera	Cruz Roja	2 Cajas Populares
Estación de Ferrocarril	Biblioteca	Panteón Municipal

Desarrollo Integral Familiar	Vigilancia Policiaca	2 Mercados Municipales
Alcantarillado	Líneas Telefónicas	Museo
Drenaje	Servicio de Fax	Presidencia Municipal
Electricidad	Correo	Iglesia y Santuario
Empedrado	Telégrafo	
	Telecable	

Incluimos lo relativo a los festejos Tradicionales en razón de que los padres se ven influidos para gastar en ello, descuidando las necesidades de la alimentación de sus hijos, así; como también propiciando hábitos de consumo negativos.

Los festejos tradicionales son:

La Feria del Tequila y Fiestas Patronales celebradas en honor a la Virgen de la Purísima Concepción, del 30 de Noviembre al 12 de Diciembre.

La Población cuenta con las siguientes Instituciones Educativas:

- _____ Módulo de Universidad, Pedagógica Nacional.
- _____ Preparatoria Incorporada a la Universidad de Guadalajara.
- _____ Bachillerato Técnico Agropecuario. C.B.T.A. 106.
- _____ Instituto P.A.L. (secretariado).
- _____ Dos Centros de Computación.
- _____ Tres Secundarias.
- _____ Siete Primarias.
- _____ Nueve Jardines de Niños.
- _____ Dos Guarderías.
- _____ Educación Especial.

Es en el Jardín de Niños, en donde se da inicio a la vida escolar y a una vida social inspirada en los valores de Identidad Nacional, Democracia, Justicia e Independencia y los cambios que se pretenden para una educación moderna han de realizarse considerando estos valores. Una institución como lo es el Jardín de Niños No. 86 perteneciente al sistema estatal, es considerado como preparación para el ingreso a la educación primaria, aquí se da inicio a la educación sistematizada, en donde la socialización es una de los factores importantes para su función. Los niños que asisten se encuentran entre los 3 y 6 años de edad.

Este Plantel Educativo esta ubicado entre las calles Galeana y Cipriano Rosales No. 10, en el Fraccionamiento Sauza de esta ciudad.

El Jardín cuenta con el siguiente Personal:

Directora, cinco educadoras, cuatro Niñeras, Maestros de Educación Musical y Auxiliar de Intendencia.

El edificio se encuentra en buenas condiciones y para que este lugar funcione bien, es necesario que las relaciones entre el personal sean armónicas y de respeto. Se realizan reuniones de consejo técnico cada mes, en la cual se nos da a conocer, información de apoyo metodológico y aquí mismo se realizan coevaluaciones del desempeño del docente y directivo y acuerdos y sobre todo se nos da a conocer las obligaciones para con la institución y los niños. En cuanto a las instalaciones del Jardín, está compuesta para cinco aulas, Dirección, Aula Cocina, Patio Cívico, Áreas verdes con juegos infantiles, Sanitarios para niños, niñas y personas

* Anexamos el Plano del Jardín de Niños.

II.2. Marco teórico

Partiendo de que la desnutrición es un factor de principal importancia en la Educación como problema social en el que intervienen la pobreza, la ignorancia, y las enfermedades; llevaremos a cabo estrategias que ayuden a resolver la problemática que la desnutrición implica, aspecto que podríamos definir como:

" Trastorno de la nutrición provocado por insuficiencia alimenticia por privación de algún alimento esencial de la dieta durante un período prolongado de tiempo, o por defecto en las funciones de asimilación de los alimentos da lugar a un estado de debilitación general del organismos y a una pérdida de peso, cuyas consecuencias pueden, en caso extremo, causar la muerte.

Cuando la desnutrición es extrema o severa sobreviene la inanición o estado de hambre extrema acompañada de graves trastornos orgánicos".¹

Como se puede observar, la desnutrición es un problema social, donde los factores antes mencionados intervienen en forma directa y como consecuencia se da este problema.

Por su parte el Dr. Ramos Galván en el libro de pediatría considera que dentro de ese proceso de desnutrición hay varias etapas:

** Etapa de Balance Negativo, se pierde peso, se produce fenómeno de dilución y atrofia muscular.*

** Etapa de detención del crecimiento, en el cual el organismo hace un esfuerzo para lograr la homeostasis (volver a su estabilidad).*

** Etapa de adaptación, donde se logra una homeostasis tardía.*

¹ Diccionario Pequeño Larousse. Ed. Vitra México 1992 pág. 313.

** Etapa de equilibrio final o homeorresis, en la que el peso y la talla quedan en concordancia.*

Según el tiempo transcurrido y la velocidad con la que se suceden los fenómenos patogénicos, puede haber tres tipos de desnutrición:

** Aguda, cuyo balance negativo inicial es de agua y electrolitos y después se le agregan el de proteínas y grasas.*

** Subaguda, suele haber daños irreversibles y es capaz de revertir diversas intensidades.*

** Crónica, en la que suele haber daños irreversibles y es capaz de revestir diversas intensidades.²*

El problema de la desnutrición es característico de los países del tercer mundo como el nuestro, no es sólo un problema de indolencia o desorientación familiar, sino que es resultado de un modelo social injusto.

La desnutrición y las enfermedades infecciosas frenan el desarrollo físico y mental de millones de niños.

En México la disponibilidad de los alimentos no es adecuada para la mayor parte de la población. Las cantidades medias de ingestión calórica es de 2,500 por persona y por día, aparentemente se acercan a las 2,600 calorías que se estiman adecuadas, pero desgraciadamente el maíz proporciona más de la mitad del valor calórico proteico de la dieta del mexicano, en la cual hay escasez de alimentos animales.³

Algunos padres no pueden alimentar adecuadamente a sus hijos, a causa de la producción limitada de alimentos, su inadecuada distribución, el mal aprovechamiento o

² Toroella, Juan Manuel, *Pediatría Ed. Editor, Méndez Oteo. México 1979* pág. 119.

³ *Ibid.*

la pobreza. Este problema sólo podrá resolverse mediante una acción de carácter político, económico y educativo que deberá incluir desarrollo tecnológico en el campo, inversión para la producción de alimentos, orientación alimentaria y un sistema de abastos con apoyo a las poblaciones de nuevos recursos.

Es necesario que los padres de familia conozcan las necesidades de alimentación de los niños durante el embarazo y la lactancia para que organizadas en sus comunidades y con ayuda de las instituciones puedan solventar estas necesidades.

Consecuencias de una mala nutrición

*“Las principales consecuencias de una mala nutrición son tanto la obesidad como la desnutrición, la primera por el consumo en exceso y la segunda por carencia; pero ambas por una inadecuada selección en el consumo de alimentos”.*⁴

Hay niños que desde temprana edad presentan obesidad y que desean estar comiendo permanentemente, problema que suele ocurrir cuando la comida se usa para premiar, calmar o mantener al niño ocupado..

Estas prácticas deben evitarse tratando de satisfacer sus necesidades por otros medios, brindándoles atención y afecto. Cuando la comida se da como sustituto de cualquier necesidad, el niño aprende a asociarla y a usarla ante situaciones en las que siente alguna carencia propiciando con ella la obesidad, entendiendo a esta, como el exceso de acumulación de grasa en el cuerpo.

⁴ SEP/ Para la vida, junio 1992, México. pág. 25

Cuando el niño no aumenta de peso, seguramente el crecimiento se ve frenado por alguna enfermedad, por una alimentación deficiente o por falta de cuidados.

La salud es el bienestar biológico psicológico y social. Las alteraciones en cualquiera de estas esferas puede afectar al individuo en su desarrollo, rendimiento y adaptación del medio.

“El niño preescolar, que abarca de los 3 años 6 meses a los 5 años 11 meses, necesita una adecuada alimentación para su desarrollo físico, mental y psicológico que se constituye en: Vitaminas, Minerales, Carbohidratos, Proteínas, Grasas y Agua.

En los niños como en los adultos el apetito es variable, disminuye cuando el niño está a punto de enfermarse o convaleciente, así mismo en estados emocionales como el miedo , la angustia, la tristeza, la tensión, etc., estas llegan a alternar el deseo de comer.

Si el crecimiento se acelera, o el nivel de actividad aumenta el apetito, por lo contrario en períodos de inestabilidad este disminuye en caso de alteraciones del apetito es recomendable buscar la razón sin forzar al niño a comer”.⁵

En cuanto al problema de la gordura, este es un asunto cada vez más frecuente en nuestro país debido en parte a la desorientación alimentaria y a la publicidad. Erroneamente se supone que la gente obesa no está desnutrida:

⁵ SEP/Educ. para la salud. Méx. 1993 pág. 53.

En relación con el aspecto social existen culturas que favorecen la obesidad y erróneamente piensan que el exceso de peso es símbolo de salud.

Algunos de los principales problemas que afectan la salud de los mexicanos y limitan su crecimiento, son derivados de una inadecuada alimentación. Entre los niños, los más comunes son producidos por comer insuficientemente en cantidad y calidad, lo cual provoca desnutrición. La desnutrición limita el desarrollo de las potencialidades del ser humano y debilita sus defensas ante enfermedades infecciosas, las cuales a su vez, favorecen mayor desnutrición. Afecta casi a uno de cada cuatro niños en ocasiones se inicia desde antes de que nazca, por mala alimentación de la madre durante el embarazo; empeora entre el segundo y cuatro años de vida; disminuye conforme avanza la edad, en la etapa escolar".⁶

EXISTE DIFERENCIA ENTRE HAMBRE Y APETITO

"El hambre nos indica que las necesidades de energía no están satisfechas y surge el impulso urgente de encontrar alimento. El apetito es un deseo psicológico basado en las experiencias placenteras con los alimentos, es decir, que solamente es un antojo".⁷

Es importante reconocer cuando es hambre y cuando es apetito; si comemos una dieta recomendable y respetamos nuestros horarios, pocas veces sentiremos hambre o un apetito voraz, que dé como consecuencia disminución de peso, debilidad, dolor de cabeza u otros síntomas.

⁶ Op.cit. pág. 54

⁷ Op. cit. pág. 57.

La desnutrición de primer grado. Es aquella en que el peso del niño alcanza entre el 76 al 90% del peso normal promedio.

La desnutrición de segundo grado es cuando el peso está entre el 61 y 75% del normal.

Desnutrición de tercer grado, cuando el peso está por debajo del 60% del peso normal. Se considera que esa clasificación es útil sólo en lactantes y preescolares, No debe aplicarse al escolar o al adolescente.

Pueden aceptarse prácticamente como normales, las desviaciones de más o menos 10% con relación a los pesos normales promedios".⁸

Al observar a un niño, nos damos cuenta que está en continuo desarrollo físico, que le gusta saltar, correr, jugar, subir y bajar escaleras y que su cuerpo está gastando energías constantemente, por lo tanto un niño sin una alimentación adecuada puede ser que no tenga la misma capacidad que tiene un niño bien alimentado.

CARACTERÍSTICAS DE UN NIÑO MAL ALIMENTADO

- *" Mala apariencia en general.*
- * Falta de vigor y energía.*
- * Falta de peso y estatura baja.*
- * La piel áspera, escamosa, manchada pálida y sin vida.*
- * Pelo seco, quebradizo y se cae fácilmente.*
- * Uñas quebradizas.*
- * Dientes incompletos, amarillos y con múltiples caries.*

⁸ Torroella. op. cit. pág. 121.

- * *Ojos opacos.*
- * *Falta de grasa con aspecto de flacura desagradable.*
- * *Decaimiento, se cansan fácilmente y se enferman con mucha frecuencia.*
- * *Expresión de tristeza y pereza".⁹*

Para funcionar bien, el cuerpo necesita agua y otros elementos que le ayuden a formarse, a crecer, a tener energía para moverse y protegerse de las enfermedades. Estos elementos se llaman nutrientes y se encuentran en los alimentos. Por eso se dice que los alimentos nutren. El cuerpo necesita tres grupos de alimentos en suficiente cantidad, en cada comida.

"Así mismo concebimos la nutrición como un concepto que tiene distintas acepciones, según el punto de vista desde el que se le considere. Puede significar un estado de los seres vivos, así, una persona puede estar bien o mal nutrida, o puede entenderse como un proceso, por medio del cual el ser vivo incorpora alimentos a su organismo. Este proceso puede dividirse en varias etapas o tiempos: lo que ocurre en el medio interno o metabolismo, y lo que ocurre al salir de sustancias alimenticias o de sus desechos al medio externo o excreción. Abarca por lo tanto, aspectos relacionados con los alimentos y con el individuo".¹⁰

La alimentación sintetiza más que otros factores que intervienen en la vida del niño, elementos esenciales para su seguridad básica, tanto física como emocional, así como aquellos que le permiten trascender su marco familiar hacia conocimientos cada vez más organizados y estructurados de la vida social de la comunidad, de los bienes que la naturaleza le brinda y de la forma de preservar y explorar sus recursos.

⁹ op. cit. oteo, pág. 122.

¹⁰ Dr. Moisés Béhar. Dra. Susana J. Icaza. Libro de Nutrición Nueva Editorial Interamericana 1972. pág. 3.

Este concepto de alimentación se define como:

" Acción y efecto de alimentar o alimentarse, régimen o dieta alimenticia, debe seguir una alimentación sana".¹¹

Es muy importante tener en cuenta que una buena alimentación a edad temprana va a reflejarse en jóvenes y adultos sanos y fuertes, en los niños se observa por qué crecen, aumentan de peso, su brazo aumenta de perímetro y se enferman menos. Por lo tanto, el concepto de nutrir nos dice que:

" Aumentar las sustancias del cuerpo animal o vegetal por medio del alimento, reparando las partes que se van perdiendo por las acciones catabólicas".¹²

Hay un alto índice de conocimientos de los mejores alimentos para las diferentes etapas o edades, particularmente en lo referente a las necesidades dietéticas de los niños y para combatir el problema de desnutrición es necesario dar una buena alimentación que proporcione la cantidad suficiente de alimentos para satisfacer el hambre; la calidad necesaria para que el cuerpo se mantenga sano, es decir, tienen que ofrecer nutrimentos que den energía, proteínas, vitaminas y minerales. Además, deben ser adecuados a las necesidades de cada persona y deben ser preparados siempre con limpieza e higiene, por lo consiguiente su definición es:

" Limpieza del cuerpo y de los utensilios, viviendas, instalaciones, etc., que utilizan las personas, así como el conjunto de normas y prácticas, destinadas a

¹¹ Diccionario Esencial Santillana, de la Lengua Española, Editorial Santillana, España 1991, pág. 817.

¹² Gran Diccionario Enciclopedia Visual, pág. 865.

este fin. Parte de la medicina que se ocupa de las reglas y procedimientos que conducen a la conservación de la salud y la prevención de las enfermedades".¹³

El nivel de educación de los padres es uno de los factores, que, sin lugar a dudas influye en forma más directa sobre el nivel de desarrollo de los niños, para bien o para mal.

A mayor educación, mayor crecimiento y desarrollo de sus hijos.

Como lo denomina este concepto de ignorancia:

" Falta de conciencia, de letras y de noticias generales o particulares, desconocimiento de la Ley lo que se tiene de un hecho, lo que tiene uno de alguna cosa, por no alcanzar motivo o razón que le haga dudar de ello, lo que produce de negligencia en aprender o adquirir lo que puede y debe saber, hacer una cosa con conocimiento de que no es razón en hacerla, o después de advertido de que lo debía hacer".¹⁴

El significado de enfermedad es:

" Conjunto de fenómenos que se producen en una organización que sufre un mal funcionamiento o daño y reacción contra él".¹⁵

En la desnutrición, uno de los problemas más serios que afectan el crecimiento y desarrollo de los niños durante los primeros años de vida, por lo tanto, afecta a lactantes y preescolares y es consecuencia de la ingestión insuficiente o deficiente de alimentos y es más frecuente en los lactantes destetados que reciben dietas muy pobres en calorías y

¹³ Diccionario Esencial Santillana. op. cit. pág. 607.

¹⁴ op. cit. pág. 440.

¹⁵ Ibid.

proteínas y que sufren de enfermedades gastrointestinales frecuentes. Este problema lo genera la injusticia social, como lo es la pobreza.

La pobreza nos dice que tiene una:

" Necesidad, estrechez, carencia de lo necesario para el sustento de la vida, escasez, dejación voluntaria de todo lo que se posee y todo lo que el amor propio puede juzgar necesario".¹⁶

Nada hay más importante que un niño sano, en esto estamos todos de acuerdo, pero no todos sabemos cómo proteger su salud, sobre todo previniendo las enfermedades, es necesario que los padres de familia sepan alimentarlo, conozca las medidas preventivas de salud, y lo estimulen afectiva e intelectualmente para tener un bienestar como se define este concepto:

" Vida holgada o abastecida de cuando conduce a pasarla bien y con tranquilidad".¹⁷

El problema de la salud es otro asunto de vital importancia; es poca la gente que desarrolla una acción preventiva contra las enfermedades:

" La medicina preventiva y salud pública son fundamentales para que las personas sean protegidas y orientadas para prevenir, curar y detectar algunas enfermedades como nos lo menciona el concepto de Seguridad Social: "

¹⁶ Gran Diccionario Enciclopédico Visual. op. cit. pág. 168.

¹⁷ op. cit. pág. 1106.

Prevención pública de los medios necesarios para que los ciudadanos de un país pueda llevar una vida confiable y útil tales medios incluyen una vida digna, enseñanza, protección médica y sanitaria, total empleo e ingresos adecuados".¹⁸

Los conceptos de *NUTRICIÓN* y *DESNUTRICIÓN* son muy diferentes tanto en su definición como en la realidad ,son distintos en la forma de consumo, preparación e higiene de los alimentos que se ingieren de la mayoría de las familias ya que en ocasiones es por malos hábitos en el consumo de alimentos, los cuales se presentan por una desinformación, o bien, por la falta de recursos económicos o por la carencia de orientación en la preparación de los mismos.

Las características de los alimentos, las posibilidades y formas de obtenerlos, prepararlos y consumirlos, son a su vez, una fuente muy rica del conocimiento que el niño va estructurando sobre aspectos socio-culturales y naturales que caracterizan el medio en el que se desarrollan.

Problemas que se dan en la infancia a causa de la desnutrición

Existen varias causas de desnutrición en nuestra comunidad, encontramos tres grupos principales de factores como lo son dietas inadecuadas, factores fisiológicos y factores socio-culturales. Las dietas inadecuadas son aquellas que no tienen los nutrientes suficientes para alimentarse bien y puede deberse a varias causas como la pobreza, la mala administración del dinero, y el poco interés que las madres tienen al cocinar para su familia o la carencia de un presupuesto familiar, ya que en esta localidad la mayor parte

¹⁸ op. cit. pág. 1106.

son campesinos y obreros y perciben el salario mínimo por lo tanto, no es suficiente para una buena alimentación, porque de ese presupuesto se derivan otros gastos necesarios como: educación, vivienda, vestido y en algunos casos servicios médicos.

CAPÍTULO III

DESARROLLO DEL ESTUDIO DE CAMPO

III.1 Metodología:

III.2 Aplicación del trabajo de campo.

II.1. Metodología

Con la responsabilidad que nosotros como educadoras tenemos fuera y dentro del aula; nuestro deseo principal es conducir de la mejor manera la acción educativa con un solo objetivo, mejorar la calidad nutricional en nuestros alumnos así como orientar a los padres de familia para obtener resultados satisfactorios que al futuro los beneficie el tener un hábito alimenticio.

Para darle sustento a los planteamientos de la presente investigación de campo en la que intervinieron educadoras, del mismo centro de trabajo, Padres de Familia y alumnos, se aplicaron encuestas y se realizaron algunas entrevistas a una población previamente determinada equivalente al 100% de los alumnos, Padres de Familia, y a las compañeras educadoras. Dichas encuestas consistieron en: entrevistas y cuestionarios preparados con anterioridad haciendo la participación en forma voluntaria. Sabemos que la entrevista no es un método exclusivo de la investigación participativa, sino una forma de exploración, características de la sociedad moderna para recabar datos o informaciones específicas.

Se utiliza para obtener referencias de hechos o informaciones de opinión.

En la presente investigación ha llegado el momento de detenernos a reflexionar acerca de qué nos conviene en el consumo de alimentos ;la nutrición y alimentación de los niños, pues no hay nada más importante que la salud de nuestro alumnos. Para esto llevamos a cabo cuestionarios aplicados a nuestro alumnos, para lograrlo utilizamos el método empírico y la observación que es el primer paso del método científico.

La observación consistió en la intuición o percepción del fenómeno, el cual es un método de la pedagogía descriptiva ya que se dedica al registro y descripción de hechos educativos.

Con este trabajo damos a conocer algunas de las consecuencias y repercusiones al tener malos hábitos alimenticios durante la gestación, la lactancia y la edad preescolar.

Las educadoras que aquí mismo laboran nos proporcionaron datos de los niños basados en la ficha de identificación individual en la cual nos basamos para saber qué clase de alimentos ingieren, así mismo como el conocer las enfermedades o alergias que padecen.

Hemos dado a conocer por medio de pláticas las repercusiones que trae consigo el que tenga una buena alimentación los niños de preescolar, tenemos un gran número de alumnos en este Jardín con un grado de desnutrición y queremos que los padres tomen conciencia qué tanto influye la economía en el cuadro básico de alimentación es por eso que les dimos recetas nutricionales y económicas de gran variedad para contribuir en alguna forma y modificar sus hábitos alimenticios.

Una vez hecha la investigación de campo elaboramos cuadros para ilustrar las tendencias y resultados y en seguida de cada cuadro se incluye un comentario analítico de lo que arrojaron los datos. Al final exponemos en detalle las conclusiones a las que llegamos y comentarios y si las hipótesis se comprobaron o se desecharon.

POBLACIÓN ENCUESTADA.

Se trabajo en la investigación de campo con alumnos, padres de familia y educadoras estableciendo la siguiente población porcentualmente explorada:

Cuadro de representación.

	Población	Entrevistados	Porcentaje
Padres de Familia	105	83	79%
Educadoras	40	40	100%
Niños	117	83	70%

* Para que tuviera mayor representatividad, se encuestó a todas las educadoras de la zona Preescolar No. 43, Sub, SISTEMA ESTATAL.

III.2. Aplicación de la investigación.

En este apartado que es el más importante, se aborda lo correspondiente a las aplicaciones, procedimientos y análisis de los resultados de la aplicación de las investigaciones, las cuales se incluyen enseguida para que se observe su estructura, orientación y características.

Para iniciar con el cuestionario No. 1 (Docentes), primeramente se les preguntó a los niños del Jardín si consumen frutas y verduras, dando respuesta los educandos que equivalen a un 38% de la población Preescolar niños con problemas de desnutrición (ver cuadro No. 1).

En relación con los alimentos que consumen dentro del Jardín observamos y en base a la pregunta sobre cual es el refrigerio que traen al plantel nos dimos cuenta que un 40% de niños traen jugos industrializados, el 30% sabritas, gansitos, etc. Esta clase de alimentos no es la adecuada para un buen desarrollo del niño por lo tanto nos dimos cuenta que un solo 10% de ellos ingiere fruta.

(ver cuadro No. 2 y 3).

Para conocer el tipo de alimento que regularmente consume por semana, primeramente los padres de familia contestaron el cuestionario en relación a las siguientes preguntas observando que la mayoría de las familias consumen puros frijoles, huevo, café, pan, refresco, siendo estos alimentos en la mayor parte de baja calidad e incompletos para una buena nutrición en cuadro básico de alimentación; donde nos recomienda que debemos consumir alimentos variados tanto animal, vegetal, legumbres, etcétera.. Es importante que estos alimentos estén preparados con mucha higiene, es importante inculcar al niño por parte de sus padres el hábito de lavarse las manos antes de comer y

después de ir al baño ya que en la gráfica siguiente hubo un alto porcentaje de niños que no tienen la debida precaución para lavarse las manos. (ver cuadro No. 4 y No. 5).

Se agregan también otros resultados sobre la salud de los niños donde la mayor parte de ellos se enferma con poca frecuencia de gripa, tos, calentura, amígdalas; obteniendo un 30% de niños enfermizos, por consecuencia tenemos niños con comportamientos variados y niños que son activos, entusiastas y algunos que son somnolientos perezosos a causa de tener una buena o mala nutrición. (ver cuadros No. 6 y No. 7).

Notamos que en el estudio que realizamos con base a estos cuestionarios nos dimos cuenta que las familias constan de 5 miembros en su mayoría y siendo minoría de diez a doce componentes y es el padre quien lleva el ingreso económico, teniendo como salario más bajo del mínimo, afectando así a la familia principalmente en su alimentación. Otras de las realidades más palpables es que la mayoría de las familias no cuenta con casa propia y destinan un alto porcentaje para el pago de la misma, es muy dura esta realidad que viven estas familias, tomando en cuenta que su salario no es lo suficiente para solventar las necesidades básicas que requiere el ser humano. (ver cuadro No.8 , No.9 y No. 10).

En este trabajo al entrevistar a los padres de familia, obtuvimos una información sobre la convivencia que tienen padre e hijo y los resultados fueron que en su mayoría nos plantea este grave problema de la falta de integración entre ambos; para nosotras como educadoras es muy importante que se establezca una convivencia que sin ella, difícilmente habrá la sensibilización necesaria para que los padres comprendan a sus hijos, vemos que

en la relación al nivel de estudio y al trabajo que desempeñan es una de las causas que originan el poco interés que le dan a sus hijos en diferentes aspectos.

(ver cuadros No.11 y No. 12).

En la encuesta realizada a nuestras compañeras educadoras sobre la elaboración de proyectos con fines alimenticios. obtuvimos los siguientes resultados: como un 40% llevan proyectos sobre alimentos que nutren al niño, viendo que un 60% no se interesa en llevar este tema de suma importancia.

(ver cuadro No. 13).

Mucha es la influencia que ocasiona el ver la televisión donde los comerciales que presentan son productos antojables a nuestro ojos haciendo que se compren y se consuman para llenar el estomago, pero no para nutrir.

(ver cuadro No. 14).

En seguida incluimos primeramente los formatos de cuestionarios aplicados, a efecto de que se conozca qué tipo de preguntas y cómo se estructura al momento de la entrevista.

CUESTIONARIO A LOS DOCENTES (No. 1).

Sexo _____ Antigüedad _____ Grado Académico _____

Estado Civil _____

1.- El comportamiento de mis alumnos lo puedo caracterizar como:

- | | |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Quietos | <input type="checkbox"/> Perezoso |
| <input type="checkbox"/> Entusiasta | <input type="checkbox"/> Contrastante (Unos activos, otros pasivos) |
| <input type="checkbox"/> Tranquilo | <input type="checkbox"/> La mayoría muy activos |
| <input type="checkbox"/> Somnolientos | <input type="checkbox"/> La mayoría muy pasivos |

2.- ¿Has detectado problemas en tus alumnos que consideras debido a su condición física alimenticia?

SI NO

3.- ¿A que atribuye específicamente esos problemas?

A la mala alimentación. A su situación social. A desorientación alimenticia y nutricional.

4.- ¿Cual es el refrigerio que frecuentemente llevan de su casa al Jardín?

Sandwich Jugos Artificiales Lonche Yoghourt Productos Industriales Verduras Fruta

5.- ¿Detectas dentro de tu salón niños con problemas de desnutrición?

SI NO

6.- ¿Como lo sabes?

Desganados	()	Barrigones	()
Pálidos	()	Hambrientos	()
Dormilones	()	Otros	_____

7.- ¿Llevas a cabo proyectos sobre orientación alimenticia?

SI ()

NO ()

Con que frecuencia _____

Cómo:

Reuniones con padres de familia ()

Actividades de comedor ()

Otros _____

CUESTIONARIO PARA LOS NIÑOS PREESCOLAR (No. 2).

1.- ¿Desayunaste antes de venir al Jardín? SI () NO ()

2.- ¿Que desayunaste?

Huevo () Leche () Frijoles () Pan ()

Jugo () Cereal ()

3.- ¿Comes en la mañana? () ¿Después de la escuela? () ¿En la noche? ()

4.- ¿Que comes?

Sopa () Refresco ()

Verdura () Agua Fresca ()

Carne () Caldos ()

5.- ¿Que cenas?

Cereal () Leche () Frijoles () Café () Pan ()

6.- ¿Te lavas las manos antes de consumir algún alimento?

SI () NO ()

7.- ¿Consumes Frutas y verduras?

SI () NO ()

8.- ¿Te lavas las manos después de ir al baño?

SI () No ()

9.- ¿En el día prefieres golosinas o frutas?

Papitas () Dulces () Fruta ()

10.- ¿ Que comes en el Jardín? _____

11.- ¿ Que programa de Televisión te guata mas? _____

12.- ¿ Que comerciales te gustan mas? _____

13.- ¿ Que te compran en la tienda? _____

14.- ¿ A que te gusta jugar mas? _____

15.- ¿ Te sientes cansado muy seguido? _____

16.- ¿ Siempre tienes hambre? _____

17.- ¿ Te quedas con hambre después de comer? _____

18.-¿Te gusta estar brincando y corriendo regularmente? _____

CUESTIONARIO PARA LOS PADRES DE FAMILIA (No.3).

1.- ¿ Cuantas personas conforman tu familia? _____

2.- ¿ Cuantas comidas dan al día?

Desayuno () Comida () Cena ()

3.- ¿ Que es lo que comen sus hijos con mayor frecuencia?

Días a la semana

Carnes _____

Leche _____

Verduras _____

Frijoles _____

Arroz _____

Huevo _____

Pan _____

Frutas _____

Cereales _____

refrescos _____

Agua fresca _____

Antojitos _____

4.- ¿ Desayunan sus hijos antes de irse al Jardín? SI () NO ()

5.- ¿ Que desayunan sus hijos? _____

6.- ¿ Que es lo que cenan sus hijos? _____

7.- ¿ Con que frecuencia llevan a sus hijos al doctor? _____

8.- ¿ Que enfermedades padecen mas frecuentemente? _____

9.- ¿ Que grado de escolaridad tiene usted? Madre _____ Padre _____

10.- ¿ Que Oficio desempeña? Madre _____ Padre _____

11.- ¿ Cual es el ingreso económico?

Semanal \$ _____

Quincenal \$ _____

Mensual \$ _____

12.- ¿ Cuántas horas de juego y convivencia le dedica a su hijo?

Madre _____

Padre _____

13.- ¿ A la hora de tomar los alimentos lo hacen:

Reunidos _____

Dispersos _____

14.- ¿Constata la alimentación de su hijo:

SI ()

NO ()

15.- ¿Cuántas horas duerme su hijo? _____ ¿Se desvela? SI () NO ()



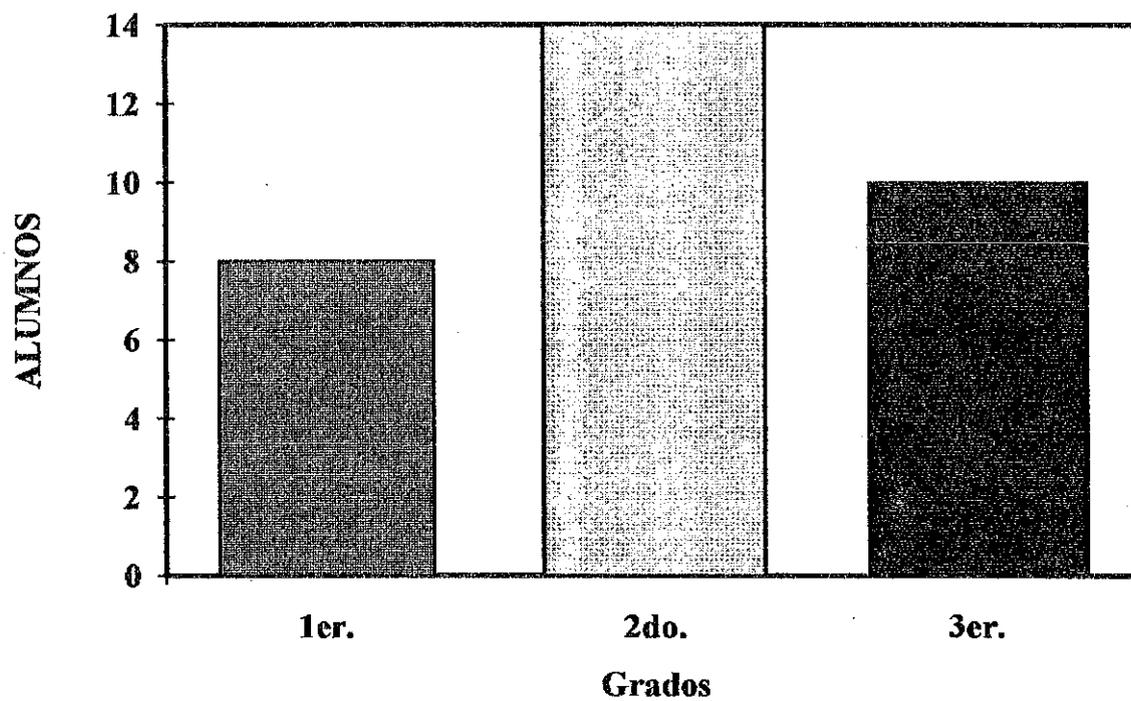
ORIENTACION A PADRES DE FAMILIA SOBRE DESNUTRICION
IMPARTIDA POR LAS DOCTORAS DE LA SECRETARIA DE SALUD.



NIÑO PROPENSO A LA DESNUTRICION DETECTADO CON LA CINTA CIMBER.

CUADRO No. 1

Detección de Niños con problema de desnutrición.



GRADO	NIÑOS DESNUTRIDOS	%
1o.	8	25
2o.	14	43.75
3o.	10	31.25

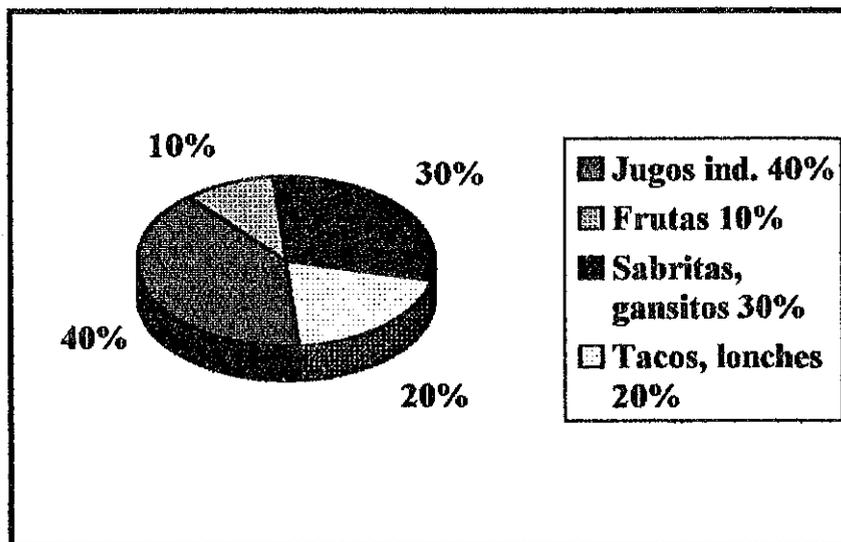
Comentario del cuadro No. 1

Los niños detectados por esta gráfica con este problema, se ven afectados físicamente, son niños desnutridos, perezoso, esto nos preocupa y no vemos en la necesidad de conocer las causas y ver que podemos hacer por los 32 alumnos detectados como desnutridos, dando así un porcentaje de 38.5% de los 83 alumnos encuestados.

Ya conociendo este diagnostico nos daremos a la tarea de tratar de hacer algo y resolver este problema, para que el niño vaya superándolo, con la ayuda de sus padres principalmente canalizandolos al Centro de Salud, DIF, para que se proporcione apoyo con la leche y la palanqueta que los ayudaraa superar la nutrición dándoles diariamente hasta que vuelva a tener el peso adecuado y su salud esté en óptimas condiciones por seguir su desarrollo integral.

CUADRO No. 2

Alimentos que consumen dentro del Jardín.

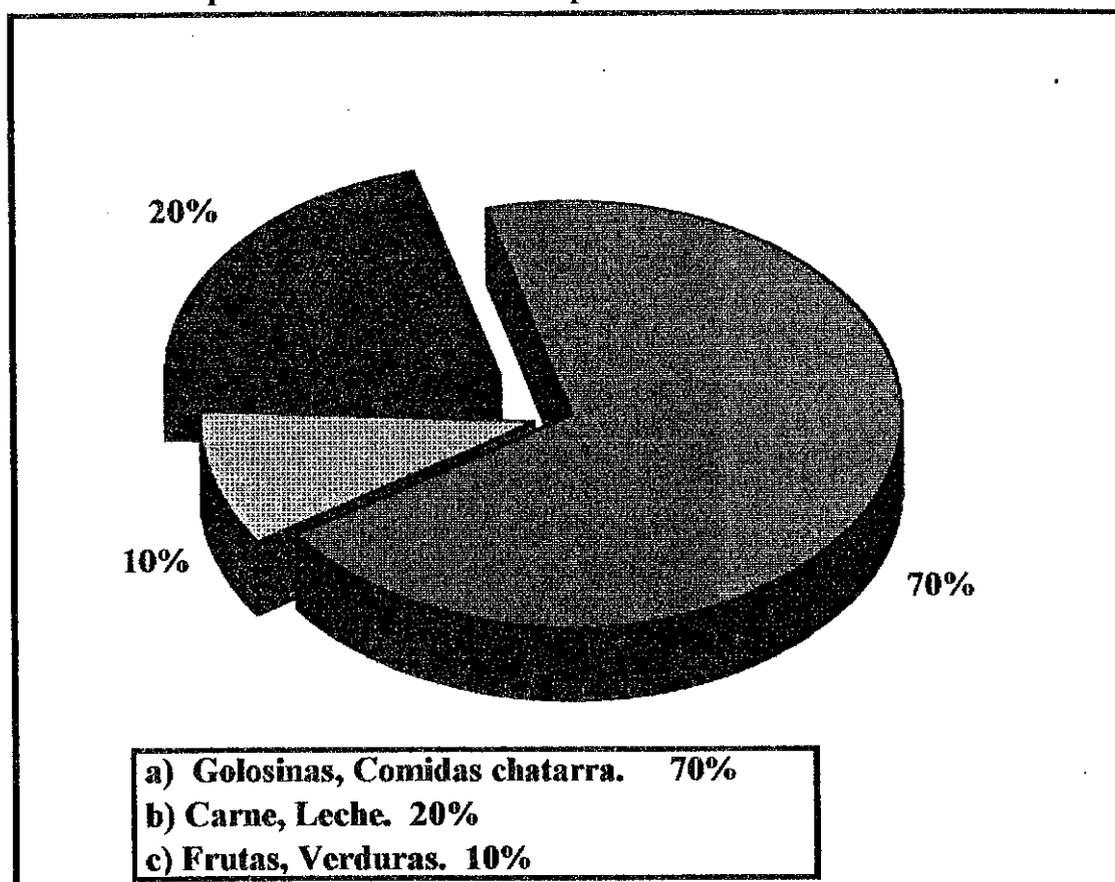


Comentario del cuadro No. 2

Los alimentos que consumen los niños son seleccionados por los padres y son mayoritariamente de bajo contenido nutricional. Esta situación va creando patrones de consumo que se arraigan en el niño y propician además su desnutrición.

CUADRO No. 3

Preferencia que tienen los 83 alumnos preescolares sobre consumo cotidiano.



140479

Comentario del cuadro No. 3

Esta gráfica nos da un resultado sumamente preocupante pues los niños no pueden tener una educación nutricional, por parte de su familia, pues prefieren las golosinas y la comida chatarra, que con frecuencia son dañinos, y quitan el apetito.

Los niños golosos tienden a desarrollar un sobrepeso, que les acarreará problemas futuros, y no tendrán la agilidad suficiente para desarrollar en preescolar sus habilidades y destrezas.

Nosotras como docentes estamos en continua lucha para enseñar a los alumnos de preescolar para que desde pequeños adquieran nuevos hábitos alimenticios.

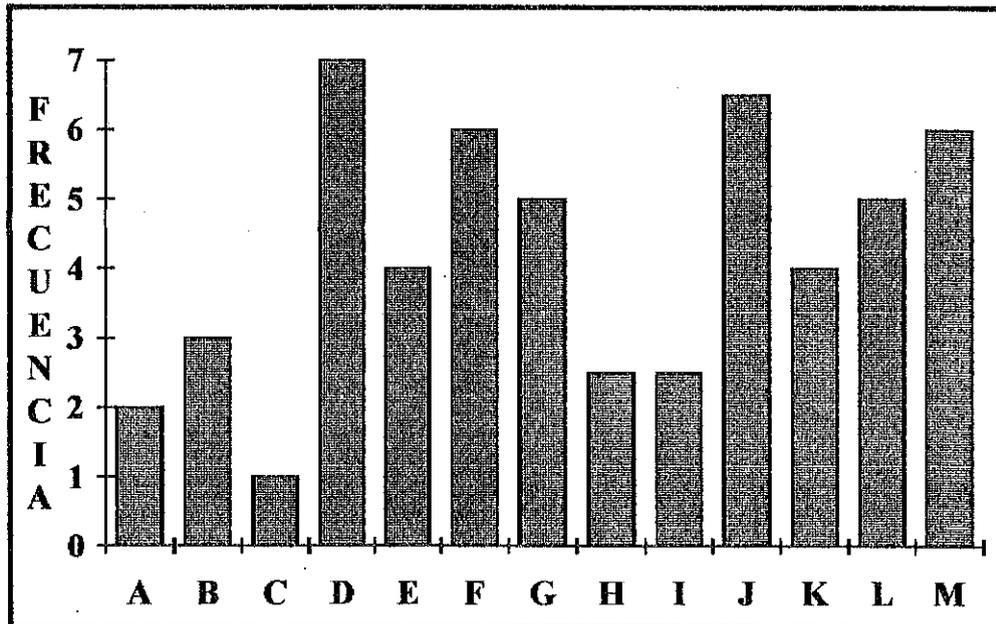


PARTICIPACION DE PADRES DE FAMILIA EN LA PLATICA NUTRICIONAL.



NIÑAS CON LA MISMA EDAD Y DIFERENTE ESTATURA.

Frecuencia semanal de Alimentación de niños.



- | | | | |
|-------------|-----------|----------------|---------|
| A) Carne | E) Arroz | I) Cereales | M) Café |
| B) Leche | F) Huevo | J) Refrescos | |
| C) Verduras | G) Pan | K) Agua Fresca | |
| D) Frijoles | H) Frutas | L) Antojos | |

* En esta Gráfica no se observa el porcentaje del 100% en razón de que las opciones constatadas son más de una vez.

Comentario del cuadro No. 4

Los modelos de alimentación aprendidos en casa deben competir con las selecciones de alimentos promovidos por el medio y por los niños y adultos con los que el niño trabaja y juega, además cuenta mucho el factor socio-económico que se tenga.

La familia establecerá modelos de alimentación que será de particular importancia en la conducta de alimentación emprendida por el niño.

Esta conducta esta sujeta a influencias externas cada vez mayores a medida que madura el niño aunque la capacidad para elegir aumenta progresivamente a profundidad con la edad. A ésta, es conveniente recomendar una dieta suficiente y enseñar la importancia de una gran variedad de alimentos.

El desayuno es una comida importante para los niños en edad preescolar se recomienda también la comida en familia y es conveniente advertir acerca de los riesgos del consumo excesivo de cafeína.

Los tipos de alimentos seleccionados deben ser adecuados para la capacidad de deglución del niño. Los preescolares son muy curiosos y tienen poca paciencia y destreza, las porciones servidas en la mesa familiar deben modificar el tamaño y sazón.

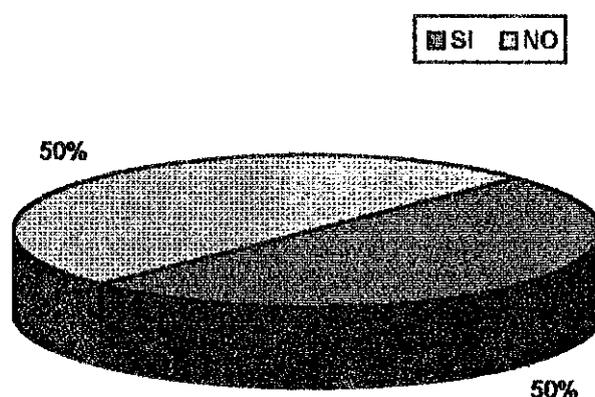
La orientación nutricional temprana tiene como objeto establecer un límite constante para adaptar la inestabilidad curiosa y apetito del niño durante este periodo así como en años anteriores la variedad debe llevar a cabo seleccionando a partir de los grupos básicos de alimentos.

- 1.- Productos lácteos: leche, yoghurt y queso.
- 2.- Carne, pescado, aves, huevo, oleginosas y legumbres.
- 3.- Vegetales.
- 4.- Frutas.
- 5.- Cereales, panes, arroz y pastas.

Esta sería una dieta ideal pero debido a la idiosincrasia de nuestros niños de edad preescolar y la falta de recursos económicos las cifras que resultaron en nuestra gráfica son difíciles que se puedan mejorar porque la canasta básica siempre va en aumento.

CUADRO No. 5

Gráfica de higiene de los niños.



Si. - 50%

Niños que sí se lavan las manos antes de comer y después de ir al baño.

No. - 50%

Niños que no se lavan las manos antes de ingerir los alimentos y después de ir al baño.

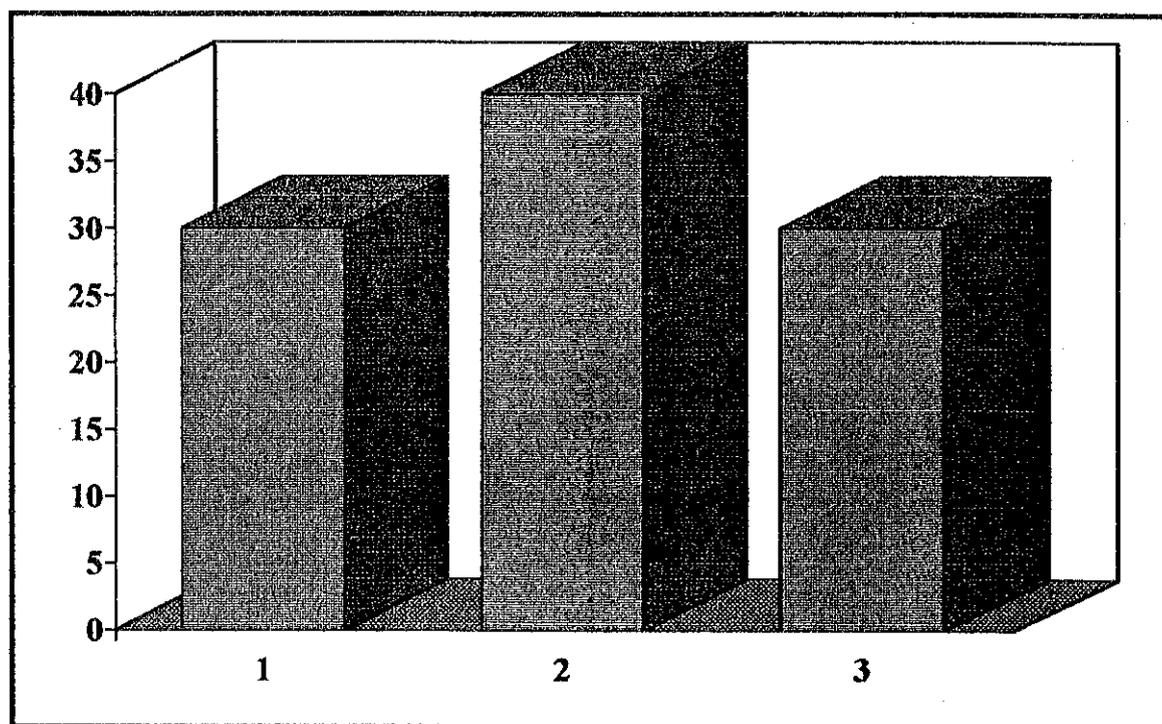
Comentario del cuadro No. 5

Respecto a las cifras que nos resultaron en nuestra encuesta creemos que el nivel de educación higiénica en nuestro entorno es muy deficiente, por lo tanto nosotros como educadoras necesitamos incrementar, reforzar esa educación, tratando de hacer nuestros proyectos más explicativos en cuanto a la higiene personal.

Otra de las situaciones que más influye en la familia es el tipo o la forma de educación que se haya recibido en el seno familiar, pues aparte de ser personas de escasos recursos, son además de baja cultura general, y por lo tanto con malos hábitos higiénicos, las infecciones intercurrentes, sobre todo las del aparato digestivo contribuyen a la morbilidad y mortalidad.

CUADRO No. 6

La Salud de los Niños.



1.- Sano 30%

2.- Regular 40% (Se enferman con poca frecuencia de enfermedades "normales" gripa, tos).

3.- Enfermizo 30 %

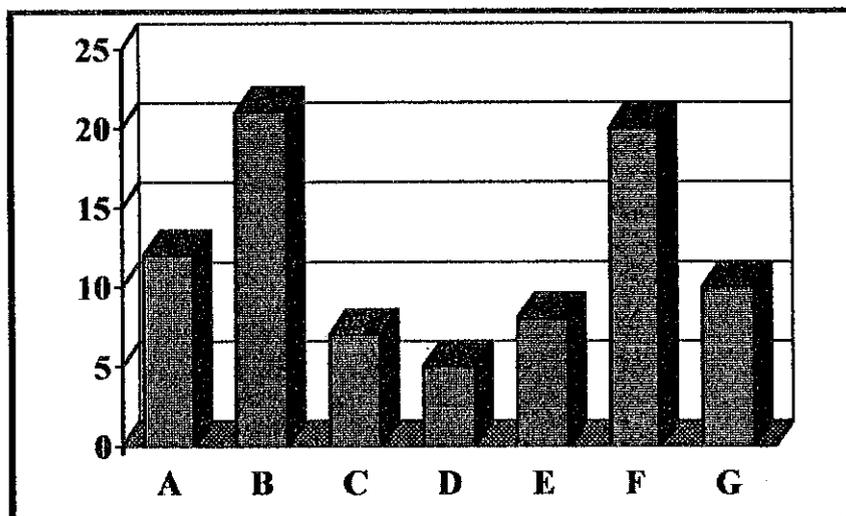
Comentario del cuadro No. 6

La nutrición adecuada del preescolar se basa en alimentos nutritivos, es necesario el control de los padres sobre la cantidad y el tipo de refrigerios, durante este periodo de la vida el niño esta sujeto a influencias del medio sobre todo con respecto a la selección de los alimentos. Es un reto para la familia enfrentarse con estas presiones externas de manera que no dicten los hábitos de alimentación del niño.

Es preocupante los resultados arrojados en este cuadro, que los niños por una inadecuada alimentación sufran enfermedades constantes y por lo tanto la incidencia de esta morbilidad y mortalidad sea elevada día con día, puesto que influyen muchos factores para resolver este grave problema y la realidad es muy palpable, puesto que al sacar los porcentajes se nos muestran muy bajos el grado de salud en los niños.

CUADRO No. 7

Comportamiento de los 83 alumnos de preescolar.

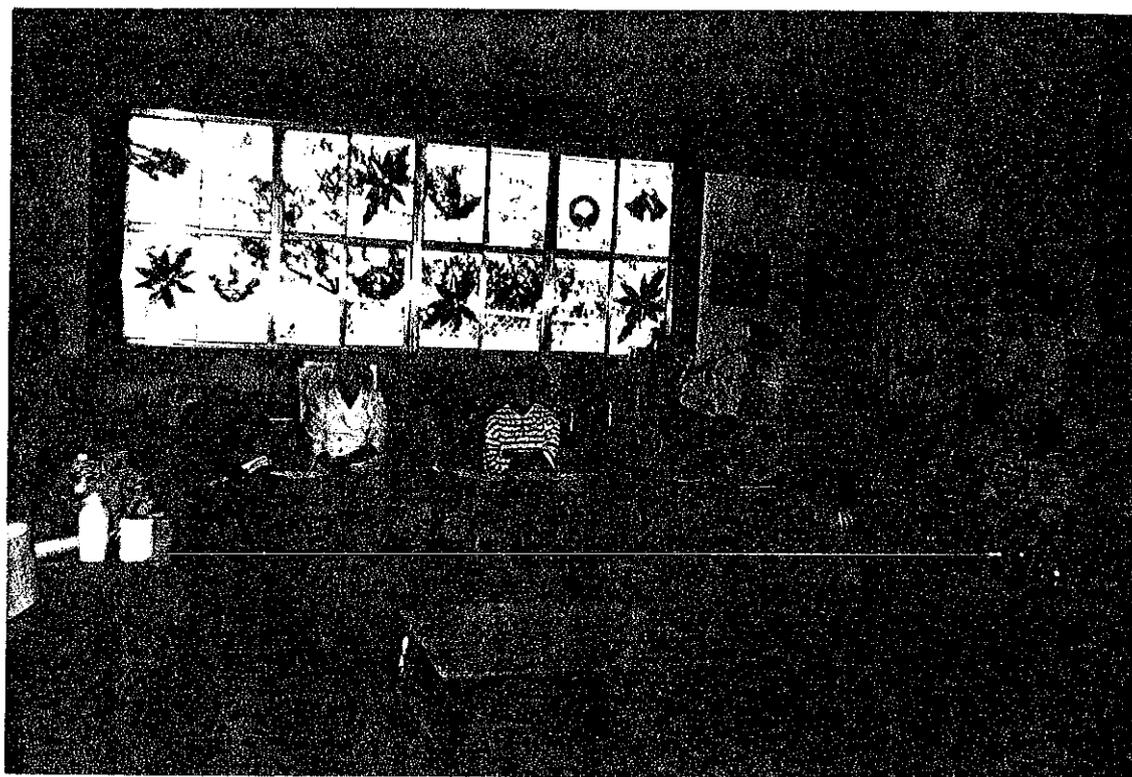


A) Entusiastas	15%	D) Perezosos	6%	G) Pasivos	12%
B) Tranquilos	25%	E) Contrastantes	10%		
C) Somnolientos	8%	F) Activos	24%		

Comentarios del cuadro No. 7

Los niños, la mayoría, son activos por naturaleza, están en la edad del juego, aunque algunos no tienen ganas de jugar, y esta es una de las razones por lo que nos interesamos por estudiar y ver cuáles son las causas que originan ese problema y darle una solución.

En base a nuestra experiencia nos preocupamos como compañeras de que teníamos un 20% de niños tranquilos sumándole un 12% de niños pasivos dando un porcentaje de 32% que es preocupante; a las características de un niño de preescolar, por lo regular es inquieto, despierto con mucha energía e interesado en conocer todo lo que lo rodea, y volvimos a reunirnos en consejo para tratar de solucionar este problema, pedimos ayuda profesional para capacitarnos y nos dimos a la tarea de buscar alternativas que nos dieron un buen resultado.



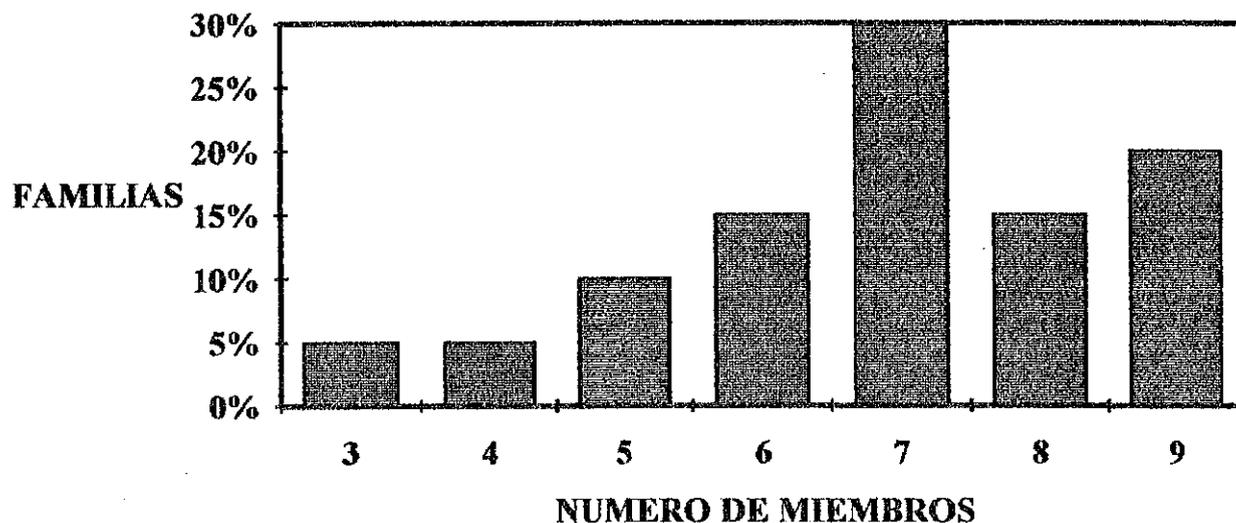
IMPARTIENDO FOLLETOS ALUSIVOS A UNA ADECUADA ALIMENTACION.



REALIZANDO PRACTICAS DE COMEDOR.

CUADRO No. 8

Gráficas del número de miembros de la familia, tomado de 83 familias.



No. de Familias	No. total de miembros	Promedio de miembros
83	515	6.21

Comentario del cuadro No. 8

El hecho de que el promedio de miembros de familia sea de 6.2, es sintomático respecto a las dificultades alimenticias pues son familias de escasos recursos (según experiencia nuestra) y el número es alto; si a ello le agregamos que el 45% son familias entre 7 y 8 miembros, la opinión se confirma.

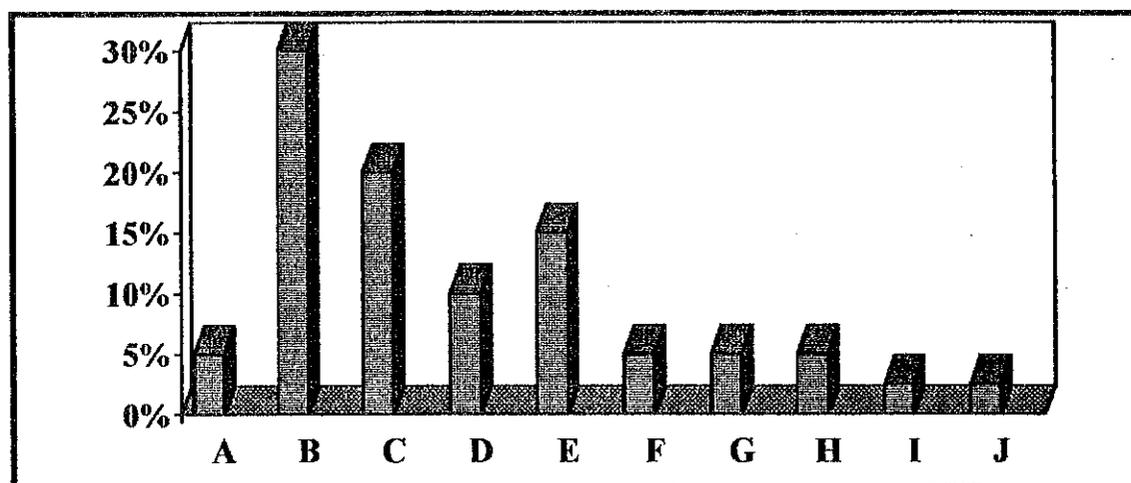
El factor económico influye demasiado en nuestra forma de alimentarnos pues en una familia cuando sus miembros son numerosos el gasto para la comida se diluye y por lo tanto solamente se llena el estómago pero no se nutre con los requerimientos que cada

persona necesita para poder tener un buen estado nutricional ya que como se explicó antes si se tienen muchos hijos y no se gana lo suficiente para sobrevivir.

La mayoría de nuestros encuestados son personas jóvenes que tienen un poco de sentido común y llevan a cabo planificación familiar pues vemos que en los tiempo de nuestros abuelos eran familias numerosas hasta de 15 miembros y hoy encontramos que el máximo de niños es entre 6 y 8; esto también redunda a nuestra fuente de trabajo.

CUADRO No. 9

Ingreso económico por semana.



A) \$100.00 C) \$180.00 E) \$250.00 G) \$360.00 I) \$500.00
 B) \$150.00 D) \$200.00 F) \$300.00 H) \$400.00 J) \$700.00

Número de Familias	Promedio de ingresos económicos
83	\$169.39

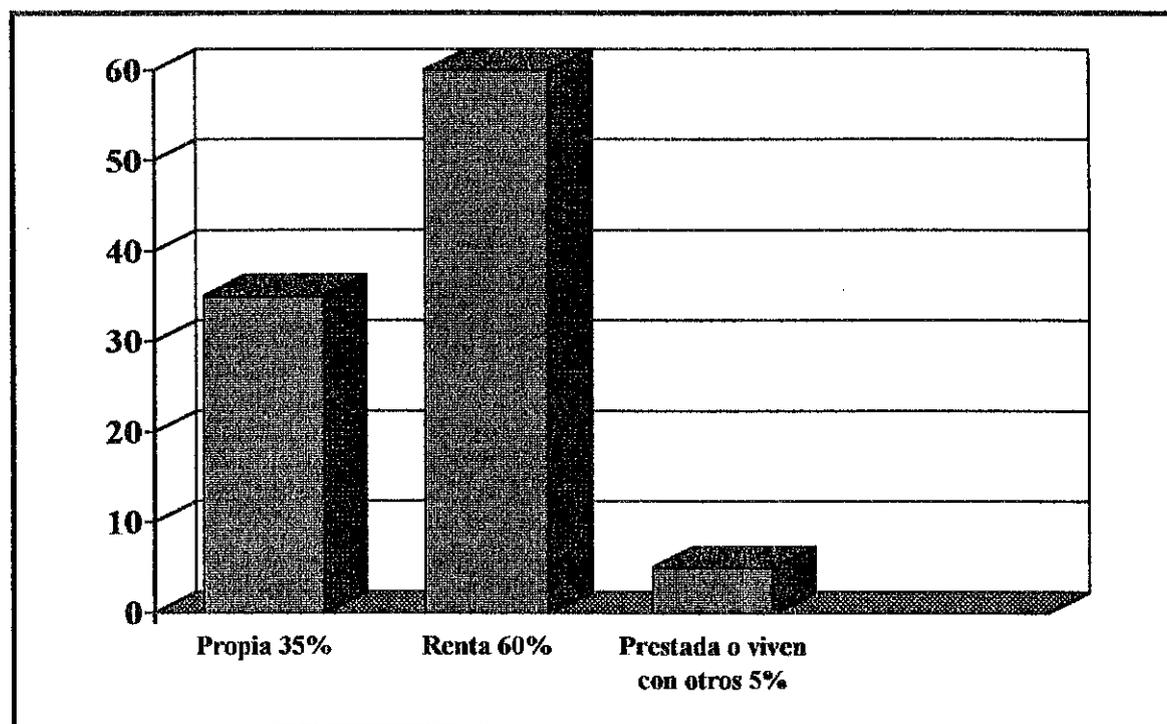
Comentario del cuadro No.9

La gráfica es el resultado de la entrevista realizada por el equipo de investigación, nos da como resultado que la mayoría de bajos recursos, ganando un sueldo de 150 pesos por semana el porcentaje es de un 30% de los padres de familia de esta comunidad educativa, con los cuales no pueden alimentar a su familia de una manera completa y nutritiva, por lo tanto repercute en varios aspectos, educativo, cultural y social.

Vemos que es uno de los factores primordiales, el económico, porque de él se desprende la situación por las que puedan ofrecer, las familias.

CUADRO No. 10

Familias que destinan un % a la vivienda.



Comentario del cuadro No. 10

Nos encontramos con un problema más para el padre de familia, analizando que para adquirir un hábito alimenticio saludable y muy bien balanceado, es necesario tener posibilidades económicas para poder resolver estas necesidades básicas; es muy dura esta realidad y como nos lo muestra esta gráfica, la mayoría de las familias encuestadas habitan casas en renta (60%), otro porcentaje tiene casa propia (35%), lo cual significa que no se destina su gasto familiar en este renglón, esto es positivo; por último están las familias que viven con familiares o en casa prestada, ellos no erogan dinero para la casa pero su situación es muy irregular. (5%)



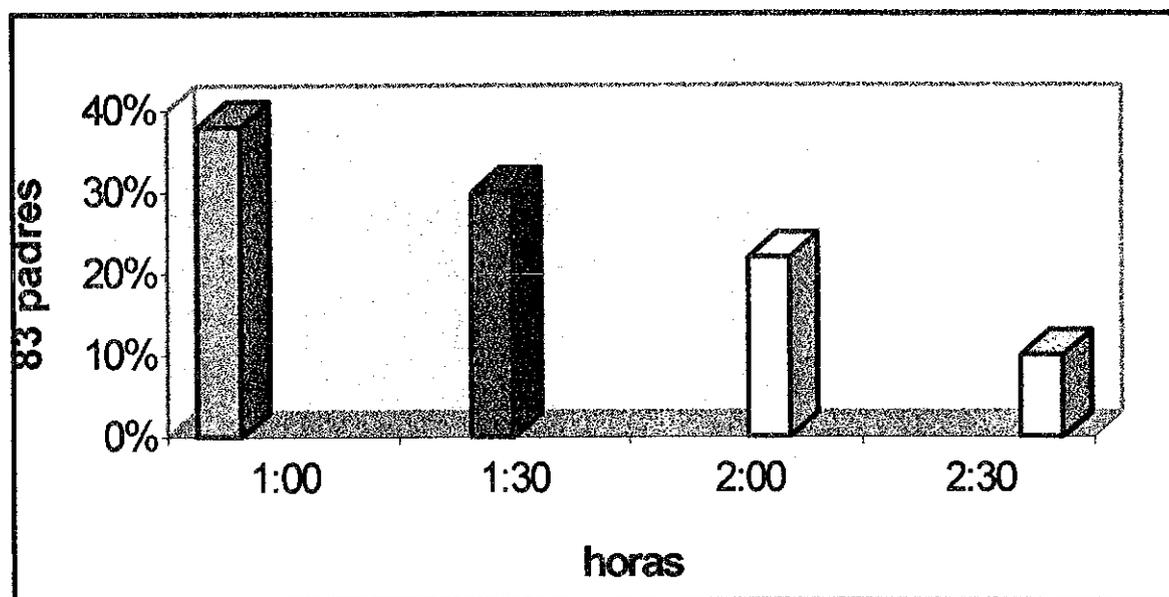
UTILIZANDO LA BASCULA DETECTANDO A NIÑOS CON SOBREPESO.



NIÑO CON TALLA Y PESO NORMAL, ADECUADA A SU EDAD.

CUADRO No. 11

Horas de convivencia padre e hijo



Comentario del cuadro No. 11

El producto de este cuestionario nos proporciona dos puntos de vista importantes a considerarse.

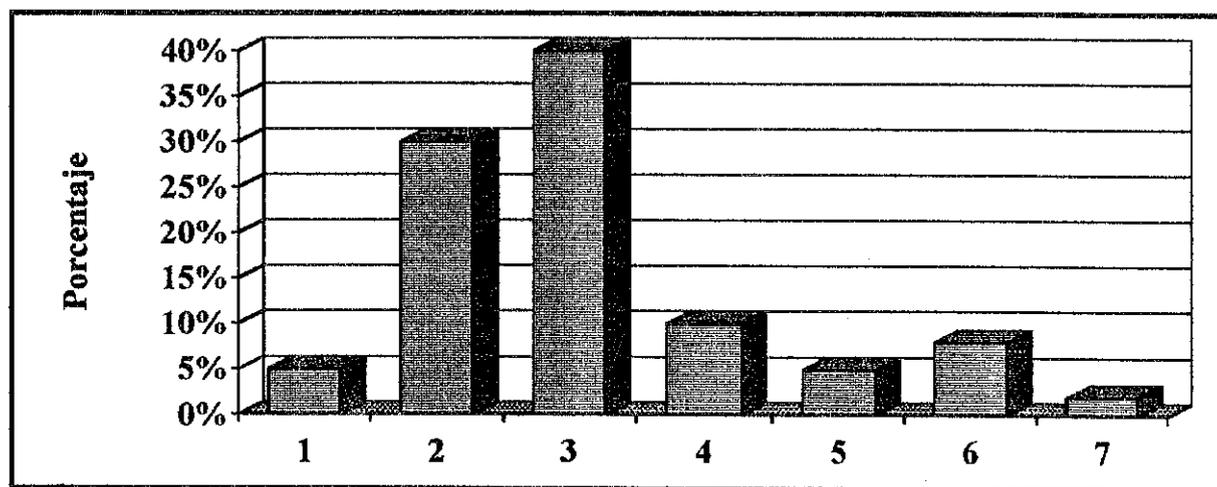
1.- Es muy penoso los resultados de este cuadro ya que el 38% de los padres de familia le dedican una hora a sus hijos ya que esto perjudica a nuestra sociedad escolar porque nos encontramos que nuestros alumnos no tienen el apoyo suficiente en su hogar; al mismo tiempo la gráfica nos muestra el mínimo de horas que conviven con sus hijos si contáramos con una dedicación de parte de los padres de familia para con sus hijos sería de gran ayuda para el trabajo docente.

2.- La falta de responsabilidad en este aspecto por parte de los padres de familia es evidente puesto que vivimos en una realidad muy palpable, que nos dejamos llevar por cualquier anuncio o propaganda publicitaria y pensamos, que porque es muy recomendado por personas del medio artístico tenemos que consumirlo y hacemos hasta lo imposible por adquirirlo.

No hay que olvidar también que en estos tiempos la mamá ha tenido que dejar el hogar ciertas horas del día para trabajar, nos manifestamos en contra de esta negativa actitud, es decir estamos en total desacuerdo que por falta de tiempo en ellos que se le ponga en la lonchera del niño comida chatarra, consideramos que gran parte de los anuncios publicitarios que aparecen en televisión ayudan poco o nada y en pocas ocasiones fomentan hábitos alimenticios saludables.

CUADRO No. 12

Nivel de estudios de padres de Familia.



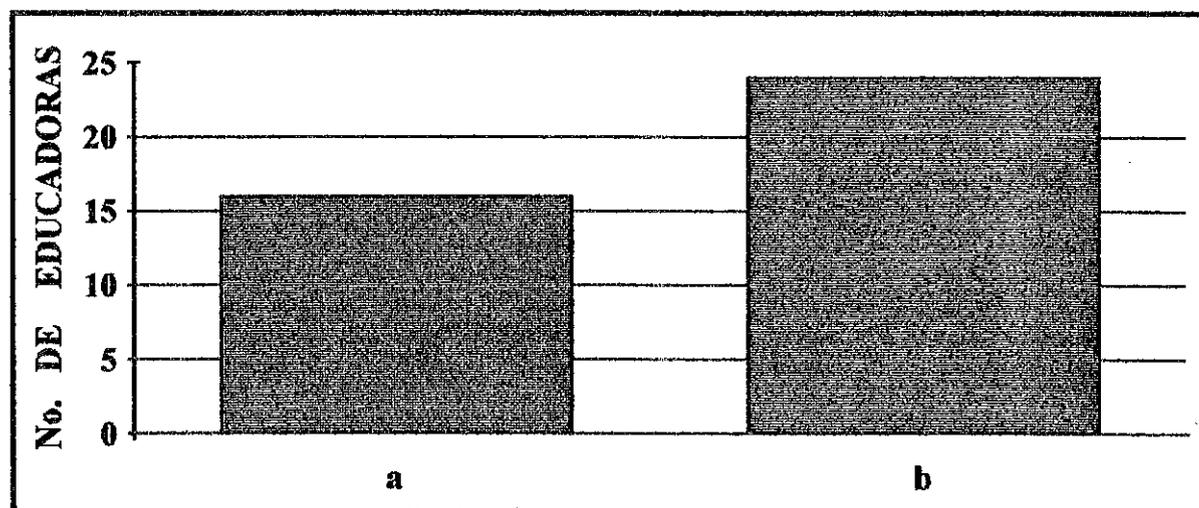
1.- Analfabetas	5%	5.- Preparatoria	5%
2.- Primaria Incompleta	30%	6.- Estudios técnicos	8%
3.- Primaria Completa	40%	7.- Nivel profesional	2%
4.- Secundaria	10%		

Comentario del cuadro No. 12

Los padres de familia de este Jardín de Niños, tienen poca preparación, pues cuentan tan solo con la primaria completa un 40%, Esto nos da como resultado que no tengan la suficiente educación y por lo tanto información para prever, organizar y otorgar una adecuada alimentación a sus hijos y esto conlleva a que no tengan defensas en sus organismos y se enfermen continuamente de enfermedades infecciosas o contagiosas, leves pero con el tiempo se hacen crónicas, que tengan parásitos, anemia, que anden desganados y tengan poco interés en su trabajo individual y colectivo. Todos estos aspectos son una secuela de la precaria formación educativa y por lo tanto, de orientación sanitaria y nutricional.

CUADRO No. 13

Actividad de proyectos de educadoras sobre alimentación.



- a) Educadoras que llevan a cabo proyectos sobre orientación alimenticia.
b) Educadoras que no llevan a cabo orientación alimenticia.

Comentario del cuadro No. 13

Por el cuadro anterior consideramos que gran parte de nuestras compañeras (más de un 50 %) no tienen interés en enfatizar la educación nutricional a través de los proyectos.

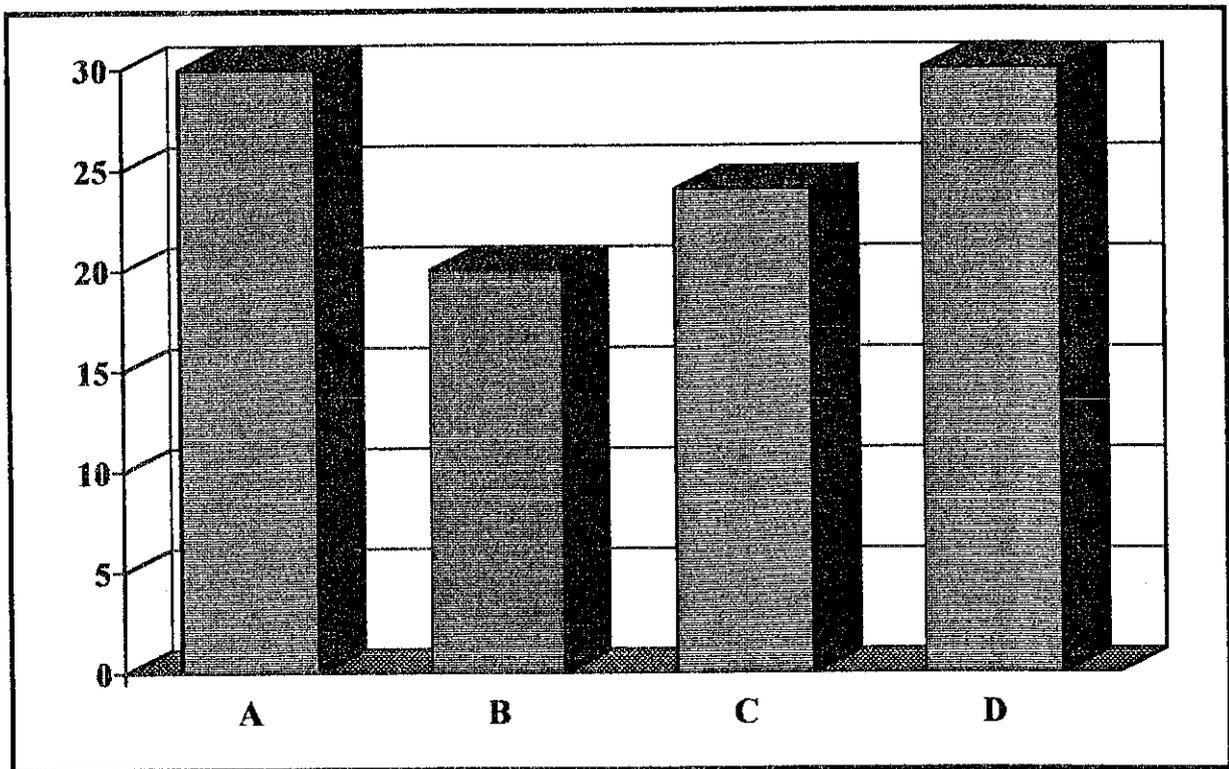
Además de ser esta edad (1 a 6 años) la etapa en que los niños sufren una transición notable en la alimentación pues, inician la vida como receptores pasivos de alimentación, pasan a través de una fase exploratoria de la comida que debe ser limitada por los padres y finalmente asume el control total de su consumo dietético, siempre y cuando los padres permitan una libertad en la elección alimenticia.

Durante esta transición el niño debe aprender la importancia de una buena nutrición para el crecimiento físico y desarrollo mental y la función de los alimentos en el mejoramiento de dicho crecimiento.

Los alimentos nunca se deben usar como método disciplinario o como manifestación de afecto; por lo anterior es grave constatar que un 60 % de las educadoras encuestadas no tienen interés en la educación alimentaria.

CUADRO No. 14

Gráfica de anuncios publicitarios preferidos por los niños.



- A) .- Sabritas, Alimentos chatarra (sobre con papas, chicharrones, etc.).
- B) .- Jugos industrializados.
- C) .- Pastelillos (Productos marínela y bimbo).
- D) .- Juguetes.

Comentario del cuadro No. 14

Observamos cómo la televisión es de mucha influencia tanto para los adultos y principalmente en los niños ya que ellos no tienen conciencia sobre los problemas que le

pueden ocasionar los ingrediente de dichos productos, puesto que ellos se guían por los sabores artificiales y sabrosos no sabiendo que esto les perjudican sus dientes, haciéndoles úlceras gástricas y como consecuencia les quita el apetito, dejando de ingerir alimentos que le sirvan a su organismo.

Aun sabiendo el adulto el daño que ocasionan el comprar estos productos chatarras él mismo se los proporciona y de este modo contribuimos a los intereses económicos de los patrocinadores.

Una vez hechos todos los comentarios relativos a las encuestas aplicadas, llegamos a la conclusión que las hipótesis que fueron planteada previas sí se constatan.

CONCLUSIONES

Comentario Introductorio.

Al concluir nuestra investigación de campo, hemos abordado lo relativo a la influencia en los niños respecto al tipo de dieta alimenticia que reciben.

Estamos seguros que desde la gestación la madre debe proporcionarse una dieta variada para que el producto crezca y se desarrolle adecuadamente, así como el que una vez que se dé el nacimiento, reciba cariño y cuidado de sus padres y de quienes lo rodean ya que el recién nacido depende totalmente de las personas que están cerca de él, especialmente de su madre, la cual debe proporcionarle el alimento; no hay un mejor alimento en la edad del lactante que la leche materna. (El éxito de la lactancia involucra a dos personas, la madre y su hijo).

La leche de la madre es el mejor alimento para los niños desde que nacen hasta los cuatro meses, no necesita ningún otro alimento porque la leche de la madre contiene todos los elementos y sustancias para su crecimiento, para protegerlo de catarrros, diarreas, tos y algunas otras enfermedades, tiene otras ventajas, como pasa directamente del pecho a la boca del niño siempre está limpia, no tiene que comprarse, siempre está disponible, además que favorece una relación de amor y seguridad entre la madre y el niño. Se ha constatado que un niño bien alimentado tiene mayor capacidad para aprender y desarrollar todas sus potencialidades.

El jardín y los padres de familia.

Nos hemos dado cuenta de la importancia que tiene la buena relación entre padre de familia y educadoras para que unidos demos una solución a una problemática de desnutrición. Los orientamos para que adquieran los hábitos alimenticios apropiados de acuerdo a sus ingresos económicos.

Observamos que por medio de las prácticas de comedor, a los niños sí les gusta las frutas y verduras y todo es cuestión de enseñar a prepararlas de forma que las apetezcan y las coman. Esto debía ser una preocupación de la madre, pero no siempre tiene la información, la motivación, el tiempo y los recursos- aunque sean mínimos_ para llevar a cabo esta acción tan necesaria para mejorar la salud y desarrollo de sus hijos.

En cuanto a nuestra investigación, los aspectos que se tomaron, en relación con el problema de desnutrición, nos sirvieron como punto de referencia para saber desde dónde parten las causas que la originan y cómo se resiente y cuáles son algunas secuelas.

Para acercarnos al objeto de estudio elaboramos y aplicamos encuestas, las cuales nos aportaron datos sobre el medio donde se desenvuelven nuestros alumnos, dándonos cuenta de la importancia que tiene su nivel socio-económico y cultural y con base a este estudio canalizamos a los niños con este problema a instituciones de salubridad.

A partir de la problematización nos formamos objetivos las cuales nos sirvieron de guía, obteniendo como resultados el saber la noción que llevan los padres de familia respecto a la nutrición, en relación a la salud de sus hijos y de ellos mismos.

En el transcurso del período de investigación, llegamos a la conclusión que nuestras hipótesis planteadas, fueron comprobadas por medio de los resultados arrojados en las encuestas a educadoras, padres de familia y sus hijos, dándonos cuenta realmente de las repercusiones en los niños a causa de que los padres carezcan de una orientación nutricional, es decir de una cultura alimentaria. Vinculado a este problema está el económico y ahí pudimos ver también que las bajas percepciones de la familia son evidentes. De manera indirecta, pero esta variable es fundamental.

Gracias al apoyo que recibimos por la Secretaria de Salud Jalisco, al Instituto del Seguro Social, se logró que padres de familia, comunidad, el personal que labora en este

Jardín de Niños y los propios alumnos, obtuvieron conocimientos sobre cómo elaborar comida económica y nutritiva. Debemos reconocer que este logro se ubica solamente en el nivel informativo y asesoría; falta aún compenetrarse más en el problema e involucrar mucho más a los progenitores.

Oros de los resultados a los que llegamos fue que en el Jardín de Niños No. 86, se unificaron criterios para darles a los niños un refrigerio con más nutrientes; así mismo a los padres de familia se les dio orientación e información, dándose desde entonces resultados inmediatos (disminuyo el consumo de refrescos, dulces, alimentos industrializados, etc.).

Lo que nosotros queremos es que adquieran buenos hábitos los niños y que éstos, vayan formandose, pero necesitamos también que indirectamente estén ayudando a formar a otros y que en la medida que demos al niño una mejor educación dependerá en gran parte lo que ellos puedan transmitir en sus casas día a día.

La importancia que tiene la escuela para nosotros como educadoras que somos y que a través de nuestra práctica docente, hemos venido observando cómo influye la alimentación en los niños de preescolar con relación a su desarrollo físico, proponemos que obtenga por medio de ésta una mayor capacidad para resolver en forma autónoma los pequeños problemas que se vayan presentando en el Jardín de Niños respecto a este renglón, ya que es muy importante que el educando crezca sano y en el futuro se desenvuelva satisfactoriamente en sus diferentes dimensiones como es: físico, social, intelectual y moral.

El Jardín de Niños influye en la adquisición de hábitos en general y uno de ellos , la nutrición es crucial, pero para ello las educadoras deben contar con la ayuda de los padres de familia.

Todo ello nos lo marca el programa de Educación Preescolar. Que el niño debe desarrollarse de una manera integral, es finalmente el objeto de nuestro estudio.

SUGERENCIAS.

Aunque en la investigación de campo no esta contemplado hacer propuestas estructuradas, creemos de todas maneras importante, ofrecer algunas sugerencias que una vez hecha la investigación, consideramos útil, dar como orientación a educadoras y padres de familia.

1.- Con esta investigación de campo queremos dar a conocer a todas nuestra compañeras que compartan con nosotros nuestra misma preocupación por este tema de desnutrición, que lleven a cabo las practicas de comedor frecuentemente.

2.- También sugerimos que motiven al niño para que surjan proyectos sobre alimentación y motivar a los Padres de Familia, para que haya una buena interacción entre Educadoras-Alumno y Padre de Familia.

3.- Invitamos a los docentes a realizar campañas dentro de la comunidad, con el temas alusivos a una buena nutrición e higiene,

4.- Y a los Padres de Familia, les hacemos una atenta invitación para que tengan un mayor cuidado en el consumo de productos chatarra, para no perjudicar la salud de sus hijos.

5.- Sugerimos al personal docente de este Jardín de Niños, que se siga concientizando a los niños, por medio del refrigerio que se les da, incrementar en su consumo, frutas , verduras y alimentos variados y apetitosos, para que el niño se enseñe a comer de todo para que su nutrición sea completa, añadir los cereales, huevo, leche y carnes variándolo para que no se vuelva rutina y sea más rico y pueda obtener las proteínas, minerales, vitaminas que necesiten para su desarrollo y crecimiento.

ANEXOS*

INCLUIAMOS ANEXOS DONDE NOS INDICA CUALES SON LOS ALIMENTOS QUE NECESITA EL CUERPO PARA ESTAR SANO.

CLASES DE ALIMENTOS

Comer bien quiere decir una combinación y balance de distintos alimentos que necesita el cuerpo. Para que una persona esté fuerte y sana, cada comida debe contener algo de cada una de las siguientes 4 clases de alimentos.

1.- Proteínas, son necesarias para crecer bien, para construir musculos sanos y para desarrollar el cerebro y muchas otras partes del cuerpo.

Alimentos ricos en proteínas:

Carne, pollo, huevo, pescado, mariscos, leche, queso, frijoles, soya, insectos, camarones.

Alimentos con algo de proteínas:

Frijol, lentejas, habas, nueces, chícharos, cacahuates, verduras, cereales (trigo, avena, milo).

2.- Carbohidratos y Azúcares. Alimentos que dan energía.

Estos alimentos son como la leña para la lumbre. Entre más trabaje una persona mas necesita de los alimentos que dan energía. Pero una dieta de solo estos alimentos, sin proteínas debilita al cuerpo.

* Toda la información contenida en estos anexos fue tomada de diferentes folletos, documentos, libros y circulares emitidas por diferentes dependencias oficiales del Sector Salud como de Educación Preescolar.

Comida con mucho carbohidrato o almidón:

Maíz, cereales, trigo, arroz, higo, avena, sorgo, milo, fideos, papas, camote, patatas, calabaza, yuca, cazabe, plátano verde..

Azúcares: azúcar, miel, panocha, plátano, banano, leche.

3.- Grasas y Aceites. Alimentos que almacenan la Energía.

Estos alimentos son almacenes de energía en forma concentrada, el cuerpo los guarda como reserva de leña y los convierte en azúcares, cuando necesita fuerza. Cada comida debe contener un poco de grasa, pero demasiada grasa hace daño.

Alimentos con algo de grasa.

cacahuates (maní), nueces, ajonjolí, frijol, soya, coco, aguacate, leche.

4.- Vitaminas y Minerales.

El cuerpo necesita vitaminas y minerales para aprovechar bien los otros alimentos, para la formación de la sangre, los huesos y los dientes, y para que los diferentes sistemas del cuerpo funcionen bien. Sin comer comidas ricas en vitaminas y minerales el cuerpo se enferma.

Alimentos ricos en vitaminas y minerales:

Verduras, frutas, cereales, leche, queso, huevos, pollo, carne (especialmente el hígado), pescado, aceite del hígado de bacalao es rico en vitamina, algas del mar (ricas en yodo).

ALIMENTOS DEL CUADRO BÁSICO QUE DEBEMOS CONSUMIR PARA UNA NUTRICIÓN BALANCEADA..

Grupo 1: SEMILLAS DE PLANTAS QUE TIENEN ESPIGA.

Los alimentos de este grupo son los mas abundantes en la alimentación; dan energía para tener fuerza y desarrollar las actividades diarias como: correr, jugar, trabajar, estudiar y bailar.

En este grupo esta el maíz, en todas sus formas, el trigo y otros cereales como el arroz, la avena y la cebada. Existen otros alimentos como la papa, el aguacate, el camote y los concentrados que proporcionan energía estos son: azúcar, miel, piloncillo, cajeta, mermelada, ate, crema, aceite, mantequilla, margarina y manteca, se deben consumir con moderación.

Grupo 2 : SEMILLAS DE VAINA Y ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL.

Le dan el cuerpo las proteínas necesarias para la formación y crecimiento de los tejidos (piel, músculos, pelo, etc.) se encuentran entre las leguminosas o semillas de vaina como frijol, lenteja, habas, garbanzo, soya y chícharo y en todos los productos de origen animal como carne, viseras, huevo, leche, queso y pescado.

Grupo 3: FRUTAS Y VERDURAS.

Proporcionan vitaminas y minerales su principal función es ayudar a que el cuerpo aproveche todos los nutrimentos que recibe para un buen funcionamiento; por eso se le llama reguladores también ayudan contra algunas enfermedades.

Las vitaminas y minerales se encuentran en todas las frutas y verduras se comen crudas y con cascara, pero bien lavadas ayudan a la digestión.

" La buena alimentación no es necesariamente la más cara, debe ser agradable, variada y nutritiva; además, el ambiente durante las comidas debe ser de cordialidad entre las personas" ¹⁹

SOPA DE CHAYOTE.

Ingredientes:	Cantidad:
Chayote.	300 grs.
Jitomate.	180 grs.
Cebolla.	30 grs.
Aceite.	6 cdas.
Caldo, Ajo, Sal y Perejil.	Al gusto.

MODO DE PREPARAR.

Las verduras se lavan a chorro de agua, procurando que la zanahoria se talle con estropajo para quitarle perfectamente bien la tierra, se corta el chayote y la zanahoria en forma de moneda y se acitrona en el aceite se muelen el jitomate con la cebolla, ajo y sal, se fríe el jitomate con el aceite y se deja sazonar y se agregan las verduras cortadas, el

¹⁹ Manual de Salud Comunitaria, SEP. México, D:F. 1992, pág. 24,25,26.

caldo, las ramitas de perejil y sal si es necesaria, se deja hervir la preparación hasta que este perfectamente bien cocida y se sirve.

TORTAS DE PLÁTANO MACHO CON QUESO PARA 6 PERSONAS.

Ingredientes:	Cantidad:
Plátano macho	2 piezas medianas.
Queso	150 grs.
Azúcar.	3 cdas. soperas.
Harina.	2 cdas. soperas.
Aceite o Margarina	3 cdas. soperas.

MODO DE PREPARAR.

Los platanos se lavan a "chorro de agua" se hierven 15 minutos, se pelan y se machacan junto con el queso y la harina, se hacen tortitas y se frien en una sartén con aceite o manteca caliente. Al servirlos se revuelven con el azúcar.

CALABAZAS RELLENAS DE QUESO.

Ingredientes:	Cantidad:
Queso.	150 grs.
Calabacitas.	6 pzs.
Aceite.	Al gusto.
Sal.	Al gusto.

MODO DE PREPARAR.

Las calabazas se lavan a " chorro de Agua" y se cuecen a partir de agua hirviendo el queso se corta en tiras pequeñas, cuando están cocidas las calabazas se les hace un orificio en el centro y se rellenan con el queso, al servirla se les pone la sal y el aceite.

CREMA DE ESPINACAS PARA 6 PERSONAS.

Ingredientes:	Cantidad:
Espinacas	5 manojos.
Leche	1/2 litro.
Aceite o manteca.	2 cdas. soperas
Ajo.	cantidad necesaria.
Sal.	Al gusto.

MODO DE PREPARAR.

Las espinacas se lavan a "chorro de agua" y se cuecen a partir de agua hirviendo, ya cocidas se escurren, se muelen con un poco de agua y se cuelan, en un trasto, se calienta la grasa y se acitrona la cebolla, se añaden las espinacas molidas, la leche y sal, se deja hervir 15 minutos aproximadamente.

" La leche y el queso son alimentos que nos van a ayudar a crecer y desarrollarnos.

CREMA DE CHÍCHAROS.

Ingredientes:	Cantidad:
Chícharos crudos	1 taza.
Leche.	1/2 litro.
Mantequilla, aceite o manteca.	2cdas. soperas.
Cebolla.	Cantidad necesaria.
Ajo.	1 diente.
Sal.	Cantidad necesaria.

MODO DE PREPARAR .

Los chícharos se pelan y se lavan, se ponen a cocer a partir de agua hirviendo, cuando estén cocidos, se muelen y cuelan, en un trasto se calienta el aceite, manteca o mantequilla y se acitrona la cebolla en seguida se agregan los chícharos la leche y sal, se deja hervir 15 minutos.

" La leche fresca evaporada y en polvo tiene el mismo valor alimenticio."

SUGERENCIAS DE DIETAS PARA EL PREESCOLAR. ✓

DESAYUNO.

CANTIDAD.

Frutas frescas o jugo	1 pza. mediana.
Leche. (con café o algún sabor).	1 vaso mediano 200 c.c.
Huevo al gusto.	1 pza.
Frijoles.	1 1/2 plato (3 cdas).
Pan o Tortilla.	1 pza.

MEDIA MAÑANA.

Fruta.

COMIDA.

Sopa seca o caldo.	1 plato chico.
Carne o guisado.	1/2 ración (40 a 60 grs.).
Verdura.	1 ración 90 grs.
Frijol, garbanzo o lenteja.	2 cdas.
Tortilla o pan.	1/2 a 1 pza.
Agua de Frutas.	Al gusto.

CENA.

Cantidad:

Leche.	1 Taza.
Guisado o frijoles.	1/2 plato.
Fruta o verduras.	1/2 ración (40 a 60 grs.).
Pan o Tortilla.	1 pza.

SECRETARIA DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL.

El huevo es un alimento muy nutritivo, porque es rico en sustancias que nuestro cuerpo utiliza para crecer y conservar la salud.

El huevo puede servirse en variadas y deliciosas preparaciones y en muchas ocasiones puede ser el platillo principal de la carne.

Cuando se combina con otros alimentos como verduras, cereales (pastas, panes, tortillas,) aumenta su valor alimenticio y rinde más.

HUEVOS RANCHEROS.

Alimento:	Cantidad:
Huevos.	12 pzas.
Tortilla.	6 pzas.
Tomate verde.	300 grs.
Aceite.	6 cucharadas soperas.
Chile verde, cilantro, cebolla y ajo.	Cantidad necesaria.

MODO DE PREPARAR .

1.- Se lavan las verduras a " chorro de agua".

- 2.- Se asan los tomates y los chiles verdes.
- 3.- Se muelen los tomates, chiles, ajo, cebolla y cilantro.
- 4.- Se pasa la tortilla por aceite caliente para que quede blanda y se coloca en el plato.
- 5.- Se fríen los huevos y se colocan sobre la tortilla, agregándose la salsa verde.

Alimentarse mejor, es comer huevo.

HUEVO CON GARBANZO.

Ingredientes:	Cantidad:
Huevos.	12 pzas.
Garbanzo.	60 grs.
Aceite.	6 cdas. soperas.
Longaniza.	60 grs.
Cebolla y sal.	Cantidad necesaria.

MODO DE PREPARAR .

- 1.- Se lavan los garbanzos y se ponen a hervir hasta que acitronan.
- 2.- Se pica la cebolla, se desmenuza la longaniza y se acitronan.
- 3.- Se batan los huevos, se agregan los garbanzos, la longaniza y la sal, y se ponen a freír.
- 4.- Se fríen los huevos revueltos con los garbanzos, longaniza y sal.

La preparación del huevo con otros alimentos, mejora su valor alimentación.

ARROZ CON FRIJOLES.

Ingredientes:	Cantidad:
Arroz crudo.	1/2 tza.
Frijol Cocido.	2 tza.
Caldo de Frijol.	Cantidad necesaria.
Jamón.	100grs.
Mantequilla.	4 cdas. soperas.
Ajo, cebolla, Sal.	Cantidad necesaria.

MODO DE PREPARAR .

- 1.- El arroz se pone a remojar en una cacerola con agua caliente 30 minutos, se lava con agua fría y se escurre.
 - 2.- En una cazuela se pone la mitad de la mantequilla, y se fríe el arroz, se acitronan la cebolla, el ajo y el jamón picados.
 - 3.- A este arroz se le agrega el caldo de frijol y los frijoles, se deja cocer tapado de 25 a 30 minutos a fuego suave.
 - 4.- Después de este tiempo, se destapa , se añade el resto de la mantequilla y se deja terminar de cocer destapado.
- " El arroz combinado con otros alimentos nos proporciona mayor salud".

NUTRICIÓN, LO QUE SE DEBE COMER PARA TENER BUENA SALUD.

Para poder tener un crecimiento y desarrollo adecuado la base es comer bien. Muchas enfermedades comunes vienen de no comer suficiente.

Se dice que la persona mal alimentada esta desnutrida o mal nutrida. La mala alimentación es la causa mas frecuente de las siguientes dolencias:

- El niño no crece ni gana peso normalmente.
- Tarda en caminar, hablar o pensar.
- Barrigón, con los brazos y piernas flacas.
- Tristeza, fatiga, debilidad.
- Hinchazón de los pies, la cara y las manos, con llagas y perdida del pelo, o de su brillo o color.
- No ve bien en la noche, resequedad de los ojos, ceguera.

Las siguientes enfermedades pueden tener otras causas, muchas veces son causadas o empeoradas por mala alimentación.

- Diarrea, zumbido de oídos, convulsiones, dolor de cabeza, piorrea y encías que sangran, hemorragia de la nariz, resequedad de la piel, sofocado de la barriga, calambres, palpitación del corazón, angustias y varios problemas de los nervios y la mente, cirrosis del hígado, infecciones con mças frecuencia.

EL PROGRAMA DE VIGILANCIA DEL ESTADO NUTRICIONAL DEL ESCOLAR
Tiene como finalidad:

- Vigilar el sano crecimiento del niño mediante el registro regular de su peso y talla.
- Detectar a todos los niños que tengan problemas de desnutrición y lograr que recuperen su sano desarrollo.
- Canalizar las acciones de apoyo a la nutrición que realizan los organismos públicos y privados para que en forma coordinada lleguen a la población que más lo necesita.
- Orientar a la población acerca de la forma de lograr una mejor alimentación con los recursos disponibles.
- Fomentar la organización y la participación de la comunidad escolar, mediante la creación de comités o grupos de trabajo de padres de familia, maestros y alumnos, para que sean ellos mismos quienes lleven a cabo las acciones de apoyo a la nutrición.

Si su hijo tiene problemas de desnutrición, existen mecanismos de orientación y de ayuda en las instituciones que participan en el programa.

Reúnanse con los maestros y otros padres de familia para que realicen organizadamente acciones de apoyo a la buena nutrición de los niños.

CUIDEMOS LA SALUD DE LOS NIÑOS

- La base de una alimentación adecuada es incluir un alimento de cada grupo en las tres comidas, es decir, de los que proporcionan energía, proteínas, vitaminas y minerales.
- Recuerde que un buen desayuno o comida es un buen comienzo para el desarrollo de la jornada escolar y repercute en un mayor aprendizaje y mejor rendimiento escolar.
- No olvide incluir fruta, cereal y agua preparada para el desayuno de media mañana o media tarde.
- Promueva el lavado de manos antes de consumir alimentos y después de ir al baño.
- Evite el consumo de comidas chatarra que cuestan mucho y nutren poco.



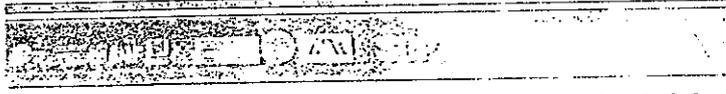
(SELLO DE LA ESCUELA)

ALIMENTO Y CRECIMIENTO ...MEJOR APROVECHAMIENTO

PROGRAMA DE VIGILANCIA DEL ESTADO NUTRICIONAL DEL ESCOLAR



NOMBRE _____ SEXO _____
 EDAD _____ AÑO _____
 GRADO ESCOLAR _____ RUTINA _____



La buena nutrición es la base de un sano crecimiento y desarrollo de nuestros hijos.

Una alimentación que combine en forma balanceada y variada cereales, leguminosas, frutas y verduras y una adecuada ración de alimentos de origen animal, dará al niño todas las sustancias para que crezca y se desarrolle normalmente.

Durante la edad escolar nuestros hijos requieren estar bien alimentados para tener un buen rendimiento escolar. Una forma de saber si el alumno está bien alimentado es ver si su peso y su estatura se encuentran dentro de los límites normales o presentan desnutrición leve, moderada o severa.

Por tal motivo el Programa de Vigilancia del Estado Nutricional del Escolar tiene como propósito conocer el estado nutricional de los niños que acuden a las escuelas oficiales, a través de medir su peso y estatura.

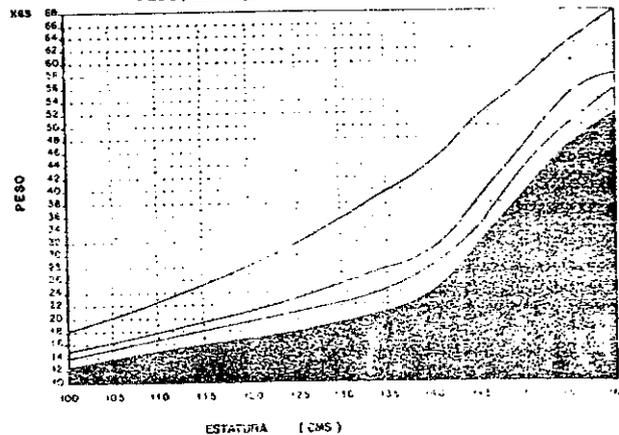
UNA BUENA ALIMENTACION SE BASA EN ALIMENTOS QUE PROPORCIONAN:

- **ENERGIA:**
Cereales: maíz, trigo, arroz, avena, amaranto, salvado. Azúcares y grasas.
- **PROTEINAS:**
Leguminosas: hígado, haba, garbanzo, soya y lenteja. Carnes: pollo, res, pescado, vísceras y puerca. Leche y sus derivados y huevo.
- **VITAMINAS Y MINERALES**
Frutas
Verduras
Visceras: hígado, riñón, bife y corazón.

La gráfica siguiente nos permite conocer si el alumno presenta problemas de desnutrición o de sobrepeso. Si el niño se encuentra en:

- Franja verde: ¡ Felicidad !** El niño tiene un crecimiento normal y debe continuar con su buena alimentación.
- Franja amarilla: ¡ Cuidado !** El niño tiene problemas en su crecimiento y debe ponerse mayor atención en su alimentación. Solicite información en la Unidad de Salud que le corresponde, prúelo y médalo cada dos meses.
- Franja roja: ¡ Peligro !** El niño tiene un problema de desnutrición y puede enfermarse. Solicite información en la Unidad de Salud más cercana. Vigile su peso y su estatura cada mes con apoyo médico.
- Franja blanca: ¡ Atención !** El niño tiene sobrepeso, pida orientación nutricional para una dieta más alterada. Vigile su peso y estatura. Si no recupera su peso normal, acuda al servicio médico.

PESO / ESTATURA ESCOLARES AMBOS SEXOS



ALIMENTO Y CRECIMIENTO.....MEJORAR APROVECHAMIENTO.

Programa de vigilancia del estado nutricional del escolar.

Este folleto nos ayuda a saber detectar a niños desnutridos o de sobrepeso con la ayuda de la cinta Cimber, relacionando su medida que nos marca su brazo con la de su estatura, utilizando colores que nos van indicando en que estado se encuentra el niño.

VERDE-----Normal

AMARILLO-----Sospechoso

ROJO-----Desnutrido

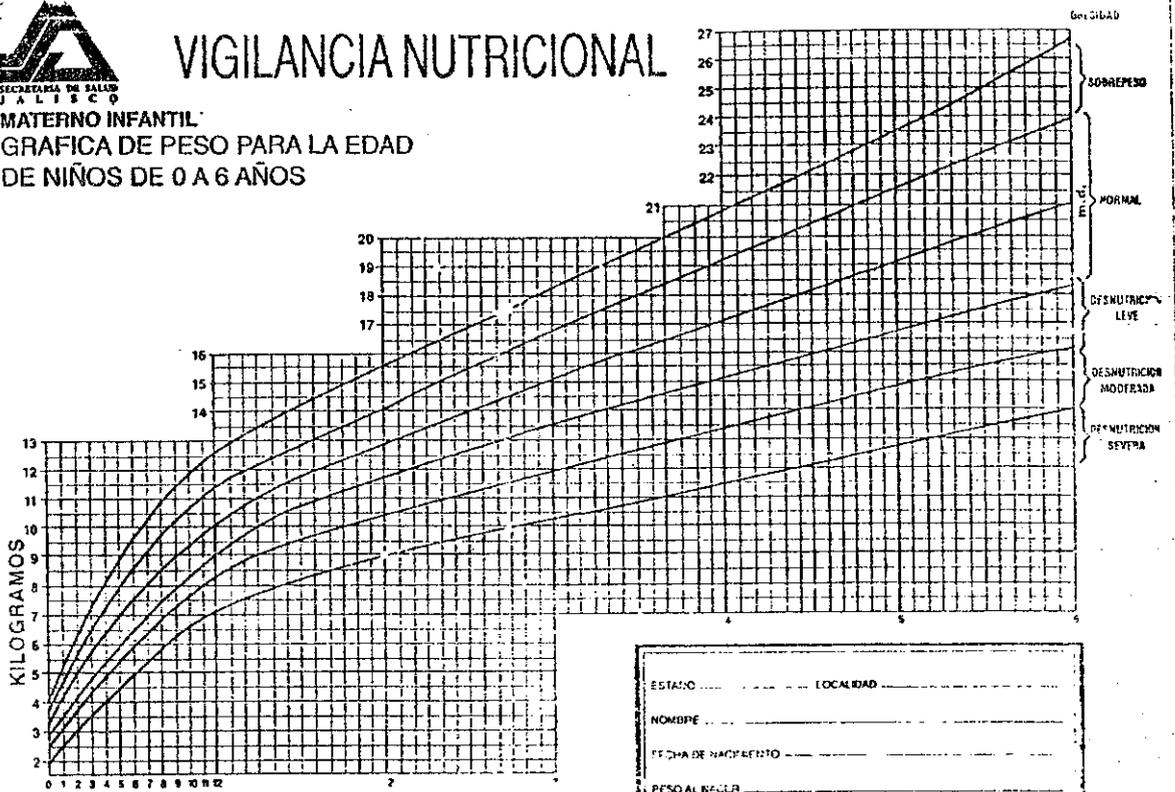
BLANCO-----Obeso



SECRETARÍA DE SALUD
JALISCO

MATERNAL INFANTIL
GRAFICA DE PESO PARA LA EDAD
DE NIÑOS DE 0 A 6 AÑOS

VIGILANCIA NUTRICIONAL



EDAD EN MESES Y AÑOS
FUENTE: TABLAS DE VALORES DE LA OMS.

ESTADO	LOCALIDAD
NOMBRE	
FECHA DE NACIMIENTO	
PESO AL NACER	
TALLA AL NACER	
NOMBRE DE LA MADRE	

VIGILANCIA NUTRICIONAL

TALLA Y PESO DE NIÑAS Y NIÑOS

NIÑAS	PESO (EN KG.)			TALLA (EN CM.)		
	Edad	Bajo	Promedio	Alto	Baja	Promedio
Al nacer	2.800	3.220	3.850	46.4	49.5	51.6
1 Mes	3.460	3.900	4.600	50.4	53.3	55.6
2 Meses	5.000	5.580	6.225	57.0	59.4	62.2
4 Meses	5.560	6.210	7.000	59.6	62.0	64.7
5 Meses	6.125	6.810	7.650	61.7	64.1	67.0
6 Meses	6.625	7.340	8.225	63.5	66.0	69.0
7 Meses	7.000	7.800	8.700	65.2	67.2	71.2
8 Meses	7.400	8.190	9.125	66.7	69.4	72.0
9 Meses	7.770	8.600	9.525	68.0	70.7	73.9
10 Meses	8.100	8.950	9.925	69.4	72.0	75.3
11 Meses	8.420	9.250	10.350	70.5	73.2	76.6
12 Meses	8.690	9.600	10.930	71.6	74.4	77.8
15 Meses	9.380	10.400	11.550	74.7	77.5	81.2
18 Meses	10.000	11.080	12.275	77.4	80.6	84.1
21 Meses	10.595	11.725	12.725	79.8	83.3	86.9
2 Años	11.130	12.280	13.585	82.0	85.7	89.6
3 Años	13.000	14.250	16.190	89.0	94.1	98.9
4 Años	14.740	16.240	18.800	96.8	101.2	106.2
5 Años	16.400	18.250	21.205	102.3	107.3	112.8
6 Años	18.100	20.330	23.940	107.8	113.2	119.0

TALLA Y PESO DE NIÑAS Y NIÑOS

NIÑOS	PESO (EN KG.)			TALLA (EN CM.)		
	Edad	Bajo	Promedio	Alto	Baja	Promedio
Al nacer	2.960	3.400	3.950	47.6	50.7	53.7
1 Mes	3.665	4.200	4.890	51.8	54.2	59.3
2 Meses	4.500	5.115	5.820	55.1	57.8	60.4
3 Meses	5.200	5.970	6.800	58.1	60.8	63.2
4 Meses	5.850	6.650	7.500	68.0	63.5	68.3
5 Meses	6.420	7.235	8.100	63.1	66.0	69.3
6 Meses	6.900	7.750	8.670	65.2	67.9	70.3
7 Meses	7.325	8.200	9.210	66.7	67.2	71.2
8 Meses	7.400	8.190	9.125	66.7	69.4	71.9
9 Meses	8.125	9.000	10.130	69.4	72.1	74.3
10 Meses	8.430	9.390	10.530	70.6	70.6	76.2
11 Meses	8.730	10.000	10.880	71.9	74.7	77.0
12 Meses	9.035	10.800	11.200	73.0	76.0	78.5
15 Meses	9.750	10.725	12.060	76.0	79.0	82.1
18 Meses	10.375	11.400	12.770	78.8	82.1	85.4
21 Meses	10.890	12.000	13.415	81.4	84.8	88.8
2 Años	11.360	12.550	14.035	83.7	87.0	90.8
3 Años	13.110	14.560	16.360	91.1	95.1	98.0
4 Años	14.760	16.490	18.620	97.5	101.6	105.5
5 Años	16.410	18.400	21.000	103.1	107.5	112.3
6 Años	18.090	20.670	21.580	108.8	113.5	118.6

**PROGRAMA DE PROTECCION Y MEJORAMIENTO
DE LA NUTRICION Y SALUD DEL PREESCOLAR
Y ESCOLAR DE 3 A 10 AÑOS.**

La secretaría de Educación Jalisco, cuenta con un programa de apoyo, con el cual cada año se nos orienta para poder detectar y canalizar a niños con problema de desnutrición, otro, problemas de psicomotricidad, problema cognocitivo, de lenguaje, socio-afectivo y diferentes hábitos de salud y nutrición, considerando la edad, sexo, estatura y peso

Junto con otras instituciones de salud, la Secretaría de Salud, DIF Jalisco, el CONAFE, unen esfuerzos para detectar y atacar este problema que es muy grave en Jalisco, pues cuenta con un alto índice, sobre todo en las zonas marginadas y de escasos recursos económicos y bajo nivel cultural y sobre todo en zonas indígenas.

ESCALA SELECTIVA DEL DESARROLLO INTEGRAL DEL NIÑO*
GRAFICO DEL DESARROLLO

FASE	NOTAS EN LA ESCALA	MOTORA FINA	COGNOSCITIVA	LENGUAJE	SOCIO- AFECTIVA	RASTROS DE SALUD Y VITAMINOS	EDAD EN AÑOS	OBSERVACIONES
2.5-3		
3.5-4		
4-5		
5-6		

Secretaría de Educación

Dirección General de Educación Extraescolar
Dirección General de Educación Básica
Dirección de Higiene Escolar
Dirección de Educación Primaria
Dirección de Educación Preescolar

PROGRAMA DE PROTECCION Y MEJORAMIENTO DE LA NUTRICION Y SALUD DEL PREESCOLAR Y ESCOLAR DE 3 A 10 AÑOS



EDUCACION JALISCO

PROGRAMA DE PROTECCION Y MEJORAMIENTO DE LA NUTRICION Y SALUD DEL PREESCOLAR Y ESCOLAR DE 3 A 10 AÑOS



CRECIMIENTO:

ES EL AUMENTO DE LA MASA CORPORAL VIVA DEL ORGANISMO EN GENERAL O DE ALGUNAS DE SUS PARTES*

DESARROLLO:

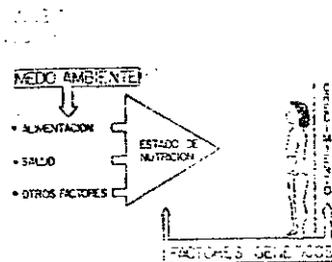
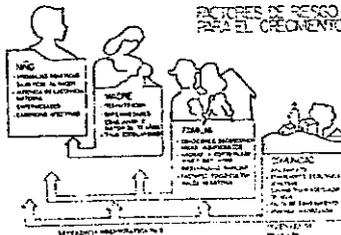
SIGNIFICA MADURACION DE LOS ORGANOS Y LOS SISTEMAS, ADQUISICION DE HABILIDADES, CAPACIDAD DE ADAPTACION MAS FACILMENTE AL STRESS Y CAPACIDAD DE ACEPTAR LA MAXIMA RESPONSABILIDAD Y ALCANZAR LA LIBERTAD DE EXPRESION CREATIVA!

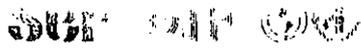
"DIF. JALISCO, SECRETARIA DE EDUCACION, SECRETARIA DE SALUD, Y DIF. JALISCO" SE OBLIGAN DE MANERA CONJUNTA A UNIR ESFUERZOS EN LA EJECUCION DE ESTE PROGRAMA CONFORME A LAS DIRECTRICES ESTABLECIDAS EN LA CUMBRE A FAVOR DE LA INFANCIA, ATENIENDO DESDE LUEGO, LOS COMPROMISOS ASUMIDOS POR NUESTRO PAIS EN MATERIA DE DESNUTRICION INFANTIL.

LA NUTRICION HISTORICAMENTE ESTA DETERMINADA POR LA FORMACION ECONOMICA Y SOCIAL DE UN LUGAR, ES EL PROCESO QUE INCLUYE DESDE LA PRODUCCION, CIRCULACION, INDUSTRIALIZACION, DISTRIBUCION Y CONSUMO DE LOS ALIMENTOS A PARTIR DE LOS CUALES EL ORGANISMO METABOLIZA LOS NUTRIENTES NECESARIOS PARA SU CRECIMIENTO, DESARROLLO Y MANTENIMIENTO.



DESNUTRICION, ENFERMEDAD FRECUENTE EN NUESTRO MEDIO, SE CARACTERIZA POR LA PERDIDA DE PESO Y MANIFESTACION DE CARENCIAS ESPECIFICAS, TIENE COMO CAUSA PRINCIPAL EL CONSUMO DE UNA DIETA DESBALANZADA E INSUFICIENTE EN LOS NUTRIENTES BASICOS (PROTEINAS, GRASAS, HIDRATOS DE CARBONO, VITAMINAS Y MINERALES)





DEL SISTEMA DE VIGILANCIA DE LA NUTRICION DE NIÑOS EN EDAD ESCOLAR

FORMULARIO

I. IDENTIFICACION

1. NOMBRE DE LA ESCUELA _____

2. C.C.T. () () () () () () () () () () ENTIDAD FEDERATIVA () ()

3. DOMICILIO DE _____
CALLE NUMERO

4. LOCALIDAD Y COLONIAS _____

5. MUNICIPIO Y DELGACION POLITICA () () () ()

6. TIPO DE LOCALIDADE: URBANA (1) RURAL (2)

7. GRADO ESCOLAR () () () ()

8. TURNO: MATUTINO (1) VESPERTINO (2) OTROS (3)

II. REGISTRO DE MEDIDAS

No.	P.	10. FECHA DE NACIMIENTO (DIA - MES - AÑO)	11. SEXO (O 2)	12. TALLA (CM)			13. ESTADO DE NUTRICION
				12.1	12.2	12.3	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

FICHA DE IDENTIFICACION DEL NIÑO PREESCOLAR

Este formato lo llevamos todas las educadoras y se realiza en el mes de octubre esta ficha de identificación con la participación de los padres de familia, es importante ya que obtenemos datos sobre su nacimiento y desarrollo físico, su forma de alimentarse y otras características; es de mucha ayuda puesto que nosotras podemos ayudar al niño en el momento oportuno que lo requiera y en su momento canalizarlo con personas apropiadas de acuerdo a su problema ya que pueden ser; desarrollo motriz, de lenguaje, sobre conducta.

Otro punto muy importante que recabamos con esta ficha es conocer datos sobre su familia y así nos damos cuenta sobre los cuidados que le brindan a su hijo.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
 DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN BÁSICA
 DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN PREESCOLAR

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



FICHA DE IDENTIFICACIÓN DEL NIÑO PREESCOLAR
 ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA

DATOS GENERALES:

- 1. Nombre del niño: _____
 Apellido Paterno _____ Apellido Materno _____ Nombre (s) _____
- 2. Edad _____ Fecha de nacimiento: _____
 Año _____ Mes _____ Día _____
- 3. Domicilio _____
 Calle _____ No. _____ Colonia _____
 Municipio _____ Tel: _____
- 4. En caso de emergencia favor de avisar a: _____
 con domicilio en: _____ o al Tel: _____
- 5. Jardín de niños No. _____ Grado _____ Grupo _____ Turno _____

DATOS FAMILIARES:

Nombre	Edad	Escolaridad	Ocupación
Padre _____	_____	_____	_____
Madre _____	_____	_____	_____

- 6. Personas con las que vive el niño. (anotar el número)
 Padre () Madre () Hermanos () Abuelos () Tíos ()
 Primos () Otros () Total: _____ Lugar que ocupa entre los Hermanos ()

7. Ingreso económico Mensual (Familiar): _____

CARACTERÍSTICAS DE LA VIVIENDA Y LA COMUNIDAD: (marque con una X)

- 8. Casa sola () Duplex () Departamento () Cuarto ()
- 9. No. de cuartos _____ Tipo de construcción: _____
- 10. Propio () Rentado () Otro ()
- 11. Servicios con que cuenta la vivienda:
 Agua () Drenaje () Electricidad () Teléfono () Gas ()
- 12. Servicios de la comunidad:
 Alumbrado público () Calles pavimentadas () Alcantarillado ()
 Teléfono público () Transporte público () Servicios Médicos ()
 Centros Deportivos () Centros Recreativos ()

Observaciones: _____

ANTECEDENTES MENSTRUALES Y POSNATALES: (marque con una X)

- 13. Embarazo: _____ con problemas _____ especifique _____

4.2. Parto: Normal () con problemas () especifique _____

4.3. Lactancia: pecho () ¿Cuánto tiempo? _____
mamá () ¿Cuánto tiempo? _____

V. HISTORIA DEL DESARROLLO DEL NIÑO:

5.1. Físico: Estatura _____ Peso _____

5.1.1. Presenta alguna malformación aparente? SI () NO () ¿Cuál? _____

5.1.2. Enfermedades que ha padecido: _____

5.1.3. Enfermedades y/o alergias que padece: _____

Anotar: Indicciones y/o contra-indicciones _____

5.1.4. Vacunas y refuerzos que ha recibido:

Triple (), Sarampión () Polio () Tuberculosis ()

5.1.5. Cuenta con servicio médico? SI () NO () ¿Cuál? _____

5.1.6. Edad del control de esfínteres:

Diurno _____ Nocturno: _____

5.1.7. ¿Cuántas horas duerme el niño? _____

Tipo de sueño: Tranquilo _____ Intranquilo _____

Duerme en: Cama independiente () Cama compartida () ¿Con quién? _____

Cuarto independiente () Cuarto compartido () ¿Con quién? _____

5.1.8. ¿Qué tipo de alimentos consume el niño?:

Desayuno: _____

Comida: _____

Cena: _____

5.2. Desarrollo motor y de lenguaje:

¿Gateó? ¿A qué edad? _____ ¿A qué edad caminó? _____

¿A qué edad habló? _____

5.2.2. Lateralidad: diestro () zurdo () no define _____

5.2.3. Describa brevemente el lenguaje del niño: _____

V. CARACTERÍSTICAS DE LA CONDUCTA: (marque con una X)

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

Demoliciones () Llanto excesivo () Agresividad ()

Orinar en la cama () Morderse los uñas () Rechazo de alimentos ()

Succión del pulgar ()

VII. OBSERVACIONES GENERALES:

PROGRAMA DE ATENCION Y MEJORAMIENTO NUTRICIONAL

Hoja de Inscripción para desayunos escolares.

Esta forma nos ayuda a los docentes a reportar a los niños desnutridos, la cual se obtiene con la cinta Cimber.

Los niños que aparecieron clasificados en el color amarillo(cuidado) rojo (peligro), los anotamos para que se les den desayunos escolares, se les venden a un bajo costo un cuarto de leche y una palanqueta vitaminada, que les ayudará a recuperar su estado nutricional y se les está checando constantemente, para ver si su estado va progresando, se les recomienda a las mamá que lo esté llevando al DIF, o algun cantro de salud para que un médico lo vea y lo vaya valorando.

El personal experto lo dará de alta hasta que lo vea ya bien o que va recuperando peso y estatura adecuada para su edad.

BIBLIOGRAFÍA.

BIBLIOGRAFÍA

- DICCIONARIO Esencial Santillana, Editorial Santillana España 1991.
- DICCIONARIO Pequeño Larouse, Ed. Vitra México 1992.
- DR. Moisés Béhar. Dra. Susana J, Icaza. Libro de Nutrición. Nueva Editorial Interamericana. 1972.
- GADEA de Nicolás, Luis. Escuela para padres y maestros. Iced, México 1992.
- GRAN Diccionario Enciclopedia Visual. Colombia 1995.
- NUEVA Editorial Interamericana, 1972.
- SEP/ Educación para la Salud. México 1993.
- SEP/ Manual de Salud Comunitaria. CONAFE, México. 1992.
- SEP/ Para la vida, Junio 1992, México.
- SEP/ Programa de Educación Preescolar, México 1992.
- TORROELLA, Juan Manuel, Pediatría. Ed. Editor. Méndez Oteo, México 1973.
- UPN/ Desarrollo del Niño y Aprendizaje Escolar, Antología, México 1988.
- UPN/ Problemas de Educación y Sociedad en México, Antología, México 1988.
- UPN/ Técnicas y Recursos de Investigación V, Antología, SEP. México 1988.
- WERNER David, Donde no hay Doctor, Ed. Pax, México 1973.