

GOBIERNO DEL ESTADO DE NUEVO LEON
UNIDAD DE INTEGRACION EDUCATIVA
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD 19B GUADALUPE, N.L.

HACIA LA PROMOCION DE LA SALUD INFANTIL

PRESENTAN:

ROSA LILIA ADAME FABELA
CARMEN JULIA BRIONES HERNANDEZ

TESIS PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA

10043

PRIMAVERA DEL '93

GOBIERNO DEL ESTADO DE NUEVO LEON
UNIDAD DE INTEGRACION EDUCATIVA
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD 19B GUADALUPE, N.L.

HACIA LA PROMOCION DE LA SALUD INFANTIL



PRESENTAN:

ROSA LILIA ADAME FABELA
CARMEN JULIA BRIONES HERNANDEZ

TESIS PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA

PRIMAVERA DEL '93

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Guadalupe , N.L. , 29 de Mayo de 1993

C. PROFR. (A) ROSA LILIA ADAME FABELA.
P R E S E N T E :

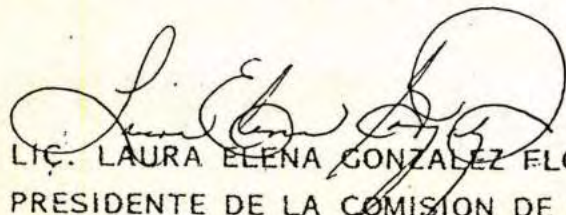
En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad --
y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado:

"HACIA LA PROMOCION DE LA SALUD INFANTIL"

a propuesta de los asesores C. Profr. (a) Martha B. González Estrada, opción TESIS
(Asesor de Contenido) y C. Profr. (a) Martha B. González Estrada.
(Asesor Metodológico), manifestamos a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se la autoriza a --
presentar su Examen Profesional.

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


LIC. LAURA ELENA GONZALEZ FLORES.
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION.
UNIDAD 19B.

GOBIERNO DEL ESTADO



UNIDAD DE INTEGRACION
EDUCATIVA DE NUEVO LEON
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA
NACIONAL
UNIDAD 19 B
CD. GUADALUPE

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Guadalupe , N.L. , 29 de Mayo de 19 93 .

C. PROFR. (A) CARMEN JULIA BRIONES HERNANDEZ
P R E S E N T E :

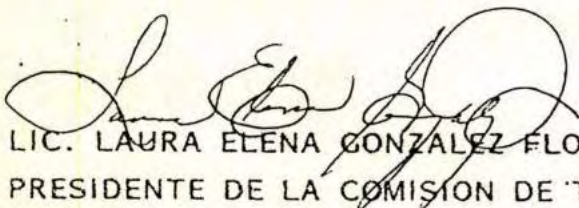
En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad --
y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado:

"HACIA LA PROMOCION DE LA SALUD INFANTIL"

a propuesta de los asesores C. Profr. (a) Martha B. González Estrada,
(Asesor de Contenido) y C. Profr. (a) Martha B. González Estrada,
(Asesor Metodológico), manifestamos a usted que reúne los requisitos acadé-
micos establecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se la autoriza a --
presentar su Examen Profesional.

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


LIC. LAURA ELENA GONZALEZ FLORES.
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION
UNIDAD 19B.

GOBIERNO DEL ESTADO



UNIDAD DE INTEGRACION
EDUCATIVA DE NUEVO LEON
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA
NACIONAL
UNIDAD 19 B
GUADALUPE

I N D I C E

Página

INTRODUCCION

CAPITULOS

I.	CARACTERIZACION DEL PROBLEMA.	1
1.1.	Antecedentes.	1
1.2.	Definición.	4
1.3.	Justificación.	4
1.4.	Objetivos.	6
II.	REFERENCIAS TEORICAS.	
2.1.	LA EDUCACION PARA LA SALUD EN EL PROGRAMA DE EDUCACION PRIMARIA.	7
2.1.1.	Objetivos.	7
2.1.2.	Metodología.	15
2.1.3.	Contenidos Básicos.	19
2.2.	LA EDUCACION PARA LA SALUD.	24
2.2.1.	Conceptualización.	24
2.2.2.	Mente sana en cuerpo sano.	31
2.2.3.	La promoción de la salud infantil.	47
2.2.4.	La salud en el niño de 6 a 12 - - años.	56

2.3.	LA EDUCACION INFORMAL: CONSIDERACIONES.	66
2.3.1.	La participación de la familia en la salud infantil.	66
2.3.2.	Los medios masivos de comunicación.	69
III.	RESULTADOS.	76
	CONCLUSIONES.	79
	BIBLIOGRAFIA.	
	ANEXO.	

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

Nuestro país experimenta cifras alarmantes en torno a la mortalidad infantil; aspecto promovido no sólo por la incapacidad socioeconómica de sus pobladores sino también por la ignorancia de que son portadores la inmensa mayoría de los mexicanos.

Creemos que hace falta una cultura de la salud que haga énfasis en su promoción, lo cual vendría a sanear un terreno por demás enfermo; en esa tarea los educadores somos uno de los protagonistas centrales.

La situación tan favorable de poder captar durante un -- largo tiempo al individuo, en sus años de formación, nos permite llevar a efecto una serie de estrategias que redituen en el propio bienestar personal.

Visualizar a nuestro usuario, por llamarle de alguna forma, como un sujeto integral que debe ser conservado en óptimas - condiciones, nos permite ejercer nuestra profesión en forma comprometida y con expectativas de transformación social.

Sabemos que actitudes de apatía por parte de muchos do-- centes y de la sociedad en general, provoca el descuido de aspectos medulares para nuestra sociedad, como lo es la salud.

En los anteriores planteamientos preliminares nos circunscribimos y teniéndolos como indicadores centrales, ponemos en sus manos este documento, el cual se compone de tres elementos esenciales; en el primero de ellos al que hemos denominado: Caracterización del Problema, manifestamos la experiencia concreta de la práctica docente, con la finalidad de contextualizar el universo a tratar; en el segundo conceptualizado como: Referencias Teóricas, presentamos el capital cultural que nos permite dar cientificidad a la tarea emprendida; ambos elementos nos posibilitan el presentar los resultados el cual se deduce de los dos momentos que le precedieron. Este último documento no se presenta con una gran rigurosidad conceptual, sino que mas bien constituye el punto de vista del colectivo actor de esta investigación.

I. CARACTERIZACION DEL PROBLEMA

1.1. Antecedentes

En el ejercicio de la docencia entramos en una constante búsqueda de soluciones a los múltiples obstáculos que impiden -- que el proceso enseñanza-aprendizaje resulte de óptima calidad - y se logre un desarrollo integral en el alumno. Como docentes - llegamos tanto a involucrarnos en la actividad educativa que - - nuestra labor traspasa la barrera de tomarlo como una actividad - lucrativa y resulta ser una constante y tenaz lucha por superar - nos y superar cualquier problemática que se nos presente; pero - al llegar a este punto, la tarea no resulta fácil ya que el que - hacer educativo es un complicado engrane en el que no somos el - único elemento participante.

Para que este mecanismo funcione y logre su objetivo final, que es formar un ser autónomo, reflexivo y activo, es decir pensante, es necesario que los siguientes factores interactúen:

- el sistema
- la comunidad
- el docente
- la institución
- los padres de familia
- el alumno.

Cuando la interacción de estos factores es deficiente --
afrontamos algunas problemáticas.

Al trabajar con material humano, es de radical importancia tomar en cuenta la opinión y disposición del alumno, pues éste está ávido de conocimiento, y le gusta ser tomado en cuenta -- en el logro de los objetivos propuestos. Los niños son seres -- sensibles, creativos e inteligentes y debemos explotar sus calidades de una manera que les permita mejorarlas y encauzarlas positivamente; nosotros como maestros tenemos esta labor.

Enfocando esto al área de las ciencias sabemos que lo -- ideal es que el alumno aplique el método científico en la adquisición de conocimientos, sin embargo por ahorrar tiempo se efectúan solo algunos de sus pasos.

En las materias como el medio ambiente y la salud no solo no se lleva a cabo este método, sino que aún no se han elaborado materiales de apoyo o libros de texto bien diseñados y con la información completa, por lo que hasta ahora se han visto estos temas superficialmente. Actualmente se nos están proporcionando guías para el maestro, las cuales constituyen un aporte metodológico para profundizar más en esta problemática.

En nuestras aulas hemos observado que nuestros alumnos -- no están recibiendo una verdadera Educación para la Salud y no -- se están considerando todos los aspectos que en ella se encie-

rran y las consecuencias tan importantes de ésta.

En el Programa que habíamos llevado y en los libros de texto existen contenidos relativos a la salud pero son tratados superficialmente sin darles una relación real con el desarrollo físico y emocional del niño y su ámbito social; creemos que es preciso profundizar en ellos para que el niño llegue a una mayor comprensión en forma gradual y sobre todo permanente.

Es necesario el reforzamiento sistemático de los hábitos de orden y limpieza y la promoción de actividades que favorezcan la salud física y mental tanto en el ámbito personal como en el social.

En resumen el enfoque del área de salud no conduce a los propósitos de fortalecer en el niño una cultura de la salud para que puedan tomar decisiones acertadas sobre el cuidado de la misma.

Es importante que reconozca la salud como una situación de bienestar general en la cual intervienen los miembros de los grupos a los que pertenece.

La Educación para la Salud debe estar enfocada al desarrollo de una cultura de la salud ya que ésta permitirá a los niños cuidarse a sí mismos, hacerse responsables de su persona y convertirse en promotores de la misma en su medio.

1.2. Definición

¿De qué manera se puede promover una Educación para la salud, redefiniendo una metodología de enseñanza-aprendizaje, en los alumnos de nivel primaria?

1.3. Justificación

El motivo por el cual abordamos esta problemática y pretendemos darle algunas soluciones, es el hecho de que indiscutiblemente la Salud es una condición fundamental para que el niño logre un desempeño satisfactorio en la escuela primaria y desarrolle la totalidad de sus potencialidades.

De acuerdo a lo observado en nuestra práctica docente -- nos hemos podido dar cuenta de que los temas abordados en la materia de la salud despiertan inquietudes en la comunidad en general; por ejemplo, los padres de familia se escandalizan al no estar preparados para dar respuestas a las preguntas de sus hijos, algunos de ellos se muestran renuentes a aceptar que les demos información a los alumnos, otros por el contrario participan en estas actividades.

En encuestas realizadas con los padres de familia y compañeros maestros, encontramos que algunos de los temas que no --

son aceptados para ser abordados en la escuela, son los referentes al desarrollo, la reproducción y los vicios que atentan contra la salud como alcoholismo, y tabaquismo entre otros.

En conversaciones con nuestros compañeros docentes ellos señalan que no se aborda el tema de la salud adecuadamente porque algunos carecen de los conocimientos básicos y no cuentan con un apoyo ya sea visual o escrito para desarrollar estos temas; opinan que sería muy adecuado que se elaborara un libro de texto para el maestro y otro para los alumnos con información completa; otros definitivamente no tienen interés por impartir de una mejor manera cada tema incluido en la materia y se limitan a lo que consideran que viene en los exámenes, dándolo a los niños en forma resumida o en cuestionarios, esto hace que las clases sean monótonas y aburridas para estos últimos.

En cuanto a los alumnos, nos hemos dado cuenta de que tienen franco interés en conocer más acerca de su salud y lo manifiestan con constantes preguntas: ¿Qué es la salud?, ¿Qué son las vacunas?, ¿Para qué sirven?, ¿Cómo nacen los hijos?, etc.

1.4. Objetivos

- Concientizar a los docentes para abordar la Salud como una -- Ciencia y de este modo aplicar el método científico para su - enseñanza.

- Desarrollar en los educandos una verdadera cultura de la Sa-- lud a través del conocimiento del cuerpo humano y de su inte- racción con el medio que le rodea; que le permita participar- activa y responsablemente en el cuidado y mejoramiento de la- Salud individual y de la comunidad a la que pertenece.

- Despertar el interés de maestros y alumnos para convertirse - en promotores de la Salud.

- Motivar a la comunidad para que se involucren en las actividades relativas a la Salud.

II. REFERENCIAS TEORICAS

2.1. LA EDUCACION PARA LA SALUD EN EL PROGRAMA DE EDUCACION PRIMARIA

2.1.1. Objetivos

En el Programa de Educación Primaria vigente y en los libros de texto de Ciencias Naturales se incluyen contenidos relacionados con la Salud. Estos contenidos básicos se han seleccionado para el Programa Emergente de 1992-1993. Su propósito es -- vincular el conocimiento con la formación de hábitos y actitudes preventivas en beneficio de los niños, sus familias y las comunidades donde habitan. Se espera promover una mayor valoración del bienestar físico y mental y desarrollar una verdadera cultura de la Salud.

La educación tiene como propósito el desarrollo de las potencialidades del ser humano; la Salud, de su lado, contribuye -- a lograr el bienestar físico, mental y social. Para que estos propósitos se logren se necesitan acciones coordinadas en estas dos esferas del desarrollo: Educación y Salud.

La Educación es un medio privilegiado para mejorar la salud, ya que coadyuva a generar individuos informados, conscientes, responsables y participativos en el cuidado y mejoramiento de la

existencia y de la Salud como una condición fundamental.

La Salud es una condición necesaria para el desempeño - satisfactorio del niño en la escuela, por ello ha sido siempre motivo de interés del magisterio mexicano. Este interés se ha traducido en acciones concretas de dos tipos: como cuidado y - fomento de la salud del escolar y como materia de enseñanza en la educación básica.

La Educación para la Salud es un proceso permanente, di námico e intencional que lleva al desarrollo de habilidades, ac titudes y capacidades que puedan favorecer la Salud individual, familiar y comunitaria. Y todo esto se relaciona con el cuida- do del medio ambiente. Este proceso empieza en la familia y se refuerza en la escuela. A él se incorporan los conocimientos - que permiten al niño comprender los mecanismos y medios que pue den afectar su salud, física, mental y social.

* Objetivos en Primer Grado

Se pretende que el educando parta del reconocimiento -- y aprecio de su propia individualidad, identificando partes del cuerpo, efectuando comparaciones, confirmando la imagen de sí - mismo y estableciendo relaciones con otros seres para facilitar el camino hacia la adquisición de hábitos y disposiciones que - contribuyan a su seguridad, tanto física como emocional.

Otro objetivo es afirmar los procesos de identidad personal, expresión y comunicación que vienen estimulándose desde la casa y la educación preescolar, desde el punto de vista del organismo, la higiene y la alimentación.

Al término de este grado escolar, el alumno será capaz de:

- Comprender la influencia de los factores sociales y de los económicos, tanto en la Salud individual como en la colectiva.
Proponemos que a través del programa el niño vaya comprendiendo que los problemas de salud, si bien pueden tener expresión individual y biológica, -- constituyen problemas colectivos y sociales. Se pretende que el alumno entienda la diferencia entre los problemas de salud que depende de sus condiciones y posibilidades personales, y los que se desprenden de la organización social.
- Entender la influencia de los factores sanitarios y no sólo la de los aspectos asistenciales sobre la salud de los individuos.
El alumno no restringirá a lo curativo su visión de lo que es la Salud y la medicina, sino que reconocerá también la importancia de las medidas de saneamiento e higiene para la salud.
- Conocer las características de su cuerpo y del funcionamiento del mismo, a partir de la observación de los fenómenos que le ocurren, como son su crecimiento y desarrollo constante de sus capacidades físicas y afectivas.
Aprenderá a identificar los cambios físicos y de comportamiento que le ocurren a él y a los niños que le rodean.
- Asumir una actitud responsable y actual individual y colectivamente frente a los problemas de Salud y enfermedad.
Frente al proceso salud-enfermedad se responsabilizará, es decir, estará consciente de que por sí sólo, o bien como parte de un conjunto social, -- puede intervenir para evitar la enfermedad y cuidar la salud.
- Adquirir hábitos de higiene individual y colectiva en beneficio de la salud.
El alumno incorporará conscientemente estos hábi-

tos como conductas permanentes, tratando de que correspondan a las posibilidades concretas que exis-ten en los diversos medios sociales y regionales - que componen nuestra realidad.

- Desarrollar una actitud transformadora frente a -- las condiciones que influyen en la salud. El alumno será capaz de detectar, prevenir y solu-cionar algunos de los problemas que lo afectan con mayor frecuencia, contribuyendo así a mejorar y -- conservar su salud y la de su comunidad. (1)

* Objetivos en Segundo Grado

En este grado se profundiza en el conocimiento del cuerpo humano, poniendo al niño en contacto con experiencias que lo hagan percatarse de las funciones más evidentes de su organismo e identificar elementos finos como los músculos, la piel y los huesos para que aprenda a dedicar cuidados elementales a su persona.

Aprenderá reglas de prevención de accidentes en los ám-bitos escolar y comunitario, incluyendo informaciones sobre servicios de Salud que pueden ser identificados en la comunidad.

Adquirirá hábitos y prácticas de higiene en especial -- respecto a la dentición.

Reconocerá la necesidad de cuidar el medio ambiente.

(1) SEP. Libro del maestro. Primer Grado. pp. 38 y 39

* Objetivos en Tercer Grado

Mejorar la comprensión del organismo humano y sus funciones, con base en nociones relativas a los aparatos digestivo, -- respiratorio y circulatorio.

De igual importancia resulta la promoción de la higiene personal y comunitaria, en particular mediante el adecuado uso del agua y el manejo de los alimentos, que el alumno de esta -- edad está en condiciones de valorar y difundir en su hogar, el -- grupo de compañeros y de la comunidad.

También se pretende profundizar las interrelaciones entre individuos, higiene, seguridad y servicios de Salud, tratando de concentrarse en la educación de acciones personales y sociales, si bien incipientes, de promoción de la Salud.

Los alumnos deben valorar el valor nutritivo de los grupos de alimentos y adquirir hábitos alimenticios.

En cuanto a la promoción de la Salud debe reconocer los agentes contaminantes del ambiente, sus efectos en la Salud y -- prevención de enfermedades, así como los cuidados del ambiente.

- Comprender que la alimentación y la higiene favorecen el crecimiento y desarrollo del ser humano.
- Reconocer algunos problemas de Salud que son provocados por la contaminación y los accidentes.
- Llevar a cabo medidas tendientes a mejorar la -- Salud individual y colectiva.

- Comprender la importancia que tienen los servicios de atención a la Salud de su localidad.
- Comprender la importancia del afecto en las relaciones interpersonales. (2)

* Objetivos en Cuarto Grado

En el cuarto grado de primaria el estudiante posee conocimientos y capacidades que le permiten una visión de conjunto de salud personal y de la salud como fenómeno comunitario resultante de la conducta propia y las de los demás.

El alumno en este grado ampliará sus conocimientos en el estudio del cuerpo humano, viendo con mayor profundidad en lo to cante a los aparatos digestivo, respiratorio, circulatorio, urinario y excretor, facilitando así una interpretación más exacta del funcionamiento del organismo, así como sobre las consecuencias y prevenciones del bienestar físico, mental y social.

- Proponer medidas preventivas para evitar la incidencia de enfermedades y accidentes que afectan la Salud.
- Reconocer cambios característicos de esta edad - producidos por el crecimiento y algunos factores que lo afectan.
- Proponer medidas preventivas para combatir la -- contaminación ambiental.
- Reconocer posibilidades de participar individual y colectivamente para mejorar la Salud.
- Reconocer la importancia del afecto y del respeto en las relaciones interpersonales.

- Comprender que una alimentación adecuada depende en gran medida del proceso de producción de los alimentos, así como del consumo de una dieta balanceada. (3)

* Objetivos en Quinto Grado

El alumno se iniciará en la sistematización de informaciones, la formulación de hipótesis, la emisión de juicios de valor y la aplicación de los conocimientos adquiridos durante el curso para afirmar actitudes y procedimientos hacia la Salud.

Se adentrará en el conocimiento y comprensión de su propio crecimiento y desarrollo, previniendo los cambios de la pubertad y la adolescencia, y asumirá un papel activo e independiente en lo relativo a los hábitos alimenticios, la gestión de los servicios de Salud, la vigilancia de ésta y el control de enfermedades.

Al término de este grado escolar, el alumno será capaz de:

- Llevar a cabo medidas preventivas para evitar algunas enfermedades y accidentes.
- Reconocer cambios característicos de la pubertad y algunos factores que afectan estos cambios.
- Promover la participación individual y colectiva para mejorar las condiciones de su localidad.

- Reconocer factores sociales que determinan las posibilidades de obtener una alimentación adecuada.
- Comprender que el afecto y la información influyen en la aceptación de cambios en diferentes etapas de la vida. (4)

* Objetivos en Sexto Grado

El alumno debe lograr un conocimiento específico sobre las partes y funcionamiento del organismo humano e interdependencia del medio natural y social, y una capacidad que le permita el análisis, la comprensión, la evaluación y las decisiones fundamentales en este orden.

Al término de este grado escolar el alumno será capaz de:

- Reconocer que las transformaciones físicas y emocionales que surgen en la pubertad y la adolescencia amplían sus posibilidades de acción social.
- Ejercer medidas individuales y colectivas tendientes a prevenir problemas de Salud.
- Comprender la influencia de factores sociales, económicos y culturales en la alimentación y nutrición.
- Reconocer que las condiciones de vida determinan la salud individual y colectiva. (5)

(4) SEP. Libro del Maestro. Quinto Grado. p.34.

(5) SEP. Libro del Maestro. Sexto Grado. p. 29.

2.1.2. Metodología

Lineamientos metodológicos

En el momento de ingreso a la escuela primaria, el proceso de acercamiento del niño a la realidad aún es de carácter intuitivo; sus explicaciones se derivan de sus propias experiencias o de afirmaciones que le ofrece el medio social. Comúnmente estas explicaciones no tienen carácter científico formal, -- sin embargo, es recomendable recuperar las experiencias de los niños, se permita que expresen sus ideas o puntos de vista. Las respuestas que los niños vayan dando de manera oral o escrita, permitirá introducirlos al tema e iniciarlos en el planteamiento de problemas.

En el proceso de conocimiento de la realidad, el niño comenta sus explicaciones, observa y pregunta.

El mundo extraescolar de los niños tiene una gran cantidad de experiencias; en este contorno comparan opiniones propias con las ajenas y son capaces de crear y fundamentar sus razonamientos, para así formarse una actitud científica.

Observar, experimentar, comparar y expresar sus ideas y las de otros no son para los niños actividades nuevas, ni tampoco temas para ser impartidos por nosotros los docentes y -- aprendidos por los alumnos en la escuela. En realidad han sido

parte del proceso de construcción del conocimiento, practicado espontáneamente por los niños.

Por todo esto, la función de la escuela deberá estar en caminata a encauzar el proceso natural de construcción para llegar a traducir las explicaciones intuitivas de los niños en nociones, conceptos y principios de carácter científico.

El conjunto de contenidos y actividades de aprendizaje seleccionados en relación con este proceso, favorecerá en el niño una actitud de búsqueda propositiva hacia las explicaciones científicas de la realidad.

En el proceso de enseñanza es necesario poner énfasis - intencionalmente en elementos como: observar, experimentar, -- comparar, registrar, comentar y proponer soluciones.

A través de la observación los niños podrán llegar a reconocer las características generales de los objetos, hechos y fenómenos; sus semejanzas y diferencias, así como su utilidad. En los primeros grados esta actividad debe ser dirigida hasta - que el niño sea capaz de proponer situaciones que le interesen.

La observación continua y con método debe conducir al - niño a intentar explicarse los hechos y fenómenos biológicos -- que suceden en él mismo y en su entorno. Es importante incluir actividades experimentales que permitan a los niños llegar a es

tablecer comparaciones, confrontar sus propios juicios y buscar evidencias que apoyan sus puntos de vista y los aportes de la ciencia.

Hay que destacar que pueden comparar sus juicios también con los de sus compañeros de grupo, o consultando sus libros de texto y otras lecturas seleccionadas.

La participación de los niños en la exposición de ideas y juicios lo llevará a poder establecer comparaciones. Para favorecer la comparación pueden realizar también dibujos, armar o construir modelos anatómicos sencillos y con ello poder comprender algunos contenidos que se refieren a fenómenos biológicos naturales.

Con el fin de nombrar las actividades realizadas en cada clase, es importante que los niños registren sus experiencias, observaciones y consultas a través de textos libres, dibujos, esquemas, modelos en plastilina, barro y otros materiales y elaboración de periódicos murales. El empleo de registros -- permitirá que el niño vaya ordenando sus ideas, además de ser un medio a través del cual pueda hacer descripciones.

El conocimiento que los niños logren acerca del proceso salud-enfermedad podrá tener permanencia, orden y posibilidad de aplicación si se rescata lo que aprenden a través del registro.

No bastará con que los niños lleguen a elaborar sus conclusiones o encuentran las relaciones de lo que van estudiando, también es importante que los alumnos participen en la solución de algunos problemas que se hayan ido detectando. Para ello -- pueden proponer acciones comunitarias, realizar trabajos sencillos de investigación y desarrollar la práctica diaria de hábitos de higiene, así como establecer medidas de seguridad y realizar simulacros para el desarrollo de conductas en caso de desastre.

En fecha reciente y como parte del Programa Emergente -- llegó a nuestras manos un libro que nos habla sobre el tema de la Salud, de él podemos aprovechar la información que enseguida presentamos.

Guía para el maestro

Desde el punto de vista metodológico esta guía se fundamenta en el principio de que el aprendizaje de las Ciencias debe estar encaminado al desarrollo de conocimientos, habilidades, capacidades y destrezas que permitan al niño aprender de la realidad y no sólo de los libros, es decir, aprender a observar, -- cuestionar, formular hipótesis, explicar hechos, fenómenos y -- procesos, así como establecer relaciones y buscar las causas -- que les dan origen; se orienta además a que todo lo aprendido -- pueda ser utilizado por el alumno en su beneficio, el de su familia y de su comunidad.

Enfoque.

La Educación para la Salud debe estar enfocada al desarrollo de una cultura de la salud, es decir, que el alumno la valore como algo que le puede permitir desarrollar plenamente sus potencialidades, al concebirla no sólo como la ausencia de enfermedad o inválidez sino como una situación de bienestar completo, físico, mental y social, en la cual intervienen los miembros de la comunidad.

Adquirir una cultura de la salud permitirá a los alumnos cuidarse a sí mismos, hacerse responsables de su persona para abatir riesgos y convertirse en promotores de la Salud en su medio familiar y social.

Este enfoque permite que los contenidos adquieran un carácter formativo para el alumno, quien, a través de la identificación, la reflexión, el análisis y la práctica, logra adquirir, modificar o reafirmar hábitos, conductas y actitudes favorables a la Salud individual y colectiva.

2.1.3. Contenidos Básicos

Para lograr lo anterior se han definido seis líneas que estarán presentes en los grados del nivel variando en su profundidad en relación con las características del niño y del grado-

que cursa.

Estas líneas son las siguientes:

- . El cuerpo humano y sus funciones
 - . Higiene
 - . Seguridad
 - . Alimentación
 - . Uso de los servicios de Salud
 - . Factores que intervienen en la Salud
 - . Promoción de la Salud
-
- . El cuerpo humano y sus funciones.-

El objetivo de esta línea es que el alumno conozca la estructura, organización y funciones de su cuerpo para entenderlo como una unidad funcional en la cual todos los procesos que se realizan están relacionados entre sí; esto le permitirá a la vez comprender el riesgo existente ante cualquier elemento o situación que pueda alterar su adecuado funcionamiento. Identificará los elementos que intervienen en el proceso salud-enfermedad para desarrollar conductas que le permitan abatir los riesgos para su Salud.

- . Higiene.-

A través de esta línea el alumno podrá desarrollar hábitos que le permitan proteger su salud al identificar factores -

que puedan perjudicarla. Si bien la práctica de hábitos de higiene personal es fundamental para la prevención de enfermedades, no es el único aspecto que hay que considerar, ya que la limpieza en el hogar y la comunidad, y el manejo adecuado de los alimentos y del agua, ayudan a prevenir la propagación de las mismas.

. Seguridad.-

Se pretende fomentar en el niño el desarrollo de conductas que le permitan vivir con más seguridad a partir de la identificación de lugares, sustancias, situaciones, actos y personas que puedan afectar su integridad física y mental.

. Alimentación.-

Una alimentación adecuada que permita al niño crecer y desarrollarse de la mejor manera depende de varios aspectos como el abasto, el costo, las costumbres y la distribución familiar entre otros. Pero una adecuada orientación permitirá a los alumnos desarrollar hábitos y conductas que le permitan alimentarse mejor con lo que está a su alcance.

Esta orientación incluye la selección, combinación y consumo de alimentos para que el alumno sea capaz de elegir y organizar su dieta de manera que consuma los nutrimentos que requiere para crecer, realizar sus actividades y conservar su sa-

lud.

Se debe poner énfasis en la necesidad de consumir alimentos limpios y bien preparados, así como el desarrollo de hábitos que le permitan aprovecharlos mejor.

. Uso de los servicios.-

No existen servicios de salud con infraestructura formal en todas las localidades del país, sin embargo es conveniente que el alumno conozca las que existen en localidades cercanas, que identifique los servicios que le ofrecen y desarrolle el hábito de acudir por lo menor una vez al año a consulta aunque no esté enfermo.

Se hace énfasis en que los servicios de salud no deben utilizarse sólo cuando se está enfermo, el control del niño sano es una de las funciones más importantes que realiza.

. Otros factores que intervienen en la Salud.-

La Salud se concibe como un estado de bienestar integral; el alumno debe conocer no sólo los factores que intervienen en su salud física sino también todos aquéllos que favorecen o afectan su salud mental o sus relaciones sociales.

Identificar y comprender que el ejercicio físico, el -

descanso, la recreación, el deporte, el sueño, la lectura, la música, las actividades manuales y muchas otras favorecen la salud mental, porque permiten canalizar energía y orientar inquietudes a través de actividades sanas.

También deben identificar actividades que dañan su Salud mental y propician el desarrollo de conductas agresivas, como es la adicción a sustancias tóxicas.

. Promoción de la Salud.

El desarrollo de las líneas anteriores debe encaminarse hacia el logro de convertir a los alumnos en promotores de la salud, que desarrollen actividades sistemáticas y permanentes para el fomento de la salud individual, familiar y colectiva.

2.2. LA EDUCACION PARA LA SALUD

2.2.1. Conceptualización

En julio de 1946 se fundó la Organización Mundial de la Salud (OMS), organismo de las Naciones Unidas especializado en los aspectos relacionados con la Salud. En su declaración de Principios estableció que "el goce del más alto grado de Salud que se puede lograr es uno de los derechos fundamentales de cada ser humano, sin distinción de razas, religión, credo político o constitución económica y social" (6) y que la Salud depende de la cooperación entre los individuos y las naciones.

En 1978 se llevó a cabo una reunión donde se hizo énfasis en la atención primaria, que comprende actividades preventivas y asistenciales al alcance de todos los individuos, en el mayor aprovechamiento de los recursos disponibles, en la participación de la comunidad y a un costo que ésta y el país puedan sufragar en todas y cada una de las etapas de su desarrollo con un espíritu de autorresponsabilidad y autodeterminación, por lo que si se desea lograr esta meta no sólo se debe poner en práctica el derecho, sino el deber de participar individual y colectivamente en la planificación de la Salud.

La OMS definió la Salud como el estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente como la ausencia-

(6) HIGASHIDA HIROSE, Bertha v. Ciencia de la Salud. p. 45

de enfermedad.

Algunos autores definen a "la Salud como el estado de adaptación al medio y la capacidad de funcionar en las mejores condiciones en este medio... otros la definen como un estado variable fisiológico de equilibrio y adaptación de todas las posibilidades humanas". (7)

El concepto ecológico la define como un equilibrio dinámico con el ambiente, que ofrece las mejores posibilidades para el desenvolvimiento pleno de las capacidades.

El término bienestar puede considerarse como equivalente a adaptación dinámica.

Se reconoce que la Salud no es sinónimo de ausencia de enfermedad, dado que no existe un estado de Salud absoluto, sino una interacción y lucha constante de ésta con la enfermedad. Asimismo, se admite que aún cuando la enfermedad tiene carácter biológico e individual, es un fenómeno social, y su control no puede recaer exclusivamente en el desarrollo tecnológico de la medicina.

Con esta visión, la Educación para la Salud se define como un proceso que parte del conocimiento que tiene el escolar

(7) Idem.

sobre sus condiciones de vida y sobre los fenómenos que ocurren en su cuerpo. Busca dar al niño los elementos que le permitan analizar sus características corporales y fisiológicas, especialmente las de su crecimiento y desarrollo, así como las posibilidades que de acuerdo con ellas vaya adquiriendo para desenvolverse física y socialmente. Pretende que el niño tenga una visión de conjunto que lo ayude a mejorar paulatinamente ciertas condiciones de salud en la casa, en la escuela y en la comunidad y, al mismo tiempo, que desarrolle habilidades que le permitan influir en la solución de algunos problemas de Salud originados por su situación social, como pueden ser, los de nutrición, saneamiento ambiental, enfermedades infectocontagiosas.

Si partimos del fenómeno salud-enfermedad, ésta se puede estudiar en el marco de la historia natural de la enfermedad o de la génesis y evolución de la enfermedad. Alrededor de la génesis y evolución se encuentra la medicina con su tecnología.

El siguiente marco es el de la higiene que puede ser -- aplicada por todos los individuos puesto que los conocimientos y técnicas que se aplican son durante el período en que el individuo está sano.

Después se encuentra el campo de la medicina preventiva que tiene un enorme componente de la higiene.

El siguiente campo es el de la Salud Pública, que abar-

ca a todos los anteriores, y en el que participa la comunidad.

Alrededor de la Salud Pública hay otro campo que es el de la Seguridad Social, la Previsión Social y la Asistencia Social. La Seguridad Social satisface a una serie de necesidades y se basa en la solidaridad; la previsión Social ayuda a evitar problemas económicos como la falta de trabajo y, la Asistencia Social se basa en la aportación de la colectividad sin obligar a los beneficiarios a dar colaboración o aportación, por ejemplo la Secretaría de Salubridad y Asistencia.

El siguiente campo es el de la Medicina Social que estudia la interrelación entre la Salud y la Sociedad, así como las respuestas que tiene la sociedad para la atención de la Salud.

Por último se encuentran las disciplinas auxiliares tales como la Anatomía, la Fisiología, la Bioquímica, la Cirugía, etc. La higiene se enriquece además de las anteriores con el aporte de la Psicología Social y Antropología Social. La medicina preventiva cuenta con el auxilio de la Estadística y la -- Educación para la Salud, y la Seguridad Social, la Previsión Social y la Asistencia Social se sirven de la Estadística, la Epidemiología, las Ciencias Sociales, la Administración, el Saneamiento del medio ambiente y la Educación para la Salud.

Al hablar de la Salud, debe estudiarse al hombre desde dos puntos de vista:

- a) De las Ciencias Naturales "para conocer la estructura y las funciones del cuerpo humano, tanto en salud como enfermedad, aplicando la metodología científica; es decir, observando, formulando hipótesis y verificándolas". (8)
- b) De las Ciencias Sociales, que reciben también el nombre de Ciencias de las Relaciones Humanas o del Comportamiento porque tienen como objeto el estudio de las sociedades y culturas, y proporcionan la metodología para comprender los fenómenos sociales que intervienen en los problemas relativos a la Salud. Cuando se aplican a la Salud estudian la Salud del hombre en su contexto social y la forma en que ayudan a la prevención, diagnóstico y solución de los problemas relativos a la Salud.

Es conveniente que los alumnos consideren si existen derechos y obligaciones que le conciernan directamente, no sólo por su condición de personas, sino por su calidad de personas jóvenes, de niños.

* Los derechos del niño.

La Declaración de los derechos del Niño (1959) (Naciones Unidas) define algunas normas básicas.

(8) HIGASHIDA HIROSE, Bertha Y. Ciencias de la Salud. México. p. 52.

A continuación presentamos en forma resumida en un lenguaje sencillo algunos de ellos.

Como primer principio se menciona que todos los niños tienen los derechos que se indican a continuación, independientemente de su raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de otra índole, o del lugar que hayan nacido, o de -- quienes sean sus padres.

Como niño tienes el derecho especial de crecer y desarrollarte física y espiritualmente en forma sana y normal, libre y con dignidad.

Tienes el derecho de que te designen un nombre y a pertenecer al país en el que has nacido.

También tienes derecho, de ser cuidado y protegido y de crecer y desarrollarte con buena salud, debes recibir una buena alimentación, vivienda y atención médica.

Dentro de tus derechos está el de recibir una atención especial si estás incapacitado en cualquier forma.

Tienes derecho al amor y la comprensión, de preferencia de tus padres y de tu familia, o del gobierno si éstos no pueden hacerse cargo de ti.

Tienes derecho a asistir gratuitamente a la escuela, -- a jugar y gozar de igual oportunidad para desarrollarte y para aprender a ser responsable y útil.

Tus padres son especialmente responsables de tu educación y orientación.

Tienes el derecho a estar siempre entre los primeros en recibir ayuda.

Debes ser protegido contra la crueldad o la explotación; por ejemplo, no se te obligará a realizar trabajos que perjudiquen tanto tu desarrollo físico como el mental;

No debes trabajar antes de una edad mínima y nunca cuando ello pueda perjudicar tu salud o impedir tu desarrollo moral o físico.

Debes ser educado para la paz, la comprensión, la tolerancia y la fraternidad entre los pueblos. (9)

(9) cfr. SEP. El ABC de los Derechos Humanos. pp. 25 a 35.

2.2.2. Mente sana en cuerpo sano

Un alto porcentaje de las enfermedades físicas tiene como raíz causas de orden afectivo y emocional. Esas dolencias, - que afectan los diversos sistemas y aparatos del cuerpo, y que se manifiestan en una multitud de síntomas de orden físico perfectamente reales, no reconocen como factor causante ninguna lesión orgánica definida.

La Salud se concibe como un estado de bienestar integral; el alumno debe conocer no sólo los factores que intervienen en su salud física sino también todos aquéllos que favorezcan o - - afectan su salud mental y sus relaciones sociales.

Dentro de los aspectos que favorecen la salud mental deben de considerarse de importancia el ejercicio físico, el descanso, la recreación, el deporte, el sueño, la lectura, la música, actividades manuales y muchas otras porque permiten canalizar energía y orientar inquietudes a través de actividades sanas.

En la salud mental intervienen factores como la disciplina, el respeto, la aceptación del éxito y del fracaso, el estudio, la educación y la comunicación afectiva y respetuosa entre los seres humanos.

También deben identificarse actividades que dañan su salud mental y propician el desarrollo de conductas agresivas, co-

mo es la adicción a sustancias tóxicas.

De entre todos los campos de estudio abierto a la investigación, ninguno hay más apasionante ni más útil que el que se refiere a la propia salud del hombre. En primer lugar, por que el organismo humano es el más complejo y el más extraordinario. En segundo lugar porque al estudiarnos a nosotros mismos, aprendemos a conocer las maravillosas funciones biológicas y el magnífico funcionamiento de nuestro cuerpo, tanto en la parte somática o física como en la parte mental o psíquica. Y una tercera razón, nuestro organismo es el asiento de nuestro carácter y de nuestra personalidad, y nunca resulta impune la violación de las leyes que rigen su normal funcionamiento, aún cuando lo comentamos por ignorancia.

Las grandes realizaciones y el trabajo útil, así como la eficiencia y capacidad para hacer frente a los problemas que se presentan en la vida, requieren en primer término y fundamentalmente una salud vigorosa. Para lograr una buena salud es necesario obtener una serie de conocimientos de leyes biológicas, normas higiénicas y alimenticias, sobre crecimiento y desarrollo, - así como prevención de accidentes y enfermedades de la infancia.

Las condiciones de Salud de la población de nuestro país aún están lejos de ser las adecuadas. El alto índice de enfermedades infectocontagiosas, los numerosos casos de desnutrición, - la frecuencia de accidentes y las elevadas cifras de población -

sin atención médica y recursos sanitarios así lo demuestran.

La realidad ha demostrado que como estado perfecto e inmutable la Salud no existe, y que, junto con la enfermedad, constituye un proceso en el cual ambos estados se interrelacionan -- y se mantiene en lucha.

* ¿Cómo influye el cuerpo sobre la mente?

Así como la mente influye sobre el cuerpo, éste influye sobre la mente. Se han observado casos en los cuales una afección del cuerpo actúa sobre la mente. El mal humor y el pesimismo pueden ser causados por la mala digestión crónica.

Los médicos nos han mencionado que casi siempre el sentirnos enfermos repercute sobre nuestro espíritu. Afortunadamente la mayor parte de las personas hacen frente con serenidad a sus enfermedades, pero en algunos repercute desmesuradamente, lo cual agrava la enfermedad o hace aparecer nuevos síntomas en otros órganos.

Por ejemplo, pueden verse personas que al descubrir que su tensión arterial es elevada, se preocupan indebidamente por ello, lo que a su vez aumentará más la presión. Se observa también casos en los cuales después de un accidente, curado ya el cuerpo, persisten los síntomas que provocó el traumatismo sobre la mente del enfermo, impidiéndole el uso normal de la parte ya-

curada.

Precisamente porque el cuerpo influye sobre la mente -- y ésta a su vez sobre el cuerpo el organismo debemos considerar lo como un todo formado por cuerpo y mente.

* ¿Cuánto influyen las emociones sobre el cuerpo humano?

Un ejemplo para todos evidente de la influencia de la mente sobre el cuerpo, son los cambios que producen en el organismo las emociones. Por ejemplo hay personas que cuando ven algo muy repugnante experimentan náuseas y vómito. Más frecuente aún es observar los cambios que producen en el organismo la alergia, la vergüenza, el enojo, el temor y otras emociones semejantes.

Cuando sobreviene temor o ira, se excita el simpático*, preparando al organismo para la lucha o la huida. Una serie de cambios físicos se observan, como la respiración más profunda, el corazón late rápidamente, etc. Todos esos cambios preparan al organismo a la acción.

Algunas enfermedades pueden ser producidas o agravadas por las emociones, las circunstancias de la vida o los complejos.

* Parte del Sistema Nervioso.

En el aparato digestivo puede mencionarse la inapetencia nerviosa, los espasmos del esófago, ciertos casos de vómitos, las úlceras del estómago, la diarrea, la constipación, las colitis de distintas clases, etc.

En el aparato circulatorio podemos mencionar las palpitations, el pulso rápido, la opresión o dolor a nivel del corazón, el aumento o disminución de la tensión arterial.

En el aparato respiratorio: Sensaciones de dificultad para respirar, asma.

En el aparato genitourinario: Aumento excesivo en la orina, trastornos menstruales.

Cabe mencionar ciertos dolores de cabeza, urticaria, --obesidad, así como ciertas enfermedades de la piel.

* Aspectos fundamentales para la Salud integral.

En las siguientes páginas estamos describiendo en forma breve y general cada uno de los aspectos contenidos en la Salud.

- Higiene

Podemos decir que la higiene es un conjunto de acciones sencillas, como el aseo personal, limpieza de la casa, cuidados del agua y de los alimentos, manejo y eliminación adecuada de -

los desechos. Todo esto va lográndose con la práctica continua y sistemática hasta convertirla en hábitos y comprendiendo su importancia.

Dentro de la higiene personal es muy importante lavarse las manos ya que éstas llevan constantemente microbios que pueden provocar enfermedades o infecciones. Los niños requieren lavarse las manos con mayor frecuencia porque se las llevan a menudo a la boca. Es recomendable lavarselas después de ir al baño, antes de comer, después de jugar, tocar dinero o usar transporte público.

El cepillado dental tres veces al día previene la caries, con esto se evita que los microbios que se producen en ella piquen los dientes.

El aseo del cuerpo y del cabello elimina microbios, polvo y grasa que se acumulan y favorecen infecciones de la piel, así como la presencia de parásitos como piojos. Es importante el baño diario. También debe usarse frecuentemente el pañuelo para mantener limpias las vías respiratorias y evitar contagios en caso de enfermedad.

En cuanto al agua, para estar seguros de que al beberla no tiene microbios es necesario hervirla.

Los alimentos deben comerse bien cocidos o fritos, tam-

bién es conveniente consumirlos inmediatamente después de cocinados para evitar que se contaminen, las frutas debemos lavarlas y desinfectarlas. Debemos depositar la basura en botas con tapas, evitar tirar basura en la calle, en la carretera, en lotes baldíos, para que no se conviertan en basureros o criaderos de animales y microbios.

- Crecimiento y desarrollo

El crecimiento y desarrollo es un proceso que se presenta en el individuo, desde que es concebido hasta la maduración. Es fundamental que reconozca el escolar que éste es un proceso, resultado de la interacción de factores biológicos, económicos y sociales tales como la alimentación, la herencia y las condiciones sanitarias, entre otros. Detectar desde la escuela todos estos factores e influir a través de la educación para mejorar las condiciones, significa asumir una responsabilidad en la calidad del crecimiento y desarrollo de los niños.

Por crecimiento del niño se entiende el aumento en dimensión (peso, estatura y diámetro). En cambio, por desarrollo se significa la aparición de nuevas funciones o el aumento de complejidad de las mismas.

Es fundamental que el niño conozca de la erupción dentaria, para que la escuela juegue un papel activo en el control odontológico periódico, fomentando la higiene dental y la dismi

nución del consumo de alimentos cariogénicos.

- Nutrición e Higiene de los alimentos

La alimentación es un factor indispensable para la vida, el cuerpo necesita aire, agua y alimentos para crecer, reponer el desgaste, tener la energía necesaria para realizar funciones y actividades cotidianas y contar con elementos que le permitan protegerse de las enfermedades. La adecuada alimentación en los niños se refleja en crecimiento, buen peso y menos enfermedades.

El comer menos daña al cuerpo, sobre todo en los niños, a quienes puede provocar desnutrición que favorece múltiples padecimientos, especialmente las infecciones y retrasa el crecimiento y el desarrollo. Comer en exceso causa obesidad, la cual también propicia otras enfermedades, por eso la alimentación tiene que ser lo más adecuada posible y evitar que se convierta sólo en un modo de calmar el hambre o de satisfacer un antojo.

Es necesario que el escolar conozca los alimentos disponibles en su localidad. Asimismo, conviene que los clasifiquen en los cinco grupos básicos y aprenda a combinarlos para elaborar su consumo diario. La disponibilidad se refiere a la posibilidad real de adquirir los alimentos, y el consumo a la de incorporarlo a su alimentación habitual.

La higiene del agua, de los alimentos y de los utensilios

lios se refiere a las medidas de limpieza que se deben tener en su manejo; de vital importancia son, ya que la contaminación propicia el desarrollo de enfermedades gastrointestinales que, en nuestro país, constituyen una de las principales causas de mortalidad en el grupo escolar.

Tomando en cuenta que el escolar se encuentra en la edad de adquirir sus hábitos básicos, es el momento de crear conciencia de que no debe ingerir en la calle alimentos que pueden estar contaminados y producir infecciones.

Por otro lado, tomando en cuenta que el niño es particularmente receptivo a la publicidad, se tratará de contrarrestar los hábitos consumistas planteándole alternativas para mejorar su alimentación y creándole conciencia de que los productos anunciados no benefician su salud y afectan el presupuesto familiar.

Los requisitos de una alimentación correcta se encierran en cuatro leyes:

- 1) Ley de la cantidad: Debe de ser suficiente para cubrir las necesidades calóricas del organismo, a fin de mantener el peso normal del mismo.
- 2) Ley de la calidad: El régimen alimentario debe de ser completo para ofrecer al organismo todas las sustancias que lo integran o que necesita para su funcionamiento.
- 3) Ley de la armonía: Las cantidades de los diversos principios alimentarios que integran la alimentación, deben conservar una proporción adecuada entre sí.
- 4) Ley de la adecuación: La alimentación de cada ser se haya supeditada a las necesidades propias del mismo. (10)

(10) HAMERLY M.A. Enciclopedia Médica. Tomo I. p. 87.

- Sexualidad

La sexualidad forma parte de la personalidad del ser humano y está presente en todas sus relaciones, abarcando desde -- las formas de establecer una identidad sexual, hasta el modo de sostener relaciones sociales de acuerdo a tal identidad. De tal forma, hoy no podemos circunscribir la sexualidad, como comportamiento al sexo, como aspecto biológico, aunque éste ocupa un lugar fundamental dentro de aquélla.

La escuela es uno de los medios más importantes donde el niño establece y desarrolla su capacidad de relacionarse, especialmente en esta edad cuando presenta cierta curiosidad hacia lo sexual; por lo que es importante que la información que reciban responda a sus necesidades. En los primeros grados se analiza la necesidad que tenemos unos de otros y el afecto en las relaciones interpersonales.

El afecto se aborda como un elemento presente en las relaciones, que surge a partir de situaciones donde se comparten -- intereses, inquietudes, responsabilidades, como sucede en el estudio, juego o trabajo; por lo tanto la posibilidad de establecer relaciones afectivas se da en la casa, la escuela, la localidad; en la realización de diferentes actividades en estos medios.

Es importante que el niño se de cuenta de que recibir y dar afecto puede manifestarse de muy diversas formas y que tiene

múltiples posibilidades de relación, de tal forma que él mismo amplie cada vez más sus relaciones y desarrolle su capacidad afectiva.

En los grados superiores debido a la proximidad de la pubertad es importante partir de los cambios físicos y psicológicos que tienen.

Hay que recordar que el crecimiento y desarrollo de -- los diferentes aparatos y sistemas no ocurre al mismo tiempo.

La sexualidad un potencial con que se nace, que debe desarrollarse y perfeccionarse, por lo que necesita de un medio favorable y de contacto adecuados con las personas, y se debe aceptar e incorporar a la estructura de la personalidad del niño para obtener una adaptación sexual conveniente.

Hay que considerar que una mejor y más adecuada educación sexual, será parte fundamental en la maduración de las generaciones que formarán nuestra sociedad del futuro.

Desafortunadamente todavía hay que luchar contra tabúes, consejos y mala información que en conjunto son la causa de anomalías o ansiedades, pues salvo excepciones la información sexual generalmente es recibida de amigos y pocas veces de los padres y los maestros.

- Seguridad

La prevención de los accidentes es tema importante para el mejoramiento de la salud, debido a que ocupan el primer lugar como causa de muerte.

Aunque el niño conoce los accidentes más frecuentes de su localidad, es necesario que maneje una información general acerca de aquéllos que afectan comúnmente a los niños de su edad; así comprenderá que las causas de los accidentes no se reducen a la ignorancia o el descuido de las personas, sino que existen importantes condiciones sociales que determinan su frecuencia.

El niño maneja elementos de la vida cotidiana que lo exponen a ciertos riesgos, por lo que debe reconocer las posibilidades y los límites de su maduración, para que cumpla así con la prevención y atención de algunos accidentes (caídas, cortadas, quemaduras, agresiones, etc.).

La participación colectiva en las discusiones sobre las causas y efectos de accidentes es indispensable para enriquecer los puntos de vista al respecto.

Los accidentes pueden prevenirse en cierta medida; por ello es necesario fomentar la reflexión en el grupo sobre las medidas preventivas a su alcance, resaltando las que se pueden-

realizar a nivel colectivo.

Es importante que los niños aprendan a cuidarse no sólo de situaciones u objetos que atentan contra su persona, sino -- también de personas que pueden influir negativamente o incluso-agredirlos.

- El ejercicio físico contribuye a la salud.

El niño, y muy a menudo también el adolescente, hayan - siempre una interesante manera de hacer ejercicio, primero por-medio de juegos y después por los deportes.

El ejercicio proporciona muchos beneficios tanto física como mentalmente; aumenta la fuerza y resistencia de los músculos, además de producir un tono muscular mejor, lo cual es una-ayuda para mantener una posición correcta.

Sobre la respiración y circulación se observan los si-- guientes resultados; mejor ventilación de los pulmones, facili- tación de la circulación de la sangre que vuelve al corazón por las venas, aumento de la cantidad de sangre arterial que pasa - por los diversos órganos y mayor resistencia y fuerza del cora- zón. Son además, estimulados los procesos de transformación de los alimentos dentro del organismo, evitándose, habitualmente,- la acumulación de grasa inútil en el cuerpo. Esto ayuda a man- tenerse en el peso normal.

Un efecto especialmente valioso es el aumento de la vitalidad que se observa cuando se hace ejercicio con regulari--dad. Intervienen no sólo los factores físicos para producir -ese aumento de vitalidad, sino también factores mentales y emocionales.

- El afecto, descanso y recreación.

El afecto es indispensable para los niños, necesitan -tener el afecto de los miembros de la familia, pues a través -de las situaciones que él vive es como aprende lo que signifi-ca querer, lo posibilita y prepara para sentir y dar afecto.

El descanso sirve para recuperar energías gastadas en-las diversas actividades que el cuerpo realiza. El mayor des-canso se obtiene durante el sueño, que produce una sensación -satisfactoria cuando se duerme lo nesesario. Los niños requieren de 8 a 10 horas diarias y los adultos entre 6 y 8 horas.

El sueño es un estado fisiológico en el que la conciencia, las percepciones y la fisiología del individuo experimen-tan modificaciones.

A través de la recreación crece la imaginación y la --creatividad se estimula. Las actividades recreativas son mo--mentos de aprendizaje donde el niño ensaya, con menos inhibi--ciones, también permiten acercarse a las manifestaciones artístas

ticas.

Una recreación debe proporcionarnos alegría y satisfacción al participar de ella, dejándonos física, mental y moralmente mejores que antes. Debe en lo posible diferir de la ocupación habitual.

Un aspecto importante para la salud de los niños es la socialización, que favorecen la formación de grupos con fines de recreación.

- Adicción

Debido a la importancia que tiene este aspecto dentro del plano de la salud, es un tema que no se puede pasar por alto, sobre todo a los alumnos de grados superiores que además de vivir esta problemática incluso en su propia casa, en ocasiones pueden ser conducidos con facilidad al consumo de cualquier sustancia tóxica, debemos informarles de las consecuencias que puede tener el consumirlas así como concientizarlos del problema que se vive a nivel mundial y de su difícil solución. Ya que esto causa degradación física, moral y mental en los seres humanos.

"Se le llama farmacodependencia, drogadicción o adicción al consumo repetido de una o más sustancias que modifican el comportamiento y que responde a un deseo irresistible de to-

marlas". (11)

Las adicciones pueden crear hábito y dependencia psicológica con severas dificultades para dejar de usarla. También crea dependencia física y esto provoca malestar en el organismo.

Específicamente refiriéndonos al alcoholismo podemos -- mencionar que resulta ser una de las enfermedades que mayor problemas clínicos y sociales plantea.

Dentro de los efectos que causa el alcohol en el cuerpo se aprecian, alteración a los nervios, estómago, hígado, riñón, páncreas, corazón; prácticamente no hay ningún órgano que se escape a su efecto nocivo, pero su principal daño ocurre en el -- área mental y se manifiesta con estados depresivos, ansiedad, - alucinaciones, falta de control.

Con todo esto podemos darnos cuenta de que la calidad - de vida de las personas que consumen alcohol se ve deteriorada - en todos los aspectos tanto en la familia y la sociedad como en su propia persona así como las que lo rodean ya que son capaces de cometer actos violentos y provocar accidentes.

Es importante también referirnos al tabaquismo, ya que - existen muchos casos en los que su consumo produce enfermedades

(11) DR. M.A. HAMERLY. Enciclopedia Médica. Tomo I. p. 66.

y en ocasiones hasta la muerte. La mayoría de los fumadores no están concientes de los riesgos a que están expuestos ellos y las personas no fumadoras que los rodean.

Los niños, desde antes de nacer pueden ser víctimas del tabaco, si la madre fuma durante el embarazo. Además los fumadores tienen más probabilidad de padecer cáncer en diversos órganos de su cuerpo.

La adicción al tabaco generalmente comienza después de los 10 años de edad; los niños son presa fácil de él.

La farmacodependencia es otro de los problemas más comunes en cualquier ámbito social que también afecta la salud y debe ser atendido con ayuda especializada, pero es mejor ayudar a prevenirlo. La mayoría de los consumidores de drogas las usan y justifican su abuso porque así creen encontrar sentido a la vida o por "ver que se siente".

2.2.3. La promoción de la salud infantil.

Gran cantidad de niños mexicanos mueren cada año antes de cumplir cinco años de edad. Muchos más padecen enfermedades, sufren incapacidades o tienen desarrollo insuficiente. Accidentes en su mayoría evitables, truncan el proyecto de vida de la-

población infantil.

Entre los encargados de promover la Salud tenemos:

- Los medios de comunicación social como son:
 - . Radio-Palabra hablada.
 - . Televisión-Imagen parlante.
 - . Gráficos-Palabra impresa.
 - . Teatro-Palabra actuada.
- Maestros, profesores y educadores.

El sistema Nacional Educativo es el más amplio canal de que dispone nuestro país para la difusión de conocimientos, el desarrollo de habilidades, el fortalecimiento de actitudes y la aplicación de prácticas saludables.

Ningún niño debe abandonar las escuelas sin los conocimientos básicos de Salud para proteger la vida y favorecer el desarrollo integral. Orientados por nosotros los maestros, los niños pueden convertirse en promotores de la Salud de sus familiares y sus comunidades.

- Instituciones del Gobierno del Estado.

* Puntos a fortalecer en la promoción de la salud infantil.

a) Desarrollo Infantil.-

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

- Todos los niños deben pesarse cada mes, desde el nacimiento hasta los tres años de edad. Si no hay ningún aumento de peso durante dos meses seguidos, es señal de que existe algún problema. La madre puede seguir el desarrollo de su hijo señalando con un punto el peso del niño sobre la gráfica de nacimiento que se encuentra en su cartilla de vacunación y uniendo los puntos después de pesarlo cada mes. Una línea que sube indica que el desarrollo del niño es adecuado. Si permanece horizontal debe ser motivo de preocupación. Si baja es seguro que al niño le ocurre algo.
- Todos los niños necesitan una alimentación rica en frutas y verduras.
- Después de una enfermedad, el niño necesita tomar más alimentos para que le ayuden a recuperar el peso perdido mientras estuvo enfermo.
- Para lograr el pleno desarrollo físico, mental y emocional del niño es esencial que tenga a su lado personas que le demuestren afecto y lo hagan sentir importante.

* Vacunación

Según fuentes oficiales si los niños no son vacunados, tres de cada cien morirán como consecuencia del sarampión, - - otros dos morirán de tosferina; otro más morirá de tétano; y - uno de cada doscientos niños quedará incapacitado toda la vida a causa de la poliomielitis.

- La vacunación protege a los niños contra algunas de las enfermedades más peligrosas que afectan durante la infancia. Las vacunas pueden ser inyectables u orales; actúan reforzando las defensas del niño. Si la enfermedad ataca al niño antes de que haya sido vacunado, la vacuna ya no es de utilidad.
- La vacunación es una medida urgente. El niño debe estar completamente vacunado al cumplir el primer año de vida.

- Calendario de vacunación para la infancia.

Edad	Vacuna
al nacer	BCG (Tuberculosos) y Polio.
2 meses	DPT (Difteria, Tosferina, Tétanos) y <u>Polio</u> .
4 meses	DPT
6 meses	DPT
9 meses	Sarampión.

La vacuna D.P.T. debe reforzarse a los dos y a los cuatro años de edad; la de la Polio durante los días nacionales - de vacunación y la del sarampión a los seis años.

- Existe una vacuna contra la rabia humana que sólo se aplica cuando la persona está en peligro de enfermar.

* Diarreas

Cada año mueren muchos niños a causa de deshidratación provocada por la diarrea. Además la diarrea es una de las causas más importantes de desnutrición infantil.

- La pérdida excesiva de líquidos corporales provocada por la diarrea puede causar la muerte. Por ello es indispensable - que los niños con diarrea beban líquidos en abundancia.
- Un niño con diarrea debe seguir alimentándose.
- Si la diarrea es grave o el niño está deshidratado se requiere la ayuda de personas calificadas para su tratamiento.
- Un niño que ha tenido diarrea necesita tomar una comida más - al día, hasta recuperar el peso que tenía antes de enfermar.
- No deben administrarse medicamentos contra la diarrea excep - to por indicación médica.

- La diarrea puede prevenirse mediante la utilización de excusados, letrinas o enterrando los excrementos; el mantenimiento de la limpieza del agua y de los alimentos; el lavado de las manos antes de tocar los alimentos y después de ir al baño.

* Tos y catarro

La tos y los catarros pueden dar lugar a la neumonía, enfermedad que causa miles de muertes infantiles cada año sin contar las ocasionadas por neumonías a causa del sarampión y la difteria, las cuales podrían prevenirse mediante vacunación.

- Un niño con tos está en peligro de muerte cuando su respiración es más rápida de la normal (más de 50 veces por minuto). En ese caso es urgente llevarlo lo antes posible al centro de salud o clínica más cercanos.
- Un niño con tos y catarro por más de una semana, con fiebre, dolor de oído o garganta con puntos blancos, necesita tratamiento médico.
- Todos los niños acatarrados y con tos deben ingerir muchos líquidos. Es recomendable darles aguas o jugos, preparados en casa con frutas que contengan vitamina A o C.
- Un niño con tos o catarro debe mantenerse abrigado, pero sin

que sienta calor y debe respirar aire libre de humos.

* Paludismo

Se puede contribuir a prevenir la tragedia de tantos ca sos de paludismo que se producen anualmente, de estos un gran porcentaje son infantiles.

- Un enfermo de paludismo sin tratamiento es un riesgo para todos. Entre más pronto se tratan los enfermos, el peligro de transmisión es menor para los demás.
- Las personas sobre todo los niños, deben protegerse de las pi caduras de los mosquitos, y en especial al ponerse el sol, du rante la noche y al amanecer.
- En todos los lugares donde el paludismo esté extendido, los niños con fiebre deben ser examinados por personal de salud. Si la causa parece ser el paludismo, el niño debe recibir tra tamiento completo antipalúdico.
- Un niño que tenga fiebre debe mantenerse fresco.
- Un niño que se encuentra en período de recuperación del paludismo necesita ingerir abundantes líquidos y buena alimentación.

* Accidentes

Los accidentes son la causa más frecuente de muerte des de los cinco hasta los 35 años de edad. En el niño se estima - que por cada muerte debida a un accidente, hay más de 500 acci- dentes no mortales, incluyendo 100 hospitalizaciones y un prome- dio de tres invalideces permanentes. El error humano está pre- sente en el 90% de los accidentes, lo que significa que nueve - de cada diez pudieron evitarse. Cerca de la mitad suceden en - el hogar.

El adulto tiene la obligación de proporcionar al niño - un ambiente de seguridad, enseñándole desde temprana edad, a co nocer sus habilidades y limitaciones, a identificar los riesgos y en la medida de sus habilidades a evitarlos.

- La única medida para prevenir los accidentes es actuar con -- precaución.
- Para el niño el adulto es un ejemplo, le puede enseñar a pro- teger y cuidar su salud o a perderla.
- El sentido de seguridad se adquiere en el hogar y en la escuela debe reforzarse.
- En caso de accidente es tan importante saber qué hacer, como- qué hacer al dar primeros auxilios.

* Higiene

Más de la mitad de las enfermedades y muertes son causadas por microbios que entran al cuerpo a través del aire, -- del agua y de los alimentos contaminados. Tales microbios pueden ensuciar la casa, las manos, pero sobre todo el agua y los alimentos. Los miembros de las comunidades sin agua potable, drenaje público o servicio de limpia y recolección de basura, tendrán más problemas para evitar la propagación de estos microbios. Por eso, deben organizarse, colaborar y buscar el -- apoyo de autoridades e instituciones para obtener ayuda material y orientación técnica que les permita la construcción y -- operación de sistemas comunitarios de agua, drenaje y basura.

- La práctica cotidiana de la higiene protege y mejora la salud de todos.
- El agua para beber tiene que ser limpia y pura.
- El buen manejo de la basura y de los excrementos evita males y enfermedades.
- Los alimentos se deben ingerir frescos y preparados higiénicamente.
- Lavarse las manos con agua limpia y jabón antes de comer y -- después de ir al baño es la base de la higiene personal.

- Es necesario vivir en un lugar limpio y sano.
- Los problemas comunes se solucionan con organización y trabajo de todos.

2.2.4. La salud en el niño de 6 a 12 años

* Enfermedades transmisibles

Las enfermedades transmisibles son las alteraciones -- del estado normal del organismo causadas por gérmenes o microbios que sólo pueden ser transmitidos por contacto directo o indirecto con personas afectadas.

En los años de escolaridad se dan los períodos de incidencia elevada de enfermedades transmisibles debido a que los niños entran en contacto más directo con otros, quedando ex-puestos a una variedad de enfermedades. No es raro que de un cuarto a un tercio de la población escolar se ausenten simultáneamente cuando una epidemia se encuentra en su punto crítico.

Las enfermedades transmisibles más frecuentemente en la edad escolar, sus causas y su sintomatología son las si----guientes:

a) Respiratorias.

- Catarro común, Faringitis o Amigdalitis.

La causa generalmente un virus que puede presentar resistencia debido a la fatiga, enfriamiento o infección crónica. Algunos de sus síntomas son: fiebre de 38 a 40 grados, vómitos, flajos nasales, anginas inflamadas, manchas amarillas en las anginas y en algunas ocasiones trastornos intestinales.

Puede tener complicaciones secundarias debido a la invasión por diversas bacterias y puede ocasionar neumonía, difteria, sinusitis y perturbaciones del oído.

- Bronquitis.

Su causa se asocia a catarros, influenza, sarampión, etc. Algunos de sus síntomas son: tos seca, que se presenta después con flemas, ruido en el pecho cuando el niño respira. La fiebre pasa en dos o tres días.

- Difteria.

La causa un bacilo llamado de Klebs-Loeffer. Algunos síntomas son: cara enrojecida, garganta irritada, glándulas inflamadas, tos persistente y pulso rápido. Puede presentar complicaciones como son la neumonía, parálisis de los músculos de la garganta, etc.

- Tosferina.

Su causa es el Petussis bacilus. Algunos de sus -

síntomas son: la tos ordinaria se hace más persistente, se presenta como ataques de tos, empeora en la noche dura una o dos semanas. Se puede complicar con neumonía, bronquitis, sinusitis, hernia o encefalitis.

b) De la piel.

- Fiebre escarlatina.

Su causa es el *Stiepto coccus scarlatina*. Presenta síntomas tales como: fiebre, jaqueca, vómitos, náuseas, erupción roja brillante, que se desarrolla durante 24 horas en el cuello, pecho y brazos. Puede complicarse con el corazón y lesionar los riñones o causar inflamación en el oído medio.

- Varicela.

Es causada por un virus. Sus síntomas más evidentes son: erupción ligera de pústulas acuosas pequeñas, tanto en las partes expuestas del cuerpo como en las cubiertas. Su única complicación se da en caso de que se infecten las lesiones de la piel.

- Sarampión.

Lo causa un virus filtrable. Se inicia con flujo moderado de la nariz, garganta irritada, estornudos, ojos llorosos rojos, hipersensibilidad a la luz. La erupción aparece tres días después de los primeros síntomas. Complicaciones: Inflamación crónica de ojos, oídos, neumonía.

- Rubéola.

Causa: virus filtrable. Si acaso aparecen síntomas moderados de comezón que duran uno o dos días, seguidos por una erupción color de rosa que invade la cara y luego el cuerpo. No tiene ninguna complicación.

c) Glándulas.

- Paperas.

Son causadas por virus. Sus síntomas evidentes -- son: glándulas inflamadas en el cuello, enfrente y abajo de -- las orejas, dolor al tragar. Su complicación es rara en el gru po de 5 a 13 años de edad.

d) Otras.

- Poliomiélitis.

La provoca un virus. Síntomas: dolor de cabeza, vómitos, garganta irritada, cuello rígido, trastornos digestivos, somnolencia e irritabilidad que dura 4 días, seguidos de parálisis o debilidad muscular. Su principal consecuencia es la parálisis de las partes afectadas.

- Fiebre Reumática.

Su causa no se conoce con precisión. Se presenta con fiebre de 38 a 40 grados, malestar digestivo, síntomas variables en la cabeza, articulaciones tiernas, rojas e inflamadas, (rodillas, tobillos, caderas, muñecas y codos). Dolores crecientes, dolor abdominal, lesiones de la piel, nódulos subcu

táneos en manos, muñecas y cuero cabelludo. Su principal consecuencia son las lesiones permanentes en el corazón.

* Enfermedades Crónicas

Enfermedades que duran mucho, son aquéllas de larga duración y a menudo incurables.

Las enfermedades crónicas en la escuela crean un serio problema en la educación. Perturban la asistencia escolar debido a que el niño no puede cumplir con el horario y el programa diseñado para el nivel básico, especialmente de aquéllo que requiere de esfuerzo o desplazamiento físico.

Por otra parte, el sistema educativo nacional no puede permanecer ajeno ante el problema, no puede dejar a los niños que las padecen sin acceso a la educación sistemática, porque necesitan adquirir un bien cultural y lograr hábitos formativos para el desarrollo recto de su personalidad.

Todo niño tiene derecho a que se le eduque.

Las enfermedades crónicas más comunes en la edad escolar son las que a continuación describimos:

a) Cardiopatías.

Son las enfermedades que afectan al corazón, son las alteraciones anatómicas que se presentan desde el nacimiento debido a perturbaciones en el desarrollo embrionario del corazón, de los grandes vasos o de ambos. Algunas se manifiestan desde el momento del nacimiento; otras, por el contrario, se descubren en etapas posteriores de la infancia. Muchos pacientes -- que antes se consideraban como incurables pueden obtener actualmente curación definitiva, o por lo menos mejorías muy notables en sus condiciones circulatorias graves.

b) Nefropatías.

Inflamación aguda o crónica del riñón. En la infancia son relativamente frecuentes y casi siempre se presentan como complicaciones de padecimientos infecciosos. Su tratamiento y pronóstico se han modificado favorablemente gracias a la amplitud de las dietas, a los antibióticos, al uso del riñón artificial, etc.

c) Epilepsia.

Es una enfermedad convulsiva que se manifiesta por violentas descargas neuromusculares que se atribuyen a una irritación directa o indirecta de los centros motores de la corteza del cerebro. Más que una enfermedad es un grupo de síntomas -- que pueden ocurrir como consecuencia de muchas enfermedades que actúan sobre el funcionamiento cerebral. Las crisis ocurren -- cuando un grupo de células cerebrales liberan en forma brusca -

una cantidad de energía eléctrica exagerada, esta liberación altera en forma temporal el trabajo normal del cerebro. Este - - vuelve a trabajar normalmente una vez que la crisis ha pasado.

d) Diabetes.

Ineficiencia del organismo para aprovechar o transformar los azúcares ingeridos en los alimentos, siendo éstos absorbidos por la sangre o desechados por la orina, produciendo síntomas clásicos: apetito anormal aumentado, sed excesiva, aumento exagerado de la orina. El diabético se siente siempre agotado y sin energía para nada, puede adelgazar rápidamente. La piel se pone áspera y produce comezón, etc.

e) Asma.

Es un padecimiento caracterizado por accesos de respiración difícil, sofocada, silbante y muy agitada que puede durar desde unas cuantas horas hasta varios días, habiendo entre los accesos períodos de alivio en los que la respiración casi se normaliza. Hay que evitar los cambios bruscos de temperatura y al mismo tiempo debe permanecer lo más posible al aire libre. En las horas escolares no debe de llegar a la fatiga.

f) Sífilis.

Enfermedad infecciosa, contagiosa, específica, que se transmite por contacto. Existe la sífilis transmitida en el útero y la adquirida. En la actualidad va desapareciendo principalmente por la eficacia del tratamiento con penicilina.

- g) Alergias. Hipersensibilidad natural producida por -
sustancias en un organismo dado.
- Respiratorias: asma, alergia nasal o fiebre de heno.
 - Cutáneas: urticarias.
 - Digestivas: vómitos, diarreas, benignas, cólicos, --
etc.
 - Nerviosas: jaqueca, migraña, vértidos y taquicardia.

Puede ser hereditaria o adquirida.

* Malformaciones congénitas.

Son las malformaciones físicas internas o externas, -
causadas por alteraciones en los genes. Muchas de las malformaci
ones congénitas no pueden descubrirse en el momento del naci-
miento sino hasta que provoca un cambio en el comportamiento.

En el medio escolar la actitud del profesor es de suma-
importancia pues; si muestra rechazo ante el problema y el niño
lo percibe, éste nunca establecerá una buena relación con él.
por el contrario si la actitud es de aceptación, puede resultar
de gran ayuda para el niño.

Evidentemente las repercusiones psicológicas originadas
por las malformaciones congénitas irán desde la mínima, en caso
de deformidades leves que pueden ser corregidas perfectamente,-
hasta la máxima y permanente en casos de enfermedades irrepara-
bles.

* Otros problemas de salud en el niño

a) El niño y la drogadicción.

Drogadicto es una persona que de manera habitual e irresistible utiliza algún estupefaciente o droga peligrosa que cause dependencia; que pone en peligro su salud, la seguridad y el bienestar propio y ajeno.

Se entiende que las causas de la drogadicción se localizan en los factores socio-económicos, culturales y morales. Al menos uno de tales factores, generalmente más de uno, influyen en cada caso.

En el medio escolar la droga más usada es el thinner, el pegamento y los solventes.

El niño generalmente presenta estas conductas por imitación, por demostrar valor ante sus compañeros o para llevar un liderazgo, que al analizarlas no son más que el resultado del desamparo, la falta de responsabilidad de los padres y de un medio ambiente propicio.

b) El niño y el alcoholismo.

El alcoholismo es una enfermedad ocasionada por el consumo exagerado de bebidas alcohólicas.

Generalmente no encontramos niños alcohólicos pero en el medio familiar en el que se desarrolla pueden encontrarse personas adictas al alcohol, convirtiéndose éstos en el ejemplo dominante para la integración de su personalidad.

c) El niño y el tabaquismo.

El tabaquismo es la intoxicación causada por el abuso en el consumo de tabaco que contiene nicotina.

Causas del tabaquismo.- Influencia nociva proveniente del medio en que vive el niño, por imitación, por curiosidad, por problemas socioeconómicos.

Conductas.- Robos menores, aislamiento, ingreso a -- grupo de amigos mayores, satisfacción emocional por lograr la -- realización de actos reprobables a su edad.

2.3. LA EDUCACION INFORMAL: CONSIDERACIONES

2.3.1. La participación de la familia en la salud infantil.

La familia es en todos los aspectos el elemento más importante en nuestra sociedad, es en ésta donde se inicia la formación de un individuo, se forma la personalidad, los hábitos y costumbres. Posteriormente la escuela contribuye a reforzar los buenos hábitos y a modificar otros.

¿Pero qué tanta información tienen los miembros de la familia de esta responsabilidad?, principalmente los padres, -- que son a los que les corresponde dar la educación necesaria para que sus hijos sean capaces de llevar una vida sana en todos los aspectos.

¿Qué tan capacitados se sienten los padres para darles a sus hijos una vida sana?

Es muy importante que los padres reciban la información necesaria sobre la educación para la Salud, pero es más impor-- tante que realmente lleven a cabo todo lo necesario para que ésta sea posible, y que cuando no estén informados conozcan a dónde recurrir para que la información sea la adecuada.

Los padres deben estar en comunicación entre ellos, para poder apoyarse mutuamente, así como mantener una comunica- -

ción con sus hijos, para asegurarse de que cumplan con los hábitos que quieren inculcarles, tales como el baño diario, lavarse los dientes, dormirse temprano, no ver televisión demasiado cerca, vigilar su alimentación, etc.

Es muy conveniente que los niños acudan a sus padres - cuando tengan dudas, y deseen tener información, sobre todo -- con respecto a su organismo y sexualidad.

Para obtener respuestas a nuestras anteriores preguntas realizamos una encuesta entre los padres de los alumnos de nuestras escuelas y a continuación damos a conocer cuales fueron los resultados obtenidos. (ver anexo)

Encontramos que en lo que se refiere a la higiene del hogar se toman las medidas necesarias para mantener limpia la casa.

Actualmente existe una preocupación en cuanto a la nutrición adecuada de los niños, los padres de familia procuran incluir alimentos nutritivos como las frutas y verduras, leche, carne, cereales, etc.

Procuran que los productos que consumen estén ricos en vitaminas. El agua es en algunos hogares hervida, en algunos casos encontramos que los padres no vigilan o controlan el consumo de alimentos "chatarra" y dulces lo que da como resultado

un gran número de casos de niños con caries. No acostumbran a llevar a los niños al dentista a chequearse, y acuden únicamente cuando se presenta algún problema.

Las visitas al médico se realizan cuando se presenta la enfermedad, en pocos casos se hace con el fin de chequear el estado de salud. En algunas ocasiones los padres medican a sus hijos para ahorrarse la visita al médico, confiando en que saben qué hacer en casos de no gravedad, como resfriados.

Los niños son por naturaleza inquietos, es por eso que frecuentemente se accidentan, los padres están conscientes de las cosas que representan peligro, sin embargo algunas veces se olvidan de esto y en su afán porque sus hijos aprendan a valerse por sí mismos los exponen a situaciones peligrosas.

Uno de los aspectos que para los padres resulta de mucha importancia, y que generalmente es motivo de preocupación, es la sexualidad. La mayoría de ellos no se sienten suficientemente capacitados sobre la manera en como deben de ser abordados estos temas.

Los niños reciben información de los medios de comunicación, los amigos, esto provoca curiosidad, cuando tienen confianza a sus padres surgen las preguntas, si los padres no responden de acuerdo a la edad de los niños y de una manera sencilla y clara, pueden formarse ideas equivocadas.

En otros casos no preguntan a los papás y se quedan -- con dudas tratando de encontrar por sí mismos respuestas. Es un deber de los padres observar a sus hijos y estar conscientes de que constantemente están cambiando y creciendo, y necesitan alguien en quien confiar.

Cuando no tengan la respuesta apropiada deben de recurrir a personas capacitadas o alguien de confianza, para no dejar a sus hijos sin información, provocando que recurran a -- otras fuentes de información la mayoría de las veces amigos -- que también desconocen el tema.

Es responsabilidad de los padres orientar a sus hijos para que tengan conciencia de su cuerpo y aprendan a cuidarlo.

2.3.2. Los medios masivos de comunicación.

"Los medios de comunicación, tales como la radio, la televisión, el cinematógrafo y la prensa, constituyen una de las características sobresalientes de nuestra sociedad, ya que han influido en los cambios de su estructura. Principalmente son el resultado de una necesidad de la sociedad capitalista -- a la que pertenecemos". (12)

(12) ALVAREZ, Román. Relaciones Humanas. p. 27.

Se ha insistido mucho sobre los peligros de la influencia ejercida por la radio y la televisión.

Es un hecho que los medios masivos de comunicación hacen posible que se difunda el consumo de diversos productos, -- han convertido la cultura en mercancía de consumo.

Actualmente uno de los medios que tiene mayor difusión es la televisión, los niños dedican gran parte de su tiempo en ser espectadores de este aparato.

La educación escolar no puede mantener una actitud de indiferencia ante la educación informal que reciben los niños ya que forma parte de su realidad. Como maestros debemos estar actualizados en la información que se difunde a través de los medios de comunicación para así poder utilizarla de la mejor manera y encauzar a los alumnos para que aprendan a seleccionar lo que más les convenga, es decir que tengan una actitud crítica y no sean demasiado influenciables.

Debido a la importancia que tienen los medios masivos de comunicación en la educación y en este caso en la educación para la salud que es el tema que nos interesa en este trabajo; hemos dedicado este apartado a un breve estudio que realizamos sobre algunos de los principales medios de comunicación.

En cuanto a la televisión observamos que en la programación en los diferentes canales, existen pocos programas dedica--

dos a los niños y en su mayoría son caricaturas (dibujos animados) de origen extranjero y tiene poca relación con la realidad de la niñez mexicana, pero esto a su vez puede formar parte de su fantasía.

Dentro de los programas de dibujos animados se encuentra "Los Muppets Babies", que consideramos tiene en cada capítulo contenidos que favorecen a la formación de hábitos tales como; manera en que hay que prevenir accidentes; cuidados necesarios en enfermedades infantiles, como la varicela, orden e higiene. Lamentablemente sólo se transmite los martes y jueves - en horario matutino.

Durante la tarde el horario infantil es de 16:00 a 18:00 horas con una serie de dibujos animados sin trascendencia tales como, "Garfield y sus amigos", un personaje poco amistoso y en ocasiones destructivo, "Los gatos Samurai" de origen japonés que incita a los niños el deseo de imitar la defensa personal, la unión contra el mal, aunque es necesario encauzarlos correctamente, "Mapaches" podríamos decir que lo importante es la relación de amistad, "Gasparín", un personaje triste y solitario en constante búsqueda de amigos, "El conde Pátula" y otros.

En cuanto otros programas están: "Club Infantil", donde se presentan cápsulas culturales y algunos consejos así como en el de "Pipo", donde también se habla sobre el cuidado del medio ambiente, cuidado personal. "La casita de las muñequitas", el -

cual es un programa con contenido educativo, refiere temas sobre higiene personal, del hogar y cuidado del ambiente, relaciones - afectivas, compañerismo y formación de hábitos, sólo que este -- programa es principalmente para niños de edad preescolar o gra-- dos inferiores de primaria.

Durante todo el día la televisión transmite un número -- elevado de anuncios comerciales que a continuación enumeramos al gunos de ellos divididos en los que contribuyen y los que no a - la salud de los niños.

Favorecen la Salud

Cepillos y pastas dentales
 Detergentes
 Shampoo
 Desinfectantes y aromatizantes.
 Blanqueadores de ropa
 Jabones de baño
 Cerelae
 Jugos
 Chocolates (bebida) con vitaminas
 Pan integral
 Analgésicos
 Tónicos expectorantes
 Antigripales
 Peptobismol
 Leche

No favorecen la Salud

Refrescos enbotellados
 Dulces y paletas
 Papas fritas
 Fijadores de pelo
 Cigarros y cervezas
 Café.
 Vinos y Licores
 Pañales (desechables)

Favorecen la Salud

Yogurths

Carnes frías

Asociaciones que promueven

el consumo de: pescado

frutas

leche

puerco

No favorecen la Salud

Aparentemente los artículos que favorecen la salud ya - sea de manera directa o sólo en alguno de sus aspectos, es mayor, sin embargo los que no favorecen la salud, a pesar de traer leyendas que invitan en algunos al consumo de alimentos nutritivos y en otros previene sobre su efecto nocivo, son de tal diversidad que opacan en su frecuencia a los que de alguna manera la favorecen.

Algunos productos que favorecen la salud lo hacen sólo - en lo que a higiene se refiere, pues desde otro punto de vista son contaminantes o de alto riesgo en su ingestión, para lo - - cual traen en su presentación los modos de uso y las precauciones necesarias para evitar accidentes.

De estos productos que benefician la salud hay algunos - que aparte de su anuncio televisivo, en su presentación colabora también con información, por ejemplo los dentríficos aportan

datos sobre la prevención de la caries y la higiene bucal, los cereales presentan cuadros del valor nutritivo del producto y los requerimientos necesarios para una alimentación adecuada.

Los anuncios mencionados son patrocinados por empresas privadas. Los medios de comunicación destinan espacios para la promoción de la salud patrocinadas por las instituciones de dicho sector.

Algunos de ellos son:

- Campañas de vacunación
- Enfermedades respiratorias
- Sida
- Cólera
- Detección de cáncer
- Deshidratación
- Higiene
- Saneamiento ambiental
- Uso adecuado de los servicios

La programación y la publicidad del medio televisivo no sólo afecta o favorece la salud física, sino que también es una gran influencia para la salud mental. Esto lo observamos en el hecho de que los programas que son para adolescentes y adultos pasan a tempranas horas influyendo en la imaginación y la conducta de los niños, ya que en su mayoría no son representativos de nuestra cultura y nuestras costumbres sociales.

Por otra parte las telenovelas y programas cómicos para adultos son televisados indiscriminadamente en horarios que deberían ser aprovechados para programación infantil.

En lo que se refiere a la radio, es menos frecuente el uso de este aparato en los niños, escuchan generalmente la música que en sus hogares se acostumbra; son influenciados por sus hermanos mayores en su gusto por la música, prefieren los ritmos actuales que van de acuerdo a su energía y vitalidad.

Entre las canciones más populares se encuentra "Pelo --uelto" que hace una invitación a la rebeldía y al desorden así como la apariencia desaseada.

El cine. Las películas que prefieren los niños de edad escolar son las de acción, que generalmente son violentas así como las de terror, en las que la mayoría de las veces se incluyen escenas sexuales que causan curiosidad, morbo y desorientación. Los comportamientos delictivos son comúnmente tratados tanto en el cine como en la televisión, estos temas pueden ayudar a los niños a distinguir el bien del mal y a darse cuenta de las consecuencias que pueden tener estos comportamientos. Consideramos de suma importancia que los padres seleccionen adecuadamente las películas, programas, revistas y música que llegue a sus hijos, también que traten de utilizar estos medios para enriquecer su educación.

III. RESULTADOS

Nos parece en verdad notable la importancia que la Salud del ser humano, en particular la del niño tiene en todos los aspectos de la vida cotidiana. Es por eso que este momento nos parece el indicado para subrayar la relevancia que tiene la promoción de la salud.

Si la salud es el estado ideal para que el niño pueda -- construir y asimilar los conocimientos, desarrollar sus habilidades y modificar sus conductas entonces es obvio que debemos dar a esta área una mayor importancia que la que hasta ahora se le ha dado y sobre todo debemos ser conscientes de que los docentes somos de vital importancia para desarrollar este renglón.

Como maestros que somos y tomando el rol que dentro de esto nos corresponde tenemos la obligación de prepararnos y buscar, de ser necesario, el apoyo de las autoridades para tener a la mano los materiales y la información que se requiere para poder impartir y desarrollar los temas de la Salud con la profundidad y claridad adecuadas; y lograr con esto desterrar los métodos memorísticos e improvisados.

Sabemos que al abordar el tema antes enunciado de tal manera que logre como consecuencia que los niños se interesen en su Salud, la de su familia y la de su comunidad, estaremos dando

un paso gigantesco hacia el objetivo de formar verdaderos promotores de la Salud, que hagan de ésta una cultura.

Para obtener buenos resultados es de gran provecho enfrentar al alumno con su realidad, porque de esta manera se forma una visión más amplia de lo que puede lograr promoviendo la salud en todos sus niveles.

Estamos seguras de que la apatía, que observamos en algunos compañeros irá desapareciendo paulatinamente cuando vayan viendo que los resultados son palpables y que éstos contribuyen a un mejor y más buen desempeño de sus alumnos en las tareas escolares.

Como las condiciones de salud varían de una comunidad a otra debido al aspecto socioeconómico tenemos la oportunidad como docentes de dar a conocer a los niños que la salud es un derecho que todos tenemos, como tal lo deben conocer y nosotros debemos fomentar su ejecución.

Nosotras debido a la experiencia de nuestra labor docente y al desempeño en distintas comunidades, sabemos que las bases en la formación del niño están en la familia y así como en comunidades de escasos recursos encontramos niños con muy buenos hábitos de higiene, hay otros en comunidades más acomodadas donde es evidente el descuido del niño por parte de su familia. Lo cierto en esto es que como maestros nos toca reforzar los --

buenos hábitos que ha tienen los niños, o si carecen de ellos, -
debemos inculcárselos, fomentarlos o sólo modificarlos según --
sea el caso.

La higiene no es el único aspecto tratado en el área de
la salud sin embargo es el primer escalón hacia el logro de una
salud completa.

Al mencionar a la familia es a nuestro parecer primor--
dial resaltar la importancia que los padres estén preparados pa
ra responder de forma adecuada y sencilla a las interrogantes -
de sus hijos por eso parte de nuestra labor consiste en involu-
crar a la comunidad en todo lo relacionado con los eventos que
promuevan la Salud. En el grado en que los padres de familia -
y la comunidad en general participen en esta labor estará el lo
gro de los objetivos que nos hemos propuesto.

Si en la escuela abordamos los temas de la Salud con na
turalidad, estamos seguras que los padres de familia irán olvi-
dando los tabúes que significan algunos temas.

Al lograr nuestro objetivo de tener en las aulas niños-
sanos pronto tendremos una comunidad sana. Nuestros niños se -
desenvolverán mejor, tendrán más ánimo para trabajar, estarán -
alertas a los nuevos descubrimientos y en un ambiente limpio se
sentirán cómodos y desearán asistir puntualmente a la escuela.-
Los resultados serán evidentemente los mejores.

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

- La Salud es un derecho que todos tenemos.
- La Salud es una condición necesaria para el desempeño satisfactorio del niño en la escuela.
- La educación es un medio privilegiado para mejorar la Salud ya que coadyuva a generar individuos informados, conscientes, responsables y participativos en el cuidado y mejoramiento de la existencia y de la Salud como una condición fundamental.
- La educación para la Salud es un proceso permanente, dinámico e intencional que lleva al desarrollo de habilidades, actitudes y capacidades que puedan favorecer la Salud individual, familiar y comunitaria.
- La función de la escuela deberá estar encaminada a encauzar el proceso natural de construcción para llegar a traducir las explicaciones intuitivas de los niños en nociones, conceptos y principios de carácter científico.
- El conocimiento que los niños logren acerca del proceso salud-enfermedad podrá tener, permanencia, orden y posibilidad de aplicación si se rescata lo que aprendan a través del registro.
- Las líneas a reforzar en el nivel primaria son:
Que el alumno:
 - * Conozca la estructura, organización y función de su cuerpo -

para entenderlo.

- * Desarrolle hábitos que le permitan proteger su Salud al identificar factores que puedan perjudicarlo.
 - * Identifique sustancias, situaciones, actos y personas que -- puedan afectar su integridad física y mental.
 - * Desarrolle hábitos y conductas que le permitan alimentarse - mejor con lo que está a su alcance.
 - * Conozca los servicios de Salud que existen e identifique los servicios que le ofrecen.
 - * Comprenda la importancia de la Salud mental.
 - * Se convierta en promotor de la Salud.
-
- Ningún niño debe abandonar las escuelas sin los conocimientos básicos de Salud para proteger la vida y favorecer el desarrollo integral.
 - El niño de 6 a 12 años padece principalmente enfermedades - -- transmitibles como son las respiratorias, de la piel y glandulares, entre otras.
 - Durante la edad escolar las enfermedades crónicas que crean -- problemas en la educación son: las cardiopatías, la epilepsia, el asma, etc.
 - La promoción de la salud es necesaria para evitar que gran cantidad de niños mexicanos mueran cada año antes de cumplir cinco años de edad, padezcan enfermedades, sufran incapacidades - o tengan desarrollo insuficiente.

- Al promocionar la Salud no deben olvidarse puntos como: el desarrollo infantil, la vacunación, la diarrea, tos y catarro, la higiene, etc.
- Debido a que la familia es el elemento más importante en nuestra sociedad debemos promover la Salud en ella principalmente.
- La Educación para la Salud debe estar enfocada al desarrollo de una cultura de la Salud, es decir que el alumno la valore como algo que le permita desarrollar plenamente sus potencialidades, como una situación de bienestar completo, físico mental y social en la cual intervienen los miembros de la comunidad.

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

- ACASIO, Edmundo. El niño, la desnutrición y México. Instituto Nacional de Nutrición. México, 1979. pp. 78 a 110.
- ACEVES, Dionisio. "El control de las enfermedades no transmisibles en el nivel primario de la atención a la Salud". Revista Mexicana de Salud Pública. México, 1977. No. 2 pp. 32 a 58.
- ALVAREZ, Román. Las Relaciones Humanas. Ed. JUS. México, - - 12 Ed. 1988. pp. 27 a 41.
- BOWLER, David. Aprender a promover la Salud. Ed. PAX. México. pp. 53 a 95.
- HAMMERLY, Marcelo A. Enciclopedia Médica Moderna. Tomo I. Ed. Safeliz España, 1979. pp. 45 a 163.
- HIGOSHIDA Hirose, Bertha Y. Ciencias de la Salud. México. - - pp. 22 a 53.
- HUSFFSTADT, A.J.C. Malformaciones Congénitas. Ed. Manual Moderno. México. pp. 60 a 89.

PEINADO Altable, José. Paidología. Ed. Porrúa. México, 1973.
pp. 48 a 93.

RINCON Arce, Alvaro. ABC de la Naturaleza I. Ediciones Numancia, S.A. México, 1986. 4a. Ed. pp. 63 a 86.

SALA Mendoza, Juan. Higiene Escolar. Editorial Trillas, México, 1970. pp. 25 a 86.

SEP. Guía para el maestro. La Salud. Ed. Xalco, S.A. México 1992. De Primero a Sexto. p. 104.

_____ Para la Vida. Ed. de periódicos, S.C.L. "La prensa". - México, 1992. p. 105.

_____ Libro del maestro de Primero a Sexto. México. pp. 145.

SEP-UPN. Expresión y Comunicación. México, 1988. 1a. Ed. - - pp. 226 a 224.

ANEXO

Sr. padre de familia solicitamos su cooperación para recabar información sobre algunos temas de la salud.

Sírvase contestar a las siguientes preguntas lo más sinceramente posible.

Higiene del hogar.

	Sí	No
1. Cuenta con sanitario y sistema de drenaje	_____	_____
2. Lava el sanitario por lo menos una vez a la semana.	_____	_____
3. Usa papel sanitario.	_____	_____
4. Tira los papeles de desperdicio sanitario - en la taza.	_____	_____
5. Asea diariamente su casa.	_____	_____
6. Mantiene limpio y ordenado el cuarto de sus hijos.	_____	_____
7. Tiene depositos de basura con tapa.	_____	_____
8. Hay suficiente ventilación en su casa.	_____	_____
9. Los utensilios de cocina los mantiene limpios antes de usarlos.	_____	_____

Alimentación.

- | | Sí | No |
|--|-------|-------|
| 1. Hierve el agua que toma. | _____ | _____ |
| 2. Dentro de su alimentación se encuentran frutas y verduras. | _____ | _____ |
| 3. Lava las frutas y verduras antes de comerlas. | _____ | _____ |
| 4. Incluye en la alimentación de sus hijos leche, huevo, carne y cereales. | _____ | _____ |
| 6. Vigila que sus hijos se laven las manos antes de tomar alimentos. | _____ | _____ |
| 7. Vigila que su hijo no coma demasiados dulces. | _____ | _____ |

Higiene personal.

- | | Sí | No |
|---|-------|-------|
| 1. Sus hijos se bañan diariamente. | _____ | _____ |
| 2. Visita al dentista por lo menos una vez al mes. | _____ | _____ |
| 3. Usa ropa limpia después del baño. | _____ | _____ |
| 4. Su hijo se cepilla los dientes después de comer. | _____ | _____ |
| 5. Vigila que su hijo no tenga parásitos o piojos en la cabeza. | _____ | _____ |
| 6. Mantiene las uñas de sus hijos cortadas al raz y limpias. | _____ | _____ |

Control de la Salud.

- | | Sí | No |
|---|-------|-------|
| 1. En caso de enfermedad acude al médico. | _____ | _____ |
| 2. Automedica cuando cree que la enfermedad de su hijo no es grave. | _____ | _____ |
| 3. Cuando su hijo tiene temperatura alta trata de bajarla. | _____ | _____ |
| 4. Tiene las vacunas indicadas por la cartilla de vacunación. | _____ | _____ |

Prevención de accidentes.

- | | Sí | No |
|---|-------|-------|
| 1. Mantiene medicina y sustancias tóxicas lejos del alcance de sus hijos. | _____ | _____ |
| 2. Procura tener objetos punzantes lejos del alcance de los niños. | _____ | _____ |
| 3. Su hijo acostumbra guardar sus juguetes después de jugar. | _____ | _____ |
| 4. Vigila que los juguetes de su hijo sean adecuados a su edad. | _____ | _____ |
| 5. Su hijo ve la televisión por lo menos a 1.50 mts. de distancia. | _____ | _____ |
| 6. Vigila cuando su hijo cruza la calle. | _____ | _____ |

- | | Sí | No |
|---|-------|-------|
| 7. Su hijo juega en la calle en lugar del patio. | _____ | _____ |
| 8. Su hijo confía a usted las cosas que le pasan. | _____ | _____ |
| 9. Conoce las amistades de su hijo. | _____ | _____ |
| 10. Está al pendiente de los lugares que visita -
su hijo. | _____ | _____ |
| 11. Vigila los programas de televisión que su hi-
jo vé. | _____ | _____ |

Por su colaboración mil gracias.