UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, ARTE Y COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PALVULARIA

TÍTULO

LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014.

Tesis previa a la obtención de grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Psicología Infantil y Educación Parvularia.

AUTOR

JORGE LUIS VILLAVICENCIO GUTIÉRREZ

DIRECTOR DE TESIS

DR. AMABLE AYORA FERNÁNDEZ

LOJA – ECUADOR
2015

CERTIFICACIÒN

Dr. Mgs

Amable Ayora Fernández

DOCENTE TITULAR DE LA CARRERA DE PSICOLOGÌA INFANTIL Y EDUCACIÒN PARVULARIA DEL ÁREA DE LA EDUCACIÒN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÒN.

Certifico:

Haber asesorado y revisado el desarrollo de la tesis titulada **LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014,** de la autoría del Sr. Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez.

Por estar sujeta a la tesis a lo que estipula el reglamento de régimen académico de la Universidad Nacional de Loja ante lo cual autorizo su presentación para continuar con los trámites legales pertinentes a la graduación respectiva.

Loja, julio 2014

Dr. Mgs. Amable Ayora Fernández

DIRECTOR DE TESIS

AUTORÍA

Yo, Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez, declaro ser autor del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el repositorio institucional-Biblioteca virtual.

Autor: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

Firma:
Cédula: 1105582454
Fecha: 10 de febrero de 2015

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DE LA AUTORA, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO.

Yo, Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez declaro ser autor del presente trabajo de tesis titulada: **LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014,** como requisito para optar el grado de: Licenciado en Ciencias de la Educación. Mención: Psicología Infantil y Educación Parvularia; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional:

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plago o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los 10 días del mes de febrero del dos mil quince, firma el autor.

Firma:

Autor: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

Cédula: 1105582454

Dirección: Av. Occidental de Paso Y Vicente paz

Correo electrónico: jlvilla_21@hotmail.es

Teléfono: s/n Celular: 0999143219

Datos complementarios:

Director de tesis: Dr. Mgs. Amable Ayora Fernández

Tribunal de Grado:

Presidenta: Mg. Sc. María Eugenia Rodríguez Guerrero

Primer vocal: Lic. Raquel Ocampo. Mg. Sc.

Segundo vocal: Dra. Ana Lucia Andrade Carrión

AGRADECIMIENTO

Al culminar el presente trabajo de investigación, dejo constancia de eterna gratitud a la Universidad Nacional de Loja y al Área de la Educación el Arte y la Comunicación y en particular a la Carrera de Psicología Infantil y Educación Parvularia, por permitirme que se cumpla mis aspiraciones al bríndame una educación renovada, basada en aspectos científico técnico y humanístico, por ser símbolo eterno de dignidad, sabiduría y valores en formación de la juventud.

A los docentes de la carrera por haber compartido sus sabios conocimientos en la formación profesional durante el trascurso de la carrera.

Expresar mis más profundo y sincero agradamiento al Dr. Amable Ayora Fernández, por su asesoramiento y dirección acertada, que permitió culminar con éxito el trabajo de investigación.

Un cordial agradecimiento a la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas, a sus autoridades, docentes y alumnos, puesto q fueron quienes contribuyeron con su valiosa información, del presente trabajo de investigación.

Autor

DEDICATORIA

Dedico este trabajo principalmente a Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional, con amor y cariño a mis padres Armando y Luisa, por ser las personas que han acompañado durante toda mi trayecto estudiantil y de vida, quien con sus consejos han sabido guiarme para culminar mi carrera profesional, a mis hermanos, Geovanny, Alexandra, que siempre han estado junto a mí y brindándome su apoyo que me animaron a seguir adelante y motivaron a culminar con éxito mis estudios.

Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

BIBLIOTECA: Área de la Educación, el Arte y la Comunicación

Tipo de documento	Autor/nombre del documento	Fuente	Fecha año	ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA UBICACION						OTRAS degradaciones	NOTAS OBSERVACIONALES
				Nacional	Regional	Provincia	Cantón	Parroquia	Barrios comunidad		
TESIS	**Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014**	Universidad Nacional de Loja	2015	Ecuador	Zona 7	Loja	Loja	Sucre	Tierras Coloradas	CD	Lic. Ciencias de la Educación, mención Psicología Infantil y Educación Parvularia

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

MAPA GEOGRÁFICO DEL CANTÓN LOJA

CROQUIS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS

ESQUEMA DE TESIS

- PORTADA
- CERTIFICACIÓN
- AUTORÍA
- CARTA DE AUTORIZACIÓN
- AGRADECIMIENTO
- DEDICATORIA
- UBICACIÓN GEOGRÁFICA
- ESQUEMA DE TESIS

a. TÍTULO
b. RESUMEN (ABSTRACT)
c. INTRODUCCIÓN
d. REVISIÓN DE LITERATURA
e. MATERIALES Y MÉTODOS
f. RESULTADOS
g. DISCUSIÓN
h. CONCLUSIONES
i. RECOMENDACIONES

PROPUESTA ALTERNATIVA

j. BIBLIOGRAFÍA
k. ANEXOS
Proyecto
Índice General

a. TÍTULO

LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014.

b. RESUMEN

La presente investigación se basó en el estudio de, **LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014** En esta tesis se trata de plasmar nuestros conocimientos adquiridos acerca de lo investigado el mismo que servirá para ayudar a mejorar la educación de los niños hay que son el motivo de la inspiración y el futuro de nuestro país, los estados nutricionales es el punto de partida para el ayudarle en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura de los niños y niñas. Los objetivos específicos planteados fueron: Investigar si los estados nutricionales inciden en el aprendizaje inicial de lecto-escritura, Determinar si los estados nutricionales tiene relación directa con la situación social y económica de la vida familiar en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura y por último, Diagnosticar los factores externos que están incidiendo en el desarrollo de los estados nutricionales Para llevar a cabo la siguiente investigación utilicé los siguientes métodos: Método Científico, descriptivo, analítico, inductivo, deductivo, Método estadístico. Las técnicas e instrumentos aplicados fueron: el test de control de desarrollo de aspectos nutricionales para niños de seis años, cuya aplicación fue de forma individual y su finalidad consistió en recopilar información sobre la primera variable y la prueba de conocimientos del aprendizaje inicial de la lecto-escritura, cuya aplicación fue de forma individual y su finalidad fue determinar el aprendizaje de la lecto-escritura, para así poder observar la segunda variable. Obteniendo de esta manera los siguientes resultados: del test de control de aspectos nutricionales para los niños de 6 años; Del total de 30 niños y niñas investigados que representaron el 100%, 10 niños y niñas que equivale el 33,3% presentaron un estado nutricional de tipo leve; 18 niños y niñas que equivale el 60% presentaron un estado nutricional tipo moderado; y de 2 que equivale el 6,7% presentaron un estado nutricional tipo grave. Este total de niños y niñas investigados tienen diferentes niveles de aprendizaje en la lecto-escritura ya sea, Muy satisfactorio, Satisfactorio, Poco satisfactorio. En la prueba de conocimiento, responde de la siguiente manera; De los 30 niños y niñas investigados que se les aplico la prueba de conocimiento, 20 que corresponde al 66,7% presentaron un nivel muy satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto- escritura; 6 que corresponde al 20% que representaron un nivel satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura y de 4 que corresponde al 13,3% presentaron un nivel poco satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura.

ABSTRACT

This research was based on the study of, the States NUTRITIONAL AND HIS INCIDENCE IN THE LEARNING INITIAL OF THE READING - WRITING OF LAS GIRLS AND CHILDREN OF LA UNIT EDUCATIONAL MUNICIPAL LANDS COLORADAS OF LA CITY OF LOJA PERIOD 2014 in this thesis is to translate our knowledge about their research that will serve to help improve the education of children there who are the reason for the inspiration and the future in our country, the nutritional States is the starting point to help you in the initial learning of reading and writing for children. The specific objectives were: to investigate whether the nutritional States affect the initial learning of reading and writing, determine if nutritional States is directly related to the social and economic situation of the family life learning initial literacy and finally, diagnose the external factors that are influencing the development of nutritional States to carry out the following research I used the following methods: Scientific, analytical, descriptive, inductive, deductive method, statistical method. Techniques and instruments applied were: the test of control of development of nutrition for children aged six, whose application was individually and its purpose consisted in collecting information on the first variable and the proof of knowledge of the initial learning of reading and writing, whose application was individually and its purpose was to determine the learning of reading and writingto be able to observe the second variable. Thus obtaining the following results: the test of control of nutrition for children of 6 years; Of the total of 30 children investigated which represented 100%, 10 boys and girls which is the equivalent of 33.3% presented a nutritional state of slight type; 18 boys and girls which is the equivalent of 60% presented a State nutritional type moderate; and 2 which is the equivalent of 6.7% presented a serious like nutritional state. This total of investigated children have different levels of learning in literacy either, very satisfactory, satisfactory, unsatisfactory. In the knowledge test, it responds in the following manner; Of the 30 children investigated that the knowledge test was applied to them, 20 which corresponds to 66.7% presented a very satisfactory level at the initial learning of the reading - writing; 6 which corresponds to 20% which represented a satisfactory level in the initial learning of literacy and 4 corresponding to 13.3% presented an unsatisfactory level in initial literacy learning.

c. INTRODUCCIÓN

Los estados nutricionales forman parte esencial de la educación, que se inicia en los primeros momentos de la vida partiendo después de la escolaridad, desde esta etapa perspectiva, el elemento más sobresaliente de la dimensión educativa que los niños y niñas deben estar en un buen desarrollo estado nutricional para que tenga éxito en el aprendizaje educativo. Ante esta situación el aprendizaje inicial de la lecto-escritura se convierte en un excelente complemento, puede significar un elemento fundamental para el trabajo educativo y para la misma vida, es una de las actividades más completas y formativas que podemos ofrecer a los niños y niñas, además de ser una de las actividades que mayor agrado causan en ellos.

En el país y en la ciudad de Loja, no se le da la respectiva importancia a los estados nutricionales ya sea debido a la falta de interés por parte de la comunidad o la desinformación existente acerca de los beneficios que el aprendizaje inicial de la lecto-escritura tiene sobre el desarrollo integral en los niños y niñas. De igual forma centros infantiles y educativos no le dan la debida acogida para implementarla dentro de su planificación curricular.

Por tal motivo se ha considerado pertinente investigar el siguiente trabajo, titulado: **LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014**.

Para este estudio plantearon los siguientes objetivos: Objetivo general: Realizar un estudio acerca de las influencias de los estados nutricionales y su incidencia en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura Y como Objetivos específicos: Investigar si los estados nutricionales inciden en el aprendizaje inicial de lecto-escritura, Determinar si los estados nutricionales tiene relación directa con la situación social y económica de la vida familiar en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura Diagnosticar

los factores externos que están incidiendo en el desarrollo de los estados nutricionales

En la elaboración del presente trabajo de investigación se utilizó una amplia revisión de literatura en la relación de las dos variables como es: la nutrición, aporte de energía y nutrientes, la pirámide de la alimentación, la edad prescolar, crecimiento físico, como afecta la escolarización a la nutrición, apetito, pica, aprender a comer. El proceso del aprendizaje inicial de la lecto-escritura, al iniciar su lectura en el nivel inicial, el lenguaje a los cinco y seis años, la escuela tiene un papel básico en el momento de la lectura, factores que condicionan la adquisición de la lectoescritura, los actos de leer y escribir, evolución y estimulación, pasos a seguir en una actividad de lectura en preescolar.

Se utilizaron los siguientes métodos. Método Científico que sirvió para realizar las observaciones para determinar el problema, sustentarlo teóricamente y así poder ejecutar la investigación, el método descriptivo permitió evidenciar y detallar la problemática planteada para describir la situación de las dos variables de investigación, el método analítico permitió analizar y criticar prepositivamente conceptos, teorías y concepciones , sintetizando, interpretando y permitiendo la verificación de los objetivos, el método deductivo permitió la elaboración de definiciones y conceptos de las dos variables, también elaborar las conclusiones y recomendaciones, el método inductivo permitió tabular y analizar la información obtenida de la aplicación de las técnicas e instrumentos, y el método estadístico permitió la reproducción de cifras de los resultados obtenidos en el trabajo de campo.

Para la recolección de información se utilizó el test de control de desarrollo de aspectos nutricionales para niños de seis años estructurada de 20 ítems que se aplicó a los padres de familia con la finalidad de establecer la importancia de los estados nutricionales. Para medir la segunda variable se aplicó una prueba de conocimientos del aprendizaje inicial de la lecto-escritura a los niños y niñas, con la finalidad de conocer

el desarrollo del aprendizaje inicial de la lecto- escritura, el universo de estudio lo constituyen 1 maestra y 30 niños y niñas; que asisten normalmente a la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas.

Procesando y contrastando la información de la investigación de campo se llegó a las siguientes conclusiones: Con el test de control de aspectos nutricionales para los niños de 6 años se obtuvo de la siguiente manera: Del total de 30 niños y niñas investigados que representaron el 100%, 10 niños y niñas que equivale el 33,3% presentaron un estado nutricional de tipo leve; 18 niños y niñas que equivale el 60% presentaron un estado nutricional tipo moderado; y de 2 que equivale el 6,7% presentaron un estado nutricional tipo grave. Este total de niños y niñas investigados tienen diferentes niveles de aprendizaje en la lecto-escritura ya sea, Muy satisfactorio, Satisfactorio, Poco satisfactorio.

En la prueba de conocimiento, responde de la siguiente manera; De los 30 niños y niñas investigados que se les aplico la prueba de conocimiento, 20 que corresponde al 66,7% presentaron un nivel muy satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto- escritura; 6 que corresponde al 20% que representaron un nivel satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura y de 4 que corresponde al 13,3% presentaron un nivel poco satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura.

Al concluir la presente investigación se generan algunas recomendaciones como: Se recomienda a los padres de familia administrar una dieta balanceada rica de vitaminas y minerales (frutas, verduras, y hortalizas) de acuerdo a la edad de los niños y niñas. Concienciar a padres de familia y a la maestra de estar permanentemente informados sobre alimentación infantil les va a permitir mejorar sus hábitos alimenticios, utilizar adecuadamente la pirámide alimenticia, combinar bien los alimentos, saber la cantidad necesaria de alimentos y nutrientes que necesitan los niños y niñas. Motivar a los padres de familia

que practiquen las lecturas dentro del hogar para que sea un ejemplo y se fomente el hábito hacia la lectura.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

LA NUTRICIÓN

La alimentación es uno de los procesos básicos en el desarrollo de todos los seres vivos. Por esa razón, los padres debemos ser conscientes de la importancia que para nuestro hijo tiene una correcta nutrición, desde las edades más tempranas, en el desarrollo de su crecimiento y en general en toda la vida. El interés que en nuestra sociedad despierta tanto la dietética como la nutrición, ha sido fruto del exceso de alimentación y por tanto, del control que se hace de su estudio. Debemos ser conscientes de que estos alimentos son determinantes en la prevención de enfermedades**.** Gross. E (2004)

La nutrición está integrada por un complejo sistema en el que interaccionan el ambiente (que influye en la selección de alimentos, frecuencia de consumo, tipo de gastronomía, tamaño de las raciones, horarios, etc.), el agente (agua, energía y nutrientes) y el huésped (es decir, el niño con sus características fisiológicas). Si en el adulto la nutrición tiene por objeto el mantenimiento de las funciones vitales y la producción de energía en su sentido más amplio, en el niño adquiere una dimensión mayor, al ser el factor determinante del crecimiento e influir de forma importante en el desarrollo (maduración funcional). Franch A, Castellano G. (2007)

Es evidente que es un tema importante, al que hay que prestar la debida atención, pues es primordial que los padres generemos el entorno adecuado para favorecer la creación de hábitos de alimentación correctos en nuestros hijos: Que coman de todo, en cantidades suficientes para su desarrollo y además que su relación con la comida sea positiva**.** Bartolomé A. (2011)

Necesidades nutricionales en la infancia

Existen orientaciones de carácter general sobre las necesidades de energía y nutrientes en estas etapas de la vida. Traducidas en frecuencia

de consumo de alimentos y raciones, nos pueden ayudar a diseñar una dieta saludable, si bien se deberá tener en cuenta que las recomendaciones nutricionales deben adaptarse a las características individuales.

En la medida de lo posible, hay que respetar los gustos personales, porque hay muchas formas de alimentarse, aunque una sola forma de nutrirse.

Los alimentos son los “envases naturales “que contienen las diferentes sustancias nutritivas que el organismo necesita. En los distintos grupos de alimentos: carnes, pescados, frutas, verduras, hortalizas, legumbres, cereales, lácteos…, siempre puede haber uno que, aportando el mismo valor nutritivo, responda al gusto de quien lo consume.

Aporte de energía y nutrientes

Energía:

Todos los alimentos, en función de su contenido en nutrientes, aportan calorías, en mayor o menor grado. Los alimentos al consumirse liberan estas calorías energía que nos permiten crecer, trabajar, practicar un deporte, etc.

Proteínas:

Las necesidades de proteínas se expresan en relación con el peso corporal correcto, el que corresponda a la estatura y desarrollo. Son muy altas en los lactantes, disminuyen posteriormente y se elevan de nuevo en la pubertad.

- **Hidratos de carbono**

La presencia de hidratos de carbono es esencial para cubrir las necesidades energéticas, por lo que hay que estimular el consumo de los alimentos que los contienen. Hay dos modalidades de hidratos de carbono: los complejos, como los que se encuentran

en los cereales; y los simples, como el azúcar. Una alimentación saludable debe contar con cantidades adecuadas de ambos, pero con un predominio de los complejos.

- **Grasas**

  La cantidad de grasas consumida en los países del mundo occidental es superior a la aconsejada. Se recomienda disminuir el contenido de este nutriente en la dieta, muy especialmente las grasas de origen animal (saturadas). Por el contrario, se aconseja el consumo de grasas de origen vegetal (mono insaturadas) sobre todo el aceite de oliva.

  El abuso de alimentos grasos y la fritura como procedimiento habitual en la cocina, aumentan el valor calórico de la dieta y contribuyen a la obesidad

- **Vitaminas**

  Las vitaminas son sustancias nutritivas esencia- les para la vida, que se encuentran disueltas en los alimentos, en el agua o grasa de composición. El mejor medio para asegurar un aporte adecuado de todas las vitaminas es proporcionar al escolar una alimentación variada, con una elevada presencia de frutas y verduras.

  La expresión “5 al día” sintetiza el número de raciones de frutas y verduras que hay que tomar.

  Las vitaminas se deben comprar “en el mercado”, al adquirir alimentos que las contengan, y sólo se debe recurrir a suplementos cuando el médico lo aconseje.

- **Alimentos ricos en vitaminas A y C**

  • Verduras: zanahoria, pimiento rojo y verde, tomate, coliflor.

  • Frutas: naranja, kiwi, fres, pera, manzana, melón

- **Alimentos ricos en vitaminas del complejo B**

  Carnes y pescados variados, huevos y productos lácteos Merece una especial mención el folato o ácido fólico, que se encuentra en las verduras y frutas.

- **Minerales**

  Igualmente los minerales son esenciales para la vida. Algunos se requieren en cantidades superiores a 100 miligramos por día (calcio, fósforo, sodio y potasio) y otros se necesitan en cantidades meno- res (hierro, flúor, yodo, cobre, zinc, selenio, etc.).

  Vamos a referirnos a algunos de ellos:

❖ **El calcio**

Las necesidades de calcio son altas en este periodo de la vida, especialmente en la adolescencia, por lo que la alimentación debe ser rica en pro- ductos que lo contengan de la forma más asimilable.

El calcio es esencial para la formación del esqueleto y, finalizada la adolescencia, hay que mantener buenos niveles de este mineral en la dieta, para reparar las pérdidas que se producen a medida que se alcanza la edad adulta. La osteoporosis –pérdida de calcio óseo en la madurez–, constituye un problema importante de salud pública. Se manifiesta especialmente en las mujeres, por lo que hay que conseguir un buen esqueleto de partida –formado en la infancia y adolescencia–, seguir una dieta rica en calcio y practicar el adecuado ejercicio físico.

❖ **El hierro**

Las necesidades de hierro son muy elevadas durante los periodos de crecimiento rápido, por lo que el aporte de este mineral es esencial en la edad escolar. En el caso de las niñas, a partir de la pubertad las hemorragias menstruales constituyen una pérdida de

hierro relativamente importante, por tanto la presencia de este mineral en su dieta debe ser mayor que en la de los chicos.

- **El yodo**

  Las necesidades de yodo aumentan moderadamente en la pubertad, sobre todo en las chicas.

  El consumo de sal yodada para condimentar las comidas es una práctica deseable, porque garantiza la presencia de este importante mineral en la dieta. Esto no significa que deba aumentarse el aporte de sal en los alimentos, pues su adición siempre tiene que ser moderada.

- **El flúor**

  La caries dental constituye un problema importante de salud pública. La acción favorable del flúor está comprobada como protector de las agresiones de los ácidos orgánicos que producen los gérmenes cariogénicos de la placa dentaria.

  Se puede utilizar sal fluorada o comprimidos de fluoruro de sodio si el pediatra lo aconseja, así como dentífricos fluorados o colutorios de flúor, que son excelentes medios para combatir este problema. López C. (2010)

La pirámide de la alimentación

La pirámide de la alimentación es una guía gráfica que intenta reflejar, de una manera sencilla, las relaciones cuantitativas y cualitativas entre los 7

grupos de alimentos, Siendo el vértice el área de restricción y limitación. La Pirámide ayuda a seguir una dieta sana todos los días.

La pirámide alimentaria se basa en la variedad y flexibilidad (permite una amplia selección de alimentos dentro de cada grupo, sin establecer una preferencia determinada y ajustándose al tipo de vida y preferencias de cada individuo) y en la proporcionalidad, reflejada por el equilibrio cuantitativo y la limitación y restricción de unos alimentos con respecto a otros.

Constituye un método excelente como patrón didáctico para la enseñanza y recomendaciones a la población, ya que es práctica y además expresa de forma gráfica las raciones recomendadas para el consumo de cada grupo de alimentos, en un periodo de tiempo determinado (diario, semanal).

Todos los grupos de alimentos se encuentran representados en la pirámide, organizándose en 6 bloques distribuidos en 4 filas:

1 Fila Pan, cereales, pasta y patatas Todos estos alimentos se encuentran en el mismo bloque

2. Fila Hortalizas + frutas, Distribuidos en dos bloques

3. Fila Leche, yogur y queso + carnes, huevos pescados, aves y legumbres

En esta fila también hay dos bloques de alimentos

4. Fila Grasas, aceites y dulces Todos en un bloque, en la cúspide de la Pirámide Los alimentos podrán reemplazarse por otros del mismo bloque pero no por otro de un bloque diferente, aunque pertenezca a su misma fila.

La pirámide incluye un conjunto de consejos básicos que, de manera educativa, intentan lograr que la población conozca en qué consiste una alimentación equilibrada, pilar de la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad.

Desde hace años, la pirámide de la alimentación, se ha convertido en la principal referencia en materia nutricional, como una fórmula gráfica de integrar todos los alimentos propios de nuestra dieta de forma racional y saludable.

La edad prescolar

En la edad preescolar, el ritmo de crecimiento continúa ralentizándose. Los niños de edad prescolar experimentan un crecimiento medio entre 7,60 y 10,15 cm/año, junto con una ganancia anual de peso de entre 2,30 y 2,75 kg. Debido al crecimiento ralentizando, a menudo el apetito de los niños de edad prescolar disminuye notablemente. Thompson J, Manore M, Vaughan L. (2008)

La edad de 2 a 5 años se caracteriza por una participación activa cada vez mayor en la vida familiar. Los niños preescolares maduran en lenguaje y capacidades sociales relacionadas con la alimentación. Las comidas deben convertirse en situaciones importantes tanto nutricionales como sociales y se deben alejar hasta donde sea posible de las tensiones del día y de las preocupaciones de la vida familiar. Un horario regular para los alimentos que incluya el desayuno es importante alcanzar los requerimientos energéticos que van en aumento.

Durante este periodo de vida, el niño está sujeto a influencias del medio (sobre todo la televisión) con respecto a la selección de alimentos. Es un reto para la familia enfrentarse con estas presiones externas de manera que no dicten los hábitos de alimentación del niño.

Crecimiento físico

En el primer año, el infante puede haber tenido un incremento de 25cm en longitud. Durante el segundo año, es más probable que el aumento sea de 11 a 13 cm. En tercer año, la estatura aumenta solo 8 a 9 cm y en los tres años siguientes aproximadamente 7cm/año. Las proporciones corporales cambian con un crecimiento más rápido del troco y de las piernas que de la cabeza. En promedio, el aumento de la circunferencia

cefálica en el primer año es casi de 12 cm, pero en el segundo año es de sólo 2 a 2.5 cm, en el tercer año aproximadamente 1.2 cm y de allí en adelante menos de 1 cm de aumento por año. Como resultado, la conformación general del niño preescolar da cada vez menos la impresión de tener una cabeza desproporcionadamente grande y un cuerpo corto. Al fin del periodo preescolar la cabeza habrá alcanzado el 90% de su tamaño adulto. Por otra parte, aunque ahora el crecimiento del cuerpo es más rápida que el crecimiento cefálico, a los seis años el niño habrá alcanzado sólo el 65 a 70% de su estatura adulta.

Las extremidades crecen con una tasa más rápida que el tronco durante los años preescolares así como durante la niñez. Por lo tanto, al final del sexto año el niño es más alto, pero con una cabeza más pequeña y con piernas más largas en relación al tamaño total.

El aumento de peso en el segundo año es inferior a la mitad del aumento del primer año, promediando cerca de 2.5 kg en vez de 6 a 7 kg. Durante el resto del periodo preescolar, el aumento de peso promedio por año es de aproximadamente 2kg/año. Algunos niños pueden tener una pérdida de peso temporal, lo cual no sorprende debido a la actividad física que aumenta y de algún grado de anorexia que se ve comúnmente a esta edad. Beal. V (2000)

Nutrición en el ciclo de la vida

Como afecta la escolarización a la nutrición

La escolarización puede afectar a la nutrición de los niños de varias formas. En primer lugar en los agitados momentos entre caminar y salir por la puerta, muchos niños minimizan, los desayunos o se lo saltan por completo. Los niños de edad escolar que no desayunan no pueden comer nada hasta el almuerzo. Si pasan toda la mañana con hambre, es más probable que no hagan bien los deberes, que presten menos atención en clase y q tengan más problemas de conducta que los compañeros que hayan desayunado.

Otra consecuencia de la escolarización es que, sin nadie que controle lo que comen, los niños no siempre consumen la cantidad adecuada de alimentos. Pueden pasar el tiempo de la comida conversando o jugando con los amigos en vez de comiendo. Si se compra un almuerzo escolar, pueden comer determinados alimentos que se sirven o que sus compañeros les influyan para que eviten comer determinados alimentos con comentarios como: Este brócoli esta asqueroso. Incluso es otros alimentos menos nutritivos. Muchos niños comen rápido para poder pasar más tiempo jugando en el recreo, en consecuencia, ahora algunos colegios envían a los estudiantes al recreo primero, lo que deja tiempo a los niños para que gasten toda su energía contenida al tiempo que se les abre el apetito y siente sed.

Apetito

Casi al final del primer año, el infante empieza a mostrar poco interés por la comida. La reacción del niño ante el alimento puede estar muy relacionada con su lucha por la independencia. Además de querer vestirse sin ayuda o de hacer otras tareas independientemente. El rechazo de la comida también es una expresión de independencia, en particular cuando los padres muestras preocupación. La fuerza del lenguaje es otra área de desarrollo, y el niño puede decir no al ofrecerle comida que por lo general le gusta, supuestamente porque la satisfacción de la auto-expresión es mayor que la satisfacción de comer su alimento favorito.

El hambre del niño varia de un día a otro y los alimentos que rechaza un día los come con placer al día siguiente. También en esta edad existe una tendencia al inicio de la separación entre los que desayunan y los que no desayunan. Algunos niños que rechazan el desayuno poco después de levantarse, tendrán deseo de comer después de que se les deje jugar por un rato; otros prefieren no tomar el desayuno pero les da hambre y desean alimento a la mitad de la mañana.

Aunque existen un patrón común de aceptación y rechazo de alimentos existen amplias variaciones individuales en el ritmo, el grado y la duración de la anorexia. Muchas madres están convencidas de que sus niños comen menos, pero una historia dietética cuidadosa generalmente revela que la ingesta calórica se ha estabilizado y que en realidad sólo por poco tiempo el niño disminuye su consumo total de alimentos. Es más común que se sustituyan algunos alimentos de las comidas por golosinas y por alimentos con alto contenido de carbohidratos, con lo cual mantiene la ingesta de energía.

La disminución del consumo de leche generalmente es de larga duración y un aumento puede no ocurrir hasta la edad escolar. Las ingestas de otros alimentos cambian de día a día o de mes a mes. El poco entusiasmo por los alimentos puede durar sólo pocos meses o continuar durante casi todo el periodo preescolar. Por lo tanto las reglas habituales para estimular el apetito de un niño son útiles pero pueden ser no muy afectivos. Un arreglo cómodo de la mesa y de la silla, unos utensilios fáciles de manejar, alimentos atractivos cortados a un tamaño que el niño pueden manejar fácilmente y porciones iniciales pequeños con porciones adicionales según el niño lo solicite, puede despertar más deseos de comer, pero la anorexia se verá poco afectada. La indulgencia o la rigidez de los padres parecen tener poca influencia sobre la duración del problema.

Ya que el mal apetito y el desinterés por la comida que el preescolar presenta son auto-limitados, no necesitan ser de mayor preocupación en la mayoría de los niños, aunque es comúnmente asegurar que los alimentos con alto contenido de nutrientes reciban prioridad. Si el niño preescolar parece sano, tiene una energía normal y crece a un ritmo aceptable, los padres pueden aceptar el cambio en el patrón de alimentación como una características esperada en este grupo de edad.

Pica

La mayoría de los niños empiezan a llevarse objetos a la boca a la mitad del primer año como parte de la etapa del desarrollo normal mano a boca. Este tipo de actividad generalmente desaparece al principio del segundo año. Su persistencia después de los 18 meses, en especial cuando incluye

un antojo por sustancias no alimenticias particulares se puede considerar normal. Se ha reportado que la pica en los niños incluye el comer lodo, briznas de pintura, yeso, papel, crayones y otros objetos. La mayor incidencia es entre el año y medio y los 2 años de edad y luego disminuye la costumbre pero en algunos niños persiste hasta los 4 a 6 años.

La incidencia más elevada de la pica se presenta en edades en las que es común la anemia ferropriva y se ha investigado una relación causal. Algunos has sostenido que la anemia causa la pica al crear un deseo por esas sustancias. Otros han propuesto que la pica limita el consumo de alimentos nutritivos o inhibe la absorción de hierro y por lo tanto ocasiona anemia. Se ha reportado que el tratamiento con hierro es efectivo para curar la pica, pero tales estudios generalmente se han realizado sin llevar un control.

Aprender a comer

Si queremos que los escolares, al llegar a la edad adulta, practiquen unos hábitos alimentarios saludables y propios de la cultura de su zona geo-gráfica, influidos por sus propios gustos y los de su familia, hay que “presentarles” los alimentos.

En la infancia y adolescencia conocemos los alimentos y sus diferentes combinaciones, a través de la gastronomía que se practica en la familia de origen y en las experiencias sociales (comida con familia, amigos comedor escolar, etc.), y cada persona va mostrando sus preferencias. Es difícil que un niño aprenda a comer bien si no ha entrado en contacto con una gran variedad de productos. Por eso, al igual que se transmiten

pautas de higiene personal, se debe hacer el esfuerzo de educar en alimentación y nutrición.

La educación nutricional exige de los padres paciencia, dedicación, no hacer concesiones inaceptables y un cierto respeto por el apetito del niño, siempre que el crecimiento y desarrollo del mismo, a juicio del pediatra, se encuentre dentro de la normalidad. Los padres que se preocupan en exceso por la comida pueden llegar a crear en sus hijos una dependencia no saludable en un acto que debe ser normal y placentero. Los niños, como los adultos, pueden tener variaciones en su apetito relacionadas con las distintas fases de su desarrollo. Hay épocas en las que el crecimiento se estaciona o es más lento y sus exigencias nutricionales son menores. Por el contrario, hay etapas en las que el escolar come con gusto y en abundancia como respuesta a la demanda de nutrientes que su organismo necesita para crecer. Esta situación debe ser entendida por la familia. López. C (2010)

APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA

La lectoescritura se suele presentar como las dos caras de una misma, puesto que constituyen procesos de utilización de un mismo código: decodifican un mensaje, la lectura comienza por la percepción de las letras, pasa por su re-cifrado en sonido y termina con la identificación del significado de la palabra, la escritura va desde la representación de la expresión que procede anotar, pasa por su análisis sónico y termina en el re-cifrado de los sonidos (fonemas) en letras (grafemas).

El sistema de lectura está formado por cuatro módulos autónomos que interactúan entre sí:

Procesos perceptivos: percibir los símbolos escritos, extraer la información gráfica del texto, a ésta se la almacena durante un tiempo en la memoria y se hace un análisis visual como una unidad lingüística. Procesos léxicos: hace referencia al conjunto de operaciones necesarias para llegar al conocimiento de palabras que estarían almacenadas en un

léxico interno. Procesos sintácticos: entre sí, estructura gramática del lenguaje Lou. M. (2011)

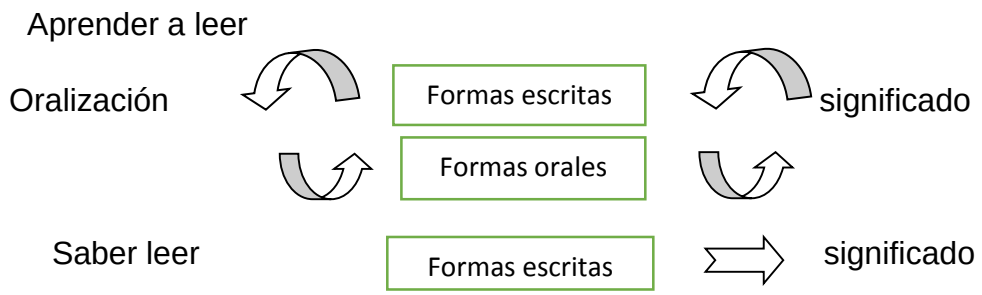
Procesos semánticos: tiene como meta la comprensión de las palabras, frases y del texto extracción literaria. El sistema de escritura está formado por cuatro módulos autónomos que interactúan entre sí: Planificación del mensaje: consiste en seleccionar de su memoria a largo plazo lo que va a transmitir y la forma de hacerlo de acuerdo al objetivo propuesto. Construcción sintáctica: una vez que sabemos que escribimos, atendemos los procesos sintácticos, el tipo de oración y la colocación de signos ortográficos.

Proceso léxico: una vez tomada la decisión, la palabra elegida tendrá una formación lingüística determinada, producción motora: una vez que conocemos los grafemas y la secuenciación de los mismos, debemos elegir una correspondiente letra así mismo el patrón motor (movimientos coordinados). Jiménez, J. (2010)

Lectura y Escritura

La lectura, en sentido estricto, constituye el acceso al código convencional e implica adquirir la conciencia lingüística por parte del lector abordando una triple fase global-natural, fonológica-alfabética y semántica.

Así Foucambert (1989, 26) representa del siguiente modo el aprender a leer y el saber leer:



Para este autor la lectura es la captación inmediata de un significado en lo escrito; obtener una información; trabajar sobre un simbolismo concreto.

La lectura según el no es desciframiento, puesto que esto solamente aporta la posibilidad de oralizar los signos, lo cual es un paso intermedio totalmente insuficiente. Es preciso extraer el significado directamente de los signos gráficos, pues de lo contrario la oralización constituiría un obstáculo para la compresión lectora.

La escritura, por su parte, en sentido estricto, como actividad de expresión personal creativa implica diversos procesos cognitivos y tares diferentes.

García Nuñez (1990) analiza la escritura desde un enfoque psicomotor y neuropsicológico. En el primer caso, la escritura como acto motor complejo, pasa por tres etapas diferentes:

1. Identificación de cada uno de los componentes.
2. Encadenamiento en una unidad ms compleja.
3. Automatización: etapa en la que el sujeto ocupa la actividad mental en resolver el problema simbólico el tèmporo- espacial de las etapas anteriores.

Desde el punto de vista neuropsicológico, coincidiendo con la teoría de la organización funcional del cerebro de Luria (1984) reconoce los siguientes procesos en la escritura:

1. Reconocimiento de los fonemas: análisis auditivo.
2. Articulación: conversión de la unidades fónicas de la palabra en impulsos motores.
3. Codificación de las unidades sonoras (fonemas) en unidades visuales (grafemas).
4. Análisis secuencial, característicos de todo lenguaje superior.

Estas formas de entender la escritura hacen referencia a la composición, expresión, etc.., es decir a una escritura productiva; sin embargo también existe la reproductiva, bien en una copia de algo escrito, bien en un dictado o escritura mecánica.

Esto implica una sistematización en sus intervenciones fruto de una preparación previa, tanto en la diversidad e estímulos ambientales y materiales didácticos, como en la secuenciación de los pasos a seguir con un criterio de dificultades creciente; con ello provocara una respuesta eficaz del alumno y asegurara, en gran medida, el éxito en el aprendizaje. Lebrero. M (1998)

Especialización del profesorado en educación infantil.

El proceso de la lectura

El proceso de la lectura es una habilidad de tipo lingüístico, que debe ser descontextualizado y se caracteriza porque el hablante y el oyente no comparten directamente la experiencia que está siendo comunicada, una buena capacidad lectora que tengan los niños con canciones y rimas les ayudaran a familiarizarse con los fonemas además de proporcionar experiencias de juego con el lenguaje

Hay dos teorías fundamentales que han intentado explicar los procesos que se ponen en marcha durante la lectura, Teoría abajo-arriba: se destaca en procesos perceptivos y fonéticos de bajo nivel así como su influencia en el funcionamiento cognitivo superior, es el conocimiento de características (letras y recuperación léxica) permitiendo la identificación y decodificación de palabras.

Teoría arriba-abajo o de solución de problemas destacan el esfuerzo cognitivo de extraer el significado, como la formación de conceptos, las inferencias y los significados sobre procesamiento de información. Un niño necesita aproximadamente medio segundo para reconocer una palabra familiar, mientras que los adultos solo necesitan la mitad de ese tiempo.

El desarrollo de la lectura comienza en la denominada etapa alfabética y las capacidades metalingüísticas necesarias para integrar el sistema se sonidos a la escritura; los niños con dificultades de lenguaje suelen tener

deficientes para reconocer rimas, los nombres de las letras y otros conceptos relacionados con el material escrito Owens,R.(2003)

El proceso de la escritura

El proceso de la escritura no es una mera transcripción del lenguaje oral. Los niños deben aprender a utilizar construcciones distintas de las que emplean cuando hablan. Al principio las estructuras de ambos sistemas son muy parecidas, aunque de las escritura muestran una menor madurez. Probablemente, esto se deba a que el proceso físico de la escritura es muy laborioso. Sin embargo, una vez que la escritura se ha automatizado, la gramática de la lengua escrita se hace más sofisticada que la de la lengua hablada.

En general el lenguaje escrito es más formal y más complejo, y sus estructuras más frecuentes reflejan esta característica; hacia los 12 o 13 años la sintaxis que se utiliza al escribir supera con mucho la que se utilizan para hablar, se trata de un proceso gradual que va incorporando progresivamente estructuras cada vez más sofisticadas.

El proceso de escribir se parece al de dibujar en cuanto ambos requieren la interpretación de símbolos; la mayoría de preescolares mantienen algún tipo de relación con la escritura ya sea mediante las caras a los reyes magos, invitaciones a fiestas de cumpleaños, entre sí, su escritura atraviesa por una serie de etapas que parten de los dibujos y pasan por los garabatos hasta llegar a crear formas simples a letras, ejemplo: del dibujo del niño de 5 años al principio el juego, el dibujo, la escritura y el lenguaje están entrelazados.

Al principio los niños simulan escribir, aunque no conozcan siquiera el nombre de las letras, o que la escritura representa palabras; las palabras más conocidas como el propio nombre de niño, les ayudan a comprender que cada letra representa un sonido diferente, en ocasiones los niños intentan imponer cierta regularidad en un sistema de escritura asociando de manera aleatoria sonidos con letras.

Cuando iniciar el proceso de enseñanza aprendizaje

Durante bastante tiempo ha estado bastante generalizado el concepto de madurez lector como aptitud para aprender a leer, de momento óptimo para iniciar el proceso de lectura, hacer superado determinadas pruebas.

Desde que el niño acudía a un centro (guardería, jardín de infancia, preescolar, etc.) se le proporcionaba materiales una serie de cuadernitos con idénticas características, con múltiples ejercicios básicamente de percepción visual y orientación de modelos, ejercicios de coordinación viso-motora, espacio temporales, etc. A este respecto recogemos solamente una opinión bastante ilustrativa (Rodríguez, 1987) las fichas tradicionales para madurar al niño de cada a la lectura, han aportado a nuestros aulas buen rentabilidad ocupacional en los niños gran parte del día con las fichas y buen rendimiento económico a editoriales de carácter nauro-perceptivo.

Al finalizar aquella etapa escolar, el profesor de clase o algún experto, aplicaba una de las pruebas de madurez más conicidad. De acuerdo con los resultados, se procedía a iniciar o no el proceso de enseñanza. La justificación estriba en la consideración de la lectura dese un enfoque perceptivo-motor para lo cual era preciso entrenar al alumno incamente en esas habilidades.

En un paso más adelante, finales de la década de los setenta y los ochenta, basándose en el enfoque psicolingüísticos, diferentes investigadores de países diversos (ingleses, franceses y españoles) demuestran que la competencia lingüística, el tener una claridad cognitiva sobre la naturaleza y utilidad de la lectura, el tener un idea clara de la relación entre lenguaje oral y escrito, el entrenamiento en habilidades metalingüísticas (capacidad de reflexión sobre las unidades de habla) y la capacidad para sementar palabras en su diferentes unidades silabas y fonemas en la etapa infantil, tienen una relación muy estrecha con el éxito lector si bien no está suficiente demostrado cuales son los auténticos prerrequisitos de la madurez lectora.

La lectura en el nivel inicial

La lectura es uno de los aprendizajes más importantes que dará paso a la construcción creciente de futuros aprendizajes y conocimientos. Al ser un contenido de semejante magnitud, su enseñanza ya está presente en el nivel inicial

En el primer nivel de la educación inicial el objetivo no es enseñar directamente a leer, sino practicar habilidades que darán acceso a una equilibrada madurez para la verdadera actividad lectora.

Acompañando estas habilidades se debe despertar en el niño el interés por la lectura tanto por placer como por necesidad. La mayoría parte de las actividades de estimulación lectora se centrara en el trabajo con el vocabulario y con el habla.

La riqueza de vocabulario y la claridad del habla son necesarias para la enseñanza de la lectura; al igual que una buena discriminación visual y auditiva y una buena actividad referida a la atención y a la memoria. Para poder iniciar el trabajo previo a la lectura, hay factores determinados que el maestro debe tener en cuenta

- Capacidad cognitiva
- Lenguaje
- Oído y vista

El maestro de jardín de infantes en el gran abanico de actividades que realiza a diario debe comprobar constantemente la participación correcta de la vista, la audición y el lenguaje, como así mismo las capacidades de ejecutar que tiene un niño.

El primer paso en el proceso de enseñanza de la lectura es enseñar a leer o sea descifrar carteles o gráficas para luego enunciarlos oralmente. En este primer tiempo de aprendizaje, el niño hace una lectura global de lo que ve con lo cual son más prácticas las carteleras imágenes que los libros en sí mismo.

- Lectura global

En esta primera lectura, el maestro ensuciara todo lo que ofrece la imagen haciendo hincapié en los términos o vocablos nuevos. Estos carteles deberán ser trabajados reiteradas veces. Es importante la entonación con la que el maestro lee el cartel y la gesticulación que vaya acompañando al despliegue de cada palabra señalando cada vocablo leído.

- Lectura carteles

Deben ser concretos y claros:

- Letra de tamaño grande
- Una oración por reglón
- No separar en silabas
- Caligrafía correcta.

- Lectura sintética

Este será el segundo paso de la lectura, el cual consiste en diferenciar letras de dibujos y así empezar la discriminación de una palabra escrita con su correspondiente fonema e imagen.

Este ejercicio contribuye también al enriquecimiento del vocabulario. En el último periodo de sal de 4 años y en preescolar sala 5 años, la enseñanza de la lectura se perfila en el aprendizaje, fijación y memorización de las letras del alfabeto en cuanto a su pronunciación y reconocimiento del grafema. Narvarte. M (2008)

El lenguaje a los cinco y seis años

Entre los cinco y seis años el lenguaje va a quedar prácticamente estructurado. El niño utiliza correctamente las particulares gramaticales empieza a formar oraciones completas y bien construidas incluso frases subordinados y condicionales y posee un vocabulario 2000 palabras que es capaz de aplicar con bastante soltura y precisión.

La paulatina maduración del mensaje verbal que hemos situado aproximadamente a los 3-4 años, es decir en el periodo final de la etapa anterior, le ha permitido empezar a darse en cuenta de que el habla puede utilizarse para transmitir las propias necesidades y deseos a los demás.

La escuela tiene un papel básico en el fomento de la lectura

Es, verdad también depende si el docente los alimenta a leer. Además se recomienda usar libros bien diferenciados: un libro debe usarse para divulgación de conocimiento, libro de texto o manual escolar y otro distinto para fomentar la lectura. Que el niño vea la lectura como tomarse un respiro que la disfrute.

Factores que condicionan la adquisición de la lectoescritura

Los lineamientos curriculares el nivel inicial dicen que, durante esta instancia se debe preparar al niño para adquisición e lectoescritura. Esta etapa se denomina iniciación a la lectoescritura.

Etapa de iniciación a la lectoescritura tiene por objetivo la preparación física y psicológica del niño para lograr ya facilitar el aprendizaje de la lectoescritura. Los objetivos según el currículo escolar son los siguientes:

1. Lograr la adaptación al medio escolar, adquisición de hábitos.
2. Lograr través de la practica el desarrollo de la discriminación visual u auditiva
3. Estimular el desarrollo senso-perceptivo
4. Estimular y desarrollar la coordinación viso motora
5. Dominio del esquema corporal
6. Definición de la lateralidad
7. Estimular y desarrollar las nociones espacio-temporales
8. Ejercitar la atención la concentración la compresión y la memoria
9. Lograr la organización del trabajo áulico para evitar la desatención y fatiga.

Dentro de los factores pedagógicos, hay que destacar el rol del docente y su desempeño como agente de enseñanza. La tarea de detección y prevención cuando un niño no responde adecuadamente al aprendizaje lo transforma en un agente directo que se involucra de manera constructiva o destructiva. Sin duda hasta se puede decir que el éxito o el fracaso en el aprendizaje principalmente en esta primera etapa depende el maestro quien través de sus conocimientos psicológicos, cognitivos, lingüísticas y pedagógicos.

Detectar y abordar precozmente aquellos casos en los que el aprendizaje se ve perturbado, ayudando a la familia a comprender el problema y a seguir los pasos necesarios para l recuperación del niño, es una actitud que habla de éxito educativo.

Una de las herramientas que ayuda al docente en esta etapa del aprendizaje es el diagnostico preventivo de los niños que ingresan al 1er año escolar.

Los actos de leer y escribir

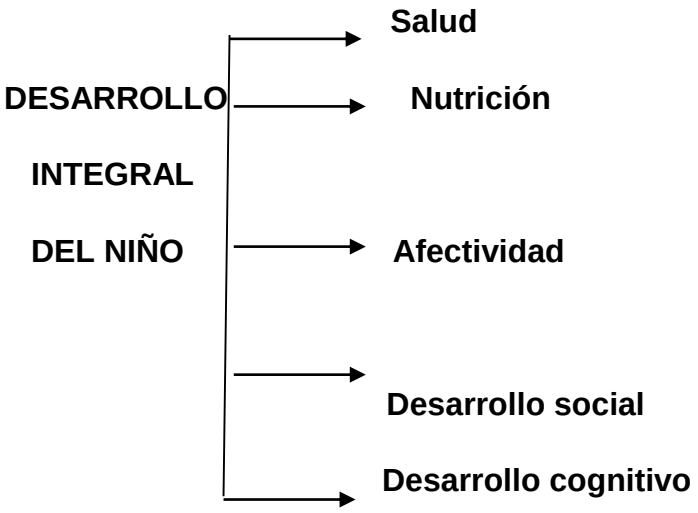
La lectura comienza por la percepción del conjunto de las letras, pasa por su re-cifrado en sonidos y terminan con la identificación del significado de la palabra.

La escritura va desde la representación de la expresión que procede anotar, pasa por su análisis sónico y termina en el re-cifrado de los sonidos (fonemas) en letras (grafemas). Lou. M. (2011)

Evolución y estimulación

El proceso de enseñanza-aprendizaje de la lectoescritura no se inicia con la introducción a los grafemas y a los fonemas, si bien es el aprendizaje directo. Este proceso tiene una ejercitación indirecta previa que es la que está asociada a las actividades del esquema corporal, lateralidad, ritmo y orientación espacial y temporal, que dan paso a las nociones psico perceptuales necesarias para la lectoescritura y son el objetivo mayor durante el nivel inicial o preescolar.

La evolución y la estimulación de estas nociones y funciones, sintéticamente quiero dejar claro los siguientes conceptos:



Si estas áreas se encuentran en buenas condiciones, dentro de un desarrollo normal, podríamos decir que hay equilibrio y que el aprendizaje se implantara favorablemente.

Pasos a seguir en una actividad de lectura en preescolar

1. Preparación del cuento. Observación del título y la tapa del libro. comentario de vocablos nuevos que aparecerán en el cuento.
2. Lectura pausada del cuento para que los niños puedan relacionar las imagines graficas con lo leído y las grafías con las palabras leídas.
3. Conversación de lo leído, lectura compresiva
4. Preguntas sobre el cuento leído que sitúen al niño en: Personajes, tiempo, espacios, secuencias.
5. Ejercitación sobre el cuento: dibujos, collage, dramatización, etc. Seguramente relataran las imágenes del cuento, según lo que han comprendido. Se debe permitir que todos los alumnos participen y hagan comentarios al lector.

   Conversar sobre el final del cuento y su idea central.

d. MATERIALES Y MÉTODOS

Materiales

En la investigación de campo se utilizaron como materiales los siguientes:

- ✓ Hojas impresas
- ✓ Lápiz
- ✓ Borrador
- ✓ Libros
- ✓ Computadora
- ✓ Medio de trasporte
- ✓ Aula de la institución

Método

La metodología es un proceso que sigue en procurar la descripción, desarrollo y explicación de la investigación, esta comienza en el momento mismo en que se hace el primer acercamiento en los investigados, finaliza cuando se hayan obtenido resultados, es decir cuando se arribe a las conclusiones y se planteen las respectivas recomendaciones. Para llevar adelante el desarrollo del presente trabajo, me he propuesto diversos métodos, y técnicas que están más adecuadas a la investigación científica proporciona, estos a su vez han contribuido a ampliar el conocimiento sobre la materia de estudio y se basara fundamentalmente en:

MÉTODO CIENTÍFICO

El método científico es uno de los métodos más completos , pues abarca todo el proceso de la investigativo ,según sus características , nos parece más pertinente , toda vez es racional, sistemático, analítico, objetivo, claro y preciso, verificable y explicativo; en otras palabras, es un conjunto de procedimientos lógicamente estructurados y sistematizados el mismo que se utilizó durante el proceso y desarrollo del proyecto; se consultó fuentes bibliográficas para elaborar el marco teórico que permitió sustentar de manera científica el problema a investigar.

MÉTODO DESCRIPTIVO

El método descriptivo que se encuentra en el primer nivel del método científico me permitió evidenciar y detallar la problemática planteada, además este método sirvió para exponer y realizar el análisis de los estados nutricionales en el aprendizaje inicial de lecto-escritura

MÉTODO ANÁLITICO

Posibilita el estudio del marco teórico, el mismo que permitió analizar y criticar prepositivamente conceptos, teorías y concepciones; sintetizando, interpretando y permitiendo la verificación de los objetivos. Consecuentemente se formularon conclusiones y recomendaciones sobre la problemática investigada.

MÉTODO DEDUCTIVO

Permitió la elaboración de definiciones y conceptos que sustentarán las variables del marco teórico, así como también elaborar las conclusiones y recomendaciones.

MÉTODO INDUCTIVO

Partió del análisis en donde se conoció los hechos y fenómenos particulares para llegar al descubrimiento de un principio general, que fue aplicado como base al momento de tabular y analizar la información obtenida de la aplicación de los instrumentos.

MÉTODO ESTADÍSTICO

Este método permito la reproducción de cifras de los resultados obtenidos en el trabajo de campo, por lo tanto sirvió para expresar los cuadros de frecuencias y porcentajes de los resultados obtenidos tanto de las técnicas e instrumentos

INSTRUMENTOS:

TEST DE CONTROL DE DESARROLLO DE ASPECTOS NUTRICIONALES PARA NIÑOS DE SEIS AÑOS

Esta prueba consta de 20 ítems en donde se observar con claridad que deben ser contestados por los padres de familia.

Esta prueba ayudo a ubicar a los niños y niñas su estado nutricional, para poder utilizar estos resultados fue mediante la ayuda de los padres de familia donde contestaron cada pregunta, que fue como guía para detectar los estados nutricionales de los niños y niñas de la unidad educativa municipal tierras coloradas de la ciudad de Loja de forma individual y se calificó a los criterios del autor.

TÉCNICAS

PRUEBA DE CONOCIMIENTO DEL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA.

A través de esta prueba de conocimiento se investigó como se desarrollo el aprendizaje inicial de la lecto-escritura de las niños y niñas que permitó conocer los niveles de desarrollo del aprendizaje inicial de la lectoescritura. Esta prueba de conocimiento se aplico en forma individual a los niños y niñas del centro investigado.

POBLACIÓN MUESTRA

Cuadro de población de los niños y niñas Docentes del nivel inicial dos de la Escuela de Educación Básica Municipal de Tierras Coloradas

Centro educativo	**Paralelo**	**Niñas**	**Niños**	**Docentes**	**Total**
Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas	**Primer año de básica**	13	17	1	31

FUENTE: Registro de Matricula y Asistencia "Escuela de Educación Básica Municipal de Tierras Coloradas"
INVESTIGADOR: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

La población estuvo conformada con un total de 31 niños que asistieron normalmente a la Unidad Educativa Municipal de Tierras Coloradas. De esta población 13 corresponde a las niñas y 17 a los niños cuya edad es de 5 a 6 años de edad cronológica. El total de padres de familia fue de 31 y un total de maestras 1 que elabora en el Primer año de básica

Padres a investigar que fue el mismo número de niños y niñas que son 31 que da el 100% que corresponde tanto niños como niñas los mismos que mediante procedimiento adecuado se los relaciona para la aplicación de técnicas. Esta muestra se la considero satisfactoriamente significativa.

f. RESULTADOS

RESULTADOS OBTENIDOS CON LA APLICACIÓN DEL TEST DE CONTROL DE DESARROLLO DE ASPECTOS NUTRICIONALES PARA NIÑOS DE SEIS AÑOS EN LA UNIDAD EDUCITIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS

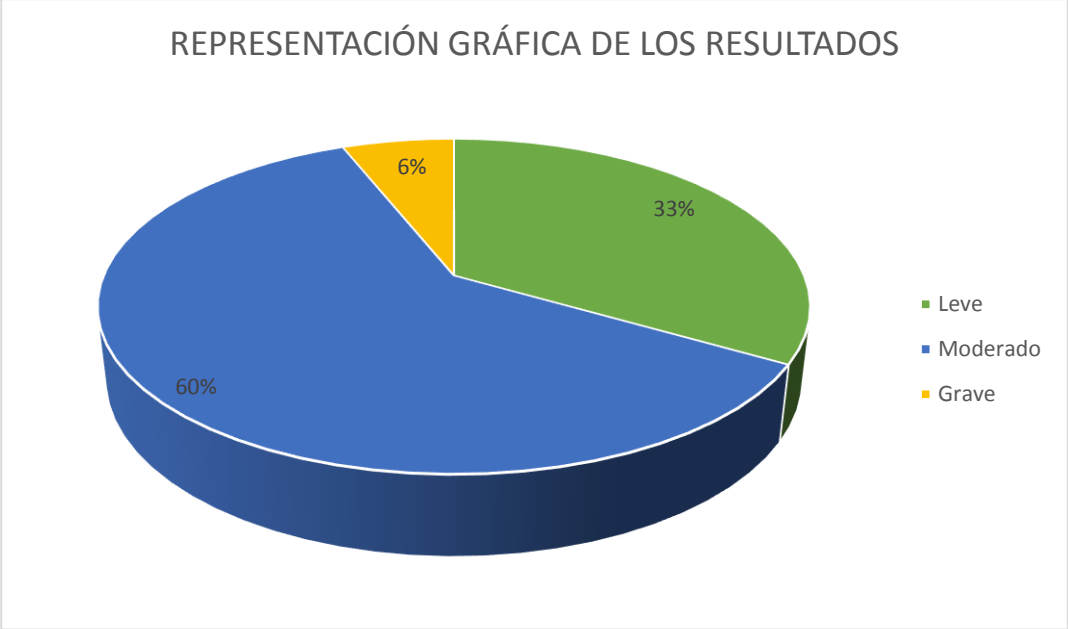
CUADRO N.**1**

Indicadores	**f**	**%**
Leve	10	33,3
Moderado	18	60
Grave	2	6, 7
Total	30	100

FUENTE: Test de control de desarrollo de aspectos nutricionales en la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas

ELABORACIÓN: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

GRÁFICO N.1



ANÁLISIS

Del total de 30 niños y niñas investigados que representaron el 100%, 10 niños y niñas que equivale el 33,3% presentaron un estado nutricional de tipo leve; 18 niños y niñas que equivale el 60% presentaron un estado nutricional tipo moderado; y de 2 que equivale el 6,7% presentaron un estado nutricional tipo grave. Este total de niños y niñas investigados tienen diferentes niveles de aprendizaje en la lecto-escritura ya sea, Muy satisfactorio, Satisfactorio, Poco satisfactorio.

INTERPRETACIÓN

Por lo tanto los niños y niñas que tiene un estado nutricional grave, se da por lo que no tiene una alimentación adecuada en su hogar, en donde los niños deben ser asistidos de una consulta a un especialista que es el pediatra, mientras los niños y niñas que tiene una estado nutricional moderado deben ser vigilados por sus padres, en donde no hayan un retraso importante en su alimentación para que vaya teniendo un buen desarrollo evolutivo nutricional.

DIAGNÓSTICO DE LOS ESTADOS NUTRICIONALES

Luego de a ver aplicado el test de Control de Desarrollo Nutricional al niño Santiago de edad cronológica 5 años 6 meses de sexo masculino que asiste normalmente en la Unidad Educativa Municipal Tierras coloradas, obtuvo un puntaje de 12 de que equivale un estado nutricional tipo moderado, que no se debe preocuparse, pero deben estar atentos para que no se produzca ningún retraso importante en su estado nutricional. El presente test fue aplicado en forma individual bajo las precauciones de técnicas que exigen los recursos de medición.

Luego de a ver aplicado el test de Control de Desarrollo Nutricional a la niña Johana de edad cronológica 5 años 8 meses de sexo femenino que asiste normalmente en la Unidad Educativa Municipal Tierras coloradas, obtuvo un puntaje de 6 de que equivale un estado nutricional tipo moderado, que no se debe preocuparse, pero deben estar atentos para que no se produzca ningún retraso importante en su estado nutricional. El presente test fue aplicado en forma individual bajo las precauciones de técnicas que exigen los recursos de medición.

Luego de a ver aplicado el test de Control de Desarrollo Nutricional al niño Jamdry de edad cronológica 5 años 10 meses de sexo masculino que asiste normalmente en la Unidad Educativa Municipal Tierras coloradas, obtuvo un puntaje de 15 de que equivale un estado nutricional tipo grave, el desarrollo del niño no está llevando el ritmo adecuado en su nutrición, por la cual debe tener consulta obligada con el pediatra. El presente test fue aplicado en forma individual bajo las precauciones de técnicas que exigen los recursos de medición.

Luego de a ver aplicado el test de Control de Desarrollo Nutricional a la niña Jennifer de edad cronológica 5 años 7 meses de sexo femenino que asiste normalmente en la Unidad Educativa Municipal Tierras coloradas, obtuvo un puntaje de 8 de que equivale un estado nutricional tipo moderado, que no se debe preocuparse, pero deben estar atentos para que no se produzca ningún retraso importante en su estado nutricional. El

presente test fue aplicado en forma individual bajo las precauciones de técnicas que exigen los recursos de medición.

……

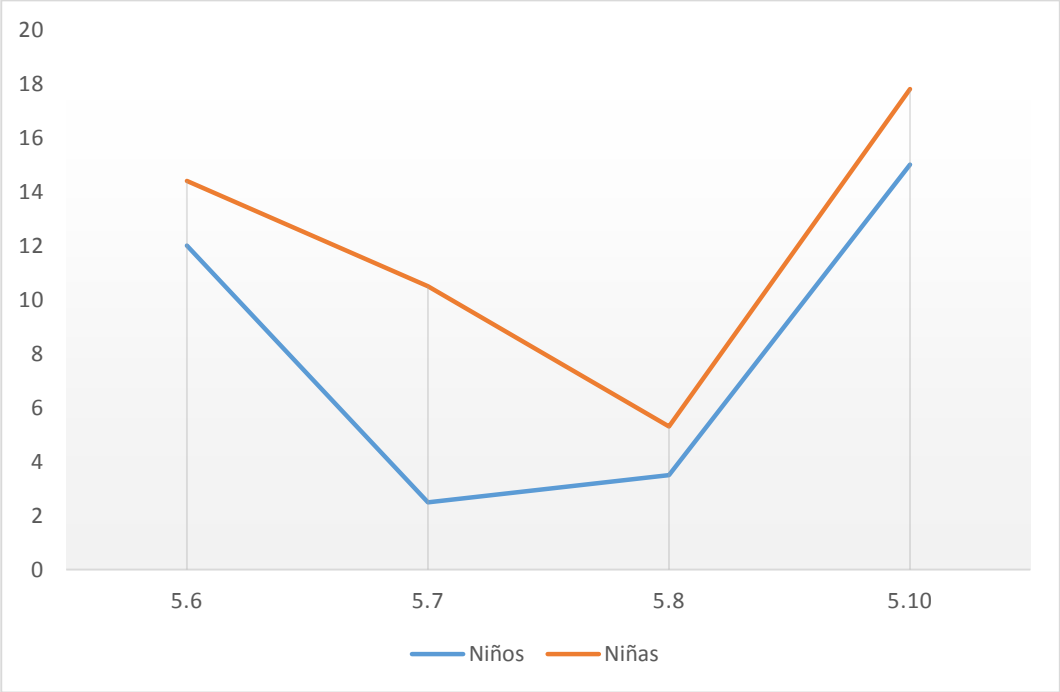
Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

Examinador

CUADRO RESUMEN DEL TEST DE CONTROL DE DESARROLLO DE ASPECTOS NUTRICIONALES PARA NIÑOS DE SEIS AÑO, QUE FUERON APLICADOS 30 NIÑOS Y NIÑAS EN LA UNIDAD EDUCITIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS

N°	EDAD CRONOLOGICA	SEXO	PUNTAJE	EQUIVALENCIA
1	5.6 MESES	MASCULINO	12	MODERADO
2	5.8 MESES	FEMENINO	5	LEVE
3	5.6 MESES	MASCULINO	9	MODERADO
4	5.8 MESES	MASCULINO	7	MODERADO
5	5.8 MESES	MASCULINO	11	MODERADO
6	5.9 MESES	MASCULINO	4	LEVE
7	5.7 MESES	MASCULINO	6	MODERADO
8	5.6 MESES	MASCULINO	6	MODERADO
9	5.9 MESES	MASCULINO	12	MODERADO
10	5.9 MESES	FEMENINO	9	MODERADO
11	5.10 MESES	FEMENINO	11	MODERADO
12	5.9 MESES	MASCULINO	9	MODERADO
13	5.8 MESES	FEMENINO	7	MODERADO
14	5.9 MESES	FEMENINO	4	LEVE
15	5.10 MESES	MASCULINO	4	LEVE
16	5.8 MESES	FEMENINO	6	LEVE
17	5.9 MESES	MASCULINO	6	MODERADO
18	5.9 MESES	MASCULINO	5	LEVE
19	5.8 MESES	MASCULINO	6	MODERADO
20	5.7 MESES	FEMENINO	8	MODERADO
21	5.9 MESES	FEMENINO	11	MODERADO
22	5.7 MESES	MASCULINO	16	GRAVE
23	5.7 MESES	FEMENINO	4	LEVE
24	5.9 MESES	FEMENINO	5	LEVE
25	5.8 MESES	FEMENINO	8	MODERADO
26	5.8 MESES	MASCULINO	6	MODERADO
27	5.10 MESES	MASCULINO	15	GRAVE
28	5.7 MESES	FEMENINO	4	LEVE
29	5.10 MESES	FEMENINO	5	LEVE
30	5.7 MESES	MASCULINO	8	MODERADO

PERFIL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE CUATRO NIÑOS Y NIÑAS INVESTIGADOS



RESULTADOS OBTENIDOS DE LA PRUEBA DE CONOCIMIENTO DEL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA.

1. **Escribe su nombre**

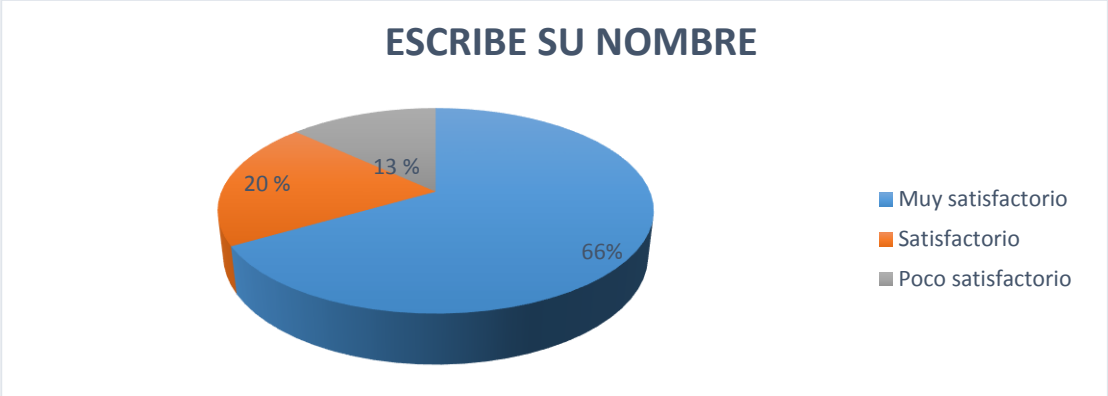
CUADRO N.2

Indicadores	f	%
Muy satisfactorio	20	66,7
satisfactorio	6	20
Poco satisfactorio	4	13,3
Total	30	100

FUENTE: Prueba de conocimiento del aprendizaje inicial de la lecto-escritura Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas

ELABORACIÓN: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

GRÁFICO N.2



ANÁLISIS

De 30 niños investigados que equivale 100% en la prueba de conocimiento, responde de la siguiente manera; 20 equivale al 66,7%; que obtuvo muy satisfactorio; 6 que corresponde al 20%; que obtuvo satisfactoriamente y por ultimo 4 que equivale al 13,3%; que obtuvo poco satisfactorio.

INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los resultados en este interrogante tenemos, que la mayoría de los niños y niñas escriben correctamente bien sus nombres y algunos

niños y niñas tienen dificultades al escribir su nombre que no se brinda una adecuado orientación psicopedagógica al desarrollo de la lectoescritura, hacia los niños y niñas.

2. **Marca correctamente la imagen, de la oración que lee el maestro**

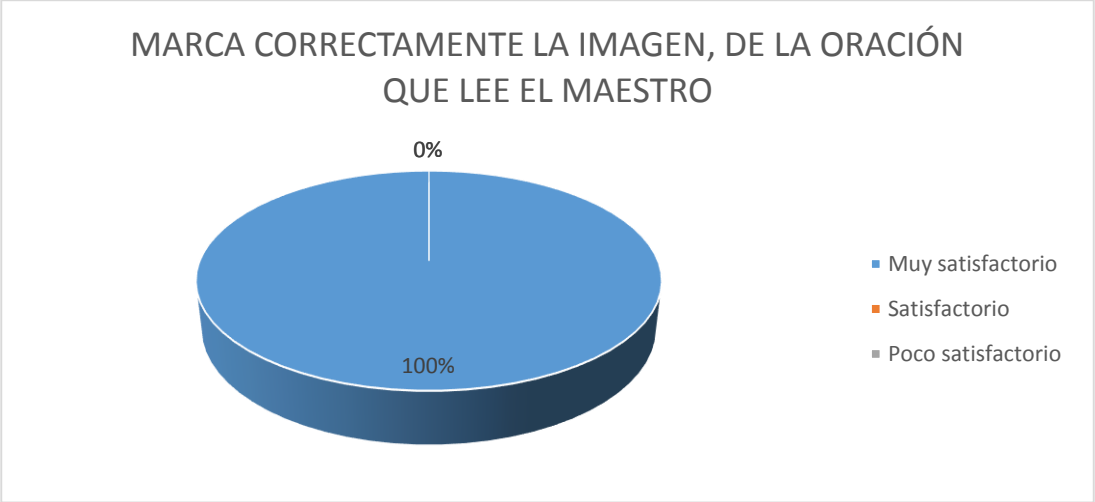
CUADRO N.3

Indicadores	f	%
Muy satisfactorio	30	100
satisfactorio	0	0
Poco satisfactorio	0	0
Total	30	100

FUENTE: Prueba de conocimiento del aprendizaje inicial de la lecto-escritura Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas

ELABORACIÓN: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

GRÁFICO N.3



ANÁLISIS

De 30 niños y niñas investigados que equivale el 100% que corresponde muy satisfactorio, en donde se obtuvo que los niños y niñas marcan correctamente la imagen, de la oración que leyendo el maestro.

INTEPRETACIÓN

Existe por parte de los niños y niña el grado de seguridad y confianza en sí mismo, en donde identifica con claridad la oración de la imagen que lee el maestro, en donde los niños y niñas tienen un buen funcionamiento armónico de la vista, la audición y la coordinación viso motora que son necesarios para la adquisición de la lecto-escritura.

3. **Recortar y armar el rompe cabeza**

CUADRO N.4

Indicadores	f	%
Muy satisfactorio	12	40
satisfactorio	7	23,3
Poco satisfactorio	11	36,7
Total	30	100

FUENTE: Prueba de conocimiento del aprendizaje inicial de la lecto-escritura Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas
ELABORACIÓN: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

GRÁFICO N.4

ANÁLISIS

De 30 niños y niñas investigados que equivale el 100% manifiesta al recortar y armar el rompe cabeza que 12 equivale el 40% que obtuvo muy satisfactorio, el 7 que corresponde al 23,3% que obtuvo satisfactorio y por ultimo de 11 equivale el 36,7% que obtuvo poco satisfactorio.

INTEPRETACIÓN

De acuerdo a los resultados obtenidos tenemos que casi la mayoría de los niños y niñas tiene la facilidad de recortar y armar el rompe cabezas por lo cual tienen un buen dominio motriz y una coordinación viso motriz y los demás niños y niñas tienen dificulta al poder recortar y armar el rompe cabezas, por lo que los niños y niñas que no existe una estimulación adecuada, en donde es un factor importante para que puedan adquirir el aprendizaje inicial de la lecto-escritura.

4. **Reconocer las vocales**

CUADRO N. 5

Indicadores	**f**	**%**
Muy satisfactorio	24	80
satisfactorio	6	20
Poco satisfactorio	0	0
Total	30	100

FUENTE: Prueba de conocimiento del aprendizaje inicial de la lecto-escritura Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas

ELABORACIÓN: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

GRÁFICO N.5

ANÁLISIS

De 30 niños y niñas investigados que equivale el 100% manifiesta de esta forma de 24 equivale al 80% que obtuvo muy satisfactorio, y por ultimo de 6 corresponde el 20% que obtuvo satisfactorio.

INTEPRETACIÓN

Que los niños y niñas en la mayoría no tienen dificulta al reconocimiento en las vocales que es un factor importante en el proceso de enseñanza y aprendizaje en la lecto-escritura en donde se llevan a desarrollar las capacidades y desenvolvimientos adecuados, pocos niños y niñas tiene dificultad a reconocer las vocales por falta de estimulación en la conciencia fonológica de sonidos iniciales y finales de las vocales.

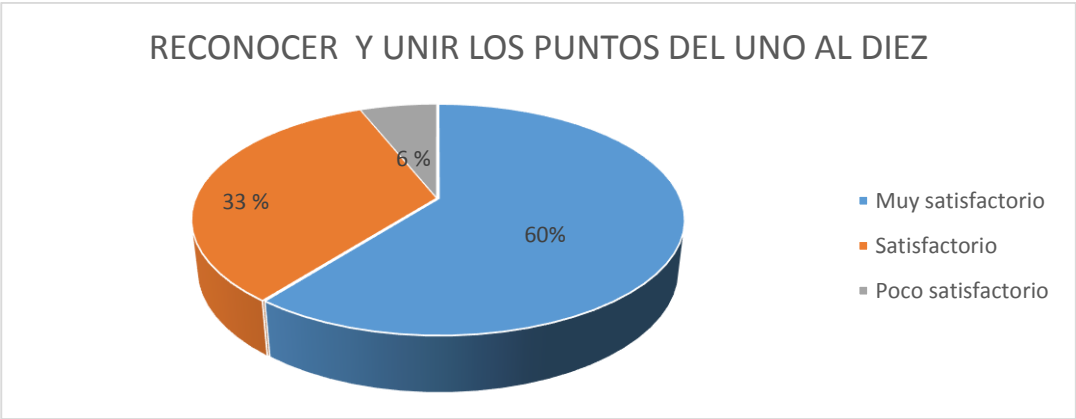
5. **Reconocer y unir los puntos del uno al diez**

CUADRO N.6

Indicadores	f	%
Muy satisfactorio	18	60
satisfactorio	10	33,3
Poco satisfactorio	2	6,7
Total	30	100

FUENTE: Prueba de conocimiento del aprendizaje inicial de la lecto-escritura Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas
ELABORACIÓN: Jorge Luis Villavicencio Gutiérrez

GRÁFICO N.6



ANÁLISIS

De 30 niños y niñas investigados que equivale el 100% se manifiesta de esta forma, de 18 equivale al 60% que obtuvo muy satisfactorio, y de 10 corresponde el 33% que obtuvo satisfactorio y por último el 2 que equivale al 6% que obtuvo poco satisfactorio.

INTEPRETACIÓN

Dentro del aprendizaje inicial de la lecto-escritura en los niños y niñas se presenta que la mayoría no tienen dificulta al reconocimiento de los números del uno al diez que en esta etapa es gran importancia el dominio con las letras con los números para la adquisición de la lecto-escritura, pocos niños y niñas tienen dificulta al reconocer los números, por falta de estimulación por la maestra del centro educativo

g. DISCUSIÓN

Los primeros años de vida resultan de vital importancia en lo que al estado nutricional se refiere: si el menor presenta algún grado de desnutrición, los efectos podrían reflejarse incluso durante la etapa adulta. En este sentido, la productividad en el trabajo podría verse debilitada por un desarrollo conductual y cognitivo inadecuado, así como por un rendimiento escolar y un nivel de salud reproductiva deficiente.

Concretamente, se formuló en la presente investigación como objetivo específico Investigar si los estados nutricionales inciden en el aprendizaje inicial de lecto-escritura.

En los datos estadísticos se pudo determinar que De acuerdo a los aspectos nutricionales el 60% de la población que equivale a 18 niños y niñas demuestran un estado moderado de un estado nutricional; el 33% que corresponde a 10 niños y niñas tiene un estado nutricional leve; el 6% es decir 2 niños y niñas tiene una estado nutricional grave, se da por lo que no tiene una alimentación adecuada en su hogar, en donde los niños deben ser asistidos de una consulta a un especialista que es el pediatra.

Casi 371.000 niños menores de cinco años en el Ecuador están con desnutrición crónica; y de ese total, unos 90 mil la tienen grave. Los niños indígenas, siendo únicamente el 10% de la población, constituyen el 20% de los niños con desnutrición crónica y el 28% de los niños con desnutrición crónica grave. Los niños mestizos representan, respectivamente, el 72% y el 5% del total. El 60% de los niños con desnutrición crónica y el 71 % de los niños con desnutrición crónica grave, habitan en las áreas rurales (aunque la población rural es tan solo el 45 % del total poblacional del Ecuador). También se da una concentración muy elevada en las áreas de la Sierra, que tiene el 60 % de los niños con desnutrición crónica y el 63 % con desnutrición crónica extrema. El 71 % de los niños con desnutrición crónica provienen de hogares clasificados

como pobres, lo cual se aplica también al 81% de los niños con desnutrición crónica extrema.

De acuerdo con el segundo objetivo específico de la presente investigación: Determinar si los estados nutricionales tiene relación directa con la situación social y económica de la vida familiar en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura, La situación social económica de los padres de familia se obtiene como resultado un nivel medio en la situación económica, que permite mantener un nivel nutricional adecuado en los niños y niñas y un buen rendimiento escolar y por último que también se obtiene un nivel bajo en la situación económica que se da por causa de falta de empleo y de no tener un trabajo estable, que dificulta en la educación y su estado nutricional en los niños y niñas.

Jaramillo. J. (1987) Desnutrición Infantil Psicomotricidad. Si conocemos que la situación económica de la mayoría de los hogares impide niveles adecuados de buena nutrición en todas las edades hemos de suponer que si pueden reflejarse en el problema de la educación escolar. De la obra de C. Gopalán, cuando hablan que “el desempeño en el aprendizaje escolar y extraescolar, indican que, si bien el desaprovechamiento de la enseñanza siempre ha constituido un problema en los países menos desarrollados, no se cuentan con estudios o la repetición del año escolar con la mal nutrición proteíno- energética temprana. Agregan “una aserie de autores han identificado factores familiares que se asocian con el fracaso escolar, entre ellos los antecedentes e ingresos de los padres. Sin embargo, en ninguno de esos estudios se han presentado datos concernientes a la mal nutrición proteíno-energética temprana”.

A la luz de estos hechos, Pollit (1997) y Matte (2001) encontraron que el bajo nivel nutricional de los niños trae efectos negativos contra el desarrollo económico de un país. Según estos autores, las personas que atravesaron el problema de mal nutrición durante sus primeros años de vida tienen una menor capacidad cognitiva que dificulta el alcance de un rendimiento escolar aceptable. Los autores sostienen también que la

malnutrición durante los primeros años afecta negativamente su productividad cuando ingresan al mercado laboral.

Algunos autores como Cortez. R. (2002). La nutrición de los niños en edad pre-escolar. 75% de la incidencia de la desnutrición entre los niños en edad preescolar que residen en zonas urbanas se atribuye a la desigualdad registrada entre los niveles socioeconómicos. En el caso de aquellos niños que residen en zonas rurales, dicho porcentaje se reduce al 70%. En el caso de las niñas que residen en las zonas urbanas, 33% del total de casos de desnutrición son consecuencia de la inequidad registrada a través de la distribución del GPCP. Dicho porcentaje se incrementa considerablemente si se observan a aquéllas niñas que residen en las zonas rurales (67%).

Leis. R,. Méndez. M.Tojo R. (2007). Manual práctico de Nutrición en Pediatría. Las nuevas realidades sociales han hecho que la demanda del servicio de comedor escolar haya crecido de forma continua. Así, un servicio que se creó para favorecer a personas de escasos recursos económicos, es hoy utilizado por más de un 20% de los niños en edad escolar, y hasta por el 32% en el grupo de edad de 2 a 5 años. Dado que en la actualidad son cada vez más los niños que utilizan los comedores escolares para su alimentación diaria, entendemos que estos constituyen una excelente oportunidad para ofrecerles una alimentación equilibrada y saludable, que siga las guías recomendadas específicas para la edad, con una ingesta de energía adecuada al gasto energético y de grasa saturada para permitir la adquisición y asentamiento de buenos hábitos alimenticios y para una intervención activa en su educación nutricional.

Con el presente estudio investigado se pretende dar respuesta al tercer y último objetivo planteado: Diagnosticar los factores externos que están incidiendo en el desarrollo de los estados nutricionales. Se por los factores externo se da en las prácticas alimenticias inadecuadas dentro del hogar tienen un efecto negativo sobre las condiciones de salud de los niños, sobre su habilidad para aprender, comunicarse, pensar

analíticamente, socializar efectivamente y adaptarse a nuevos ambientes y personas.

Un niño o niña con retardo en talla (desnutrido crónico) tiene mayor probabilidad de presentar presión alta, diabetes y obesidad en la edad adulta. (Freire, 2008). Está comprobado que aproximadamente el 60% de los niños y niñas con sobrepeso: presenta al menos un factor de riesgo adicional para sufrir enfermedades cardiovasculares, tales como presión alta, dislipidemia e hiperinsulinemia y más del 25% tiene dos o más de estos factores de riesgo. (Selva, 2006).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) la ha considerado el nuevo síndrome mundial, ya que no solo presenta una prevalencia elevada en los países desarrollados, sino que también es emergente en los de transición al desarrollo, los denominados nuevos países occidentalizados, como es el caso de China, Brasil y los países del este de Europa, donde conviven obesidady desnutrición, e incluso en los subdesarrollados aumenta la prevalencia en los grupos de población más privilegiados.

La alta tasa de obesidad en la edad infantil debe tener progresivas y amenazadoras consecuencias para la salud biopsicosocial, tanto durante la niñez y adolescencia como en la edad adulta, convirtiéndose en uno de los grandes problemas de salud del siglo XXI (World Health Organization, 1998).

Con la información procesada, analizada e interpretada se cumple los 3 objetivos específicos que han sido planteados con anterioridad y a su vez fueron verificados por los respectivos que es el test de control de desarrollo de aspectos nutricionales para niños de seis años y la prueba de conocimiento del aprendizaje inicial de la lecto-escritura que fueron aplicados a 30 niños investigados.

h. CONCLUSIONES

Con la información obtenida en la investigación de campo y contrastada con los fundamentos teóricos, se arribó a las siguientes conclusiones:

- Del total de 30 niños y niñas investigados que representaron el 100%, 10 niños y niñas que equivale el 33,3% presentaron un estado nutricional de tipo leve; 18 niños y niñas que equivale el 60% presentaron un estado nutricional tipo moderado; y de 2 que equivale el 6,7% presentaron un estado nutricional tipo grave. Este total de niños y niñas investigados tienen diferentes niveles de aprendizaje en la lecto-escritura ya sea, Muy satisfactorio, Satisfactorio, Poco satisfactorio.
- Los niños y niñas con estado nutricional leve que fueron 10 que representaron el 33%, de 6 niños y niñas que equivale una situación económica y social medio, de 4 niños y niñas que equivale una situación económica y social bajo; de 18 niños y niñas que representaron el 60%, 15 niños y niñas equivale situación económica y social medio, de 3 niños y niñas equivale una situación económica y social bajo; y de 2 niños y niñas que equivale el 6% representaron una situación económica y social bajo. De los niños y niñas investigados que tienen diferentes niveles de situación económica y social bajo y medio, que incide directamente en el proceso de enseñanza de la lecto-escritura.
- En relación en los factores externos que están incidiendo en los estados nutricionales de los niños y niñas mediante la entrevista aplicada a la maestra se puede mencionar las siguientes: en primer lugar el tipo de alimentación, en segundo lugar la situación económica de la vida familiar.
- Se pudo evidenciar que existe la falta de conocimientos formales, por parte de los padres de familia, manteniendo modelos inadecuados de una educación alimentaria para sus hijos.

- De los 30 niños y niñas investigados que se les aplico la prueba de conocimiento, 20 que corresponde al 66,7% presentaron un nivel muy satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto- escritura; 6 que corresponde al 20% que representaron un nivel satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura y de 4 que corresponde al 13,3% presentaron un nivel poco satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura.

i. RECOMENDACIONES

Culminar la investigación sobre los estados nutricionales y su incidencia en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura de las niñas y niños de la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas de la ciudad de loja periodo 2014.

Se han llegado las siguientes recomendaciones:

- ✓ Se recomienda a los padres de familia administrar una dieta balanceada rica de vitaminas y minerales (frutas, verduras, y hortalizas) de acuerdo a la edad de los niños y niñas.
- ✓ Concienciar a padres de familia y a la maestra de estar permanentemente informados sobre alimentación infantil les va a permitir mejorar sus hábitos alimenticios, utilizar adecuadamente la pirámide alimenticia, combinar bien los alimentos, saber la cantidad necesaria de alimentos y nutrientes que necesitan los niños y niñas.
- ✓ Comer de manera saludable ayudara que los niños y niñas mantenga un peso normal y tenga mucha energía para estudiar y jugar.
- ✓ Los niños que no puede realizar correctamente los ejercicios de la lecto-escritura, por parte de la maestra se les ponga mayor atención para que si todos los niños y niñas puedan desarrollar sus habilidades y destrezas con normalidad, dentro del proceso y enseñanza inicial de la lecto-escritura.
- ✓ Motivar a los padres de familia que practiquen las lecturas dentro del hogar para que sea un ejemplo y se fomente el hábito hacia la lectura.

LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS

1. TÍTULO

ORIENTACIÓN PARA UN MEJOR DESARROLLO DE LOS ESTADOS NUTRICIONALES DE LOS NIÑOS Y NIÑAS Y EL DEL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA.

2. PRESENTACIÓN

En la investigación previamente realizada bajo el título de: LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014. Se obtuvieron las siguientes conclusiones:

Del total de 30 niños y niñas investigados que representaron el 100%, 10 niños y niñas que equivale el 33,3% presentaron un estado nutricional de tipo leve; 18 niños y niñas que equivale el 60% presentaron un estado nutricional tipo moderado; y de 2 que equivale el 6,7% presentaron un estado nutricional tipo grave. Este total de niños y niñas investigados tienen diferentes niveles de aprendizaje en la lecto-escritura ya sea, Muy satisfactorio, Satisfactorio, Poco satisfactorio.

Los niños y niñas con estado nutricional leve que fueron 10 que representaron el 33%, de 6 niños y niñas que equivale una situación económica y social medio, de 4 niños y niñas que equivale una situación económica y social bajo; de 18 niños y niñas que representaron el 60%, 15 niños y niñas equivale situación económica y social medio, de 3 niños y niñas equivale una situación económica y social bajo; y de 2 niños y niñas que equivale el 6% representaron una situación económica y social bajo. De los niños y niñas investigados que tienen diferentes niveles de situación económica y social bajo y medio, que incide directamente en el proceso de enseñanza de la lecto- escritura.

En relación en los factores externos que están incidiendo en los estados nutricionales de los niños y niñas mediante la entrevista aplicada a la maestra se puede mencionar las siguientes: en primer lugar el tipo de alimentación, en segundo lugar la situación económica de la vida familiar en tercer lugar las condiciones afectivas de la vida de la familia.

Se pudo evidenciar que existe la falta de conocimientos formales, por parte de los padres de familia, manteniendo modelos inadecuados de una educación alimentaria para sus hijos.

De los 30 niños y niñas investigados que se les aplico la prueba de conocimiento, 20 que corresponde al 66,7% presentaron un nivel muy satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto- escritura; 6 que corresponde al 20% que representaron un nivel satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura y de 4 que corresponde al 13,3% presentaron un nivel poco satisfactorio en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura.

Dados estos resultados los presentes lineamientos pretenden perfeccionar el desarrollo de los estados nutricionales que poseen los niños y niñas, por ello se trabajará específicamente con los niños y niñas que poseen retraso en sus estados nutricionales y su aprendizaje inicial de lecto-escritura, aspirando lograr en ellos una mayor adecuación tanto en su estado nutricional, el área del lenguaje, área social. Esto se lo realizará primeramente mediante un programa orientado a un mejor desarrollo en los estados nutricionales para los niños y niñas y el mejoramiento del aprendizaje inicial de la lecto-escritura y posteriormente bajo la aplicación de una encuesta sobre los estados nutricionales y un instrumento lo que se puede y no se puede leer con la finalidad de constatar los resultados obtenidos en cuanto a la propuesta aplicada.

Pretendiendo de esta manera un desarrollo armónico y equilibrado de los niños y niñas y contribuyendo positivamente al mejoramiento de las funciones cumplidas por los agentes sociales que conforman en centro educativa.

3. OBJETIVO GENERAL

Aportar para una orientación a un mejor desarrollo de los estados nutricionales para los niños y niñas y el del aprendizaje inicial de la lecto-escritura de la unidad educativa municipal tierras coloradas de la ciudad de Loja.

4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Concientizar a los padres de familias la importancia de los hábitos alimenticios de las niñas y niños en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura.
- ✓ Orientar a los padres de familias acerca de los estados nutricionales de las niñas y niños que tiene relación directa con el aprendizaje inicial de la lecto-escritura.
- ✓ Evaluar los estados nutricionales de los niños y niñas en relación de la edad cronologica.

5. REFERENTES TEÓRICOS

LA NUTRICIÓN

La alimentación es uno de los procesos básicos en el desarrollo de todos los seres vivos. Por esa razón, los padres debemos ser conscientes de la importancia que para nuestro hijo tiene una correcta nutrición, desde las edades más tempranas, en el desarrollo de su crecimiento y en general en toda la vida. El interés que en nuestra sociedad despierta tanto la dietética como la nutrición, ha sido fruto del exceso de alimentación y por tanto, del control que se hace de su estudio. Debemos ser conscientes de que estos alimentos son determinantes en la prevención de enfermedades**.** Gross. E (2004).

Necesidades nutricionales en la infancia

Existen orientaciones de carácter general sobre las necesidades de energía y nutrientes en estas etapas de la vida. Traducidas en frecuencia de consumo de alimentos y raciones, nos pueden ayudar a diseñar una

dieta saludable, si bien se deberá tener en cuenta que las recomendaciones nutricionales deben adaptarse a las características individuales.

En la medida de lo posible, hay que respetar los gustos personales, porque hay muchas formas de alimentarse, aunque una sola forma de nutrirse.

Los alimentos son los “envases naturales “que contienen las diferentes sustancias nutritivas que el organismo necesita. En los distintos grupos de alimentos: carnes, pescados, frutas, verduras, hortalizas, legumbres, cereales, lácteos…, siempre puede haber uno que, aportando el mismo valor nutritivo, responda al gusto de quien lo consume.

Aporte de energía y nutrientes

Energía:

Todos los alimentos, en función de su contenido en nutrientes, aportan calorías, en mayor o menor grado. Los alimentos al consumirse liberan estas calorías energía que nos permiten crecer, trabajar, practicar un deporte, etc.

Proteínas:

Las necesidades de proteínas se expresan en relación con el peso corporal correcto, el que corresponda a la estatura y desarrollo. Son muy altas en los lactantes, disminuyen posteriormente y se elevan de nuevo en la pubertad.

- **Hidratos de carbono**

La presencia de hidratos de carbono es esencial para cubrir las necesidades energéticas, por lo que hay que estimular el consumo de los alimentos que los contienen. Hay dos modalidades de hidratos de carbono: los complejos, como los que se encuentran en los cereales; y los simples, como el azúcar. Una alimentación saludable debe contar con

cantidades adecuadas de ambos, pero con un predominio de los complejos.

- **Grasas**

  La cantidad de grasas consumida en los países del mundo occidental es superior a la aconsejada. Se recomienda disminuir el contenido de este nutriente en la dieta, muy especialmente las grasas de origen animal (saturadas). Por el contrario, se aconseja el consumo de grasas de origen vegetal (mono insaturadas) sobre todo el aceite de oliva.

  El abuso de alimentos grasos y la fritura como procedimiento habitual en la cocina, aumentan el valor calórico de la dieta y contribuyen a la obesidad

- **Vitaminas**

  Las vitaminas son sustancias nutritivas esencia- les para la vida, que se encuentran disueltas en los alimentos, en el agua o grasa de composición. El mejor medio para asegurar un aporte adecuado de todas las vitaminas es proporcionar al escolar una alimentación variada, con una elevada presencia de frutas y verduras.

  La expresión “5 al día” sintetiza el número de raciones de frutas y verduras que hay que tomar.

  Las vitaminas se deben comprar “en el mercado”, al adquirir alimentos que las contengan, y sólo se debe recurrir a suplementos cuando el médico lo aconseje.

- **Alimentos ricos en vitaminas A y C**

  • Verduras: zanahoria, pimiento rojo y verde, tomate, coliflor.

  • Frutas: naranja, kiwi, fres, pera, manzana, melón

- **Alimentos ricos en vitaminas del complejo B**

  Carnes y pescados variados, huevos y productos lácteos Merece una especial mención el folato o ácido fólico, que se encuentra en las verduras y frutas.

- **Minerales**

  Igualmente los minerales son esenciales para la vida. Algunos se requieren en cantidades superiores a 100 miligramos por día (calcio, fósforo, sodio y potasio) y otros se necesitan en cantidades meno- res (hierro, flúor, yodo, cobre, zinc, selenio, etc.).

  Vamos a referirnos a algunos de ellos:

❖ **El calcio**

Las necesidades de calcio son altas en este periodo de la vida, especialmente en la adolescencia, por lo que la alimentación debe ser rica en pro- ductos que lo contengan de la forma más asimilable.

El calcio es esencial para la formación del esqueleto y, finalizada la adolescencia, hay que mantener buenos niveles de este mineral en la dieta, para reparar las pérdidas que se producen a medida que se alcanza la edad adulta. La osteoporosis –pérdida de calcio óseo en la madurez–, constituye un problema importante de salud pública. Se manifiesta especialmente en las mujeres, por lo que hay que conseguir un buen esqueleto de partida –formado en la infancia y adolescencia–, seguir una dieta rica en calcio y practicar el adecuado ejercicio físico.

❖ **El hierro**

Las necesidades de hierro son muy elevadas durante los periodos de crecimiento rápido, por lo que el aporte de este mineral es esencial en la edad escolar. En el caso de las niñas, a partir de la pubertad las hemorragias menstruales constituyen una pérdida de hierro relativamente importante, por tanto la presencia de este mineral en su dieta debe ser mayor que en la de los chicos.

❖ **El yodo**

Las necesidades de yodo aumentan moderadamente en la pubertad, sobre todo en las chicas.

El consumo de sal yodada para condimentar las comidas es una práctica deseable, porque garantiza la presencia de este importante mineral en la dieta. Esto no significa que deba aumentarse el aporte de sal en los alimentos, pues su adición siempre tiene que ser moderada.

- **El flúor**

  La caries dental constituye un problema importante de salud pública. La acción favorable del flúor está comprobada como protector de las agresiones de los ácidos orgánicos que producen los gérmenes cariogénicos de la placa dentaria.

  Se puede utilizar sal fluorada o comprimidos de fluoruro de sodio si el pediatra lo aconseja, así como dentífricos fluorados o colutorios de flúor, que son excelentes medios para combatir este problema. López C. (2010)

Aprender a comer

Si queremos que los escolares, al llegar a la edad adulta, practiquen unos hábitos alimentarios saludables y propios de la cultura de su zona geográfica, influidos por sus propios gustos y los de su familia, hay que "presentarles" los alimentos.

En la infancia y adolescencia conocemos los alimentos y sus diferentes combinaciones, a través de la gastronomía que se practica en la familia de origen y en las experiencias sociales (comida con familia, amigos comedor escolar, etc.), y cada persona va mostrando sus preferencias. Es difícil que un niño aprenda a comer bien si no ha entrado en contacto con una gran variedad de productos. Por eso, al igual que se transmiten pautas de higiene personal, se debe hacer el esfuerzo de educar en alimentación y nutrición.

La educación nutricional exige de los padres paciencia, dedicación, no hacer concesiones inaceptables y un cierto respeto por el apetito del niño,

siempre que el crecimiento y desarrollo del mismo, a juicio del pediatra, se encuentre dentro de la normalidad. Los padres que se preocupan en exceso por la comida pueden llegar a crear en sus hijos una dependencia no saludable en un acto que debe ser normal y placentero. Los niños, como los adultos, pueden tener variaciones en su apetito relacionadas con las distintas fases de su desarrollo. Hay épocas en las que el crecimiento se estaciona o es más lento y sus exigencias nutricionales son menores. Por el contrario, hay etapas en las que el escolar come con gusto y en abundancia como respuesta a la demanda de nutrientes que su organismo necesita para crecer. Esta situación debe ser entendida por la familia.

APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA

La lectoescritura se suele presentar como las dos caras de una misma, puesto que constituyen procesos de utilización de un mismo código: decodifican un mensaje, la lectura comienza por la percepción de las letras, pasa por su re-cifrado en sonido y termina con la identificación del significado de la palabra, la escritura va desde la representación de la expresión que procede anotar, pasa por su análisis sónico y termina en el re-cifrado de los sonidos (fonemas) en letras (grafemas).

El proceso de la lectura

El proceso de la lectura es una habilidad de tipo lingüístico, que debe ser descontextualizado y se caracteriza porque el hablante y el oyente no comparten directamente la experiencia que está siendo comunicada, una buena capacidad lectora que tengan los niños con canciones y rimas les ayudaran a familiarizarse con los fonemas además de proporcionar experiencias de juego con el lenguaje

Hay dos teorías fundamentales que han intentado explicar los procesos que se ponen en marcha durante la lectura, Teoría abajo-arriba: se destaca en procesos perceptivos y fonéticos de bajo nivel así como su

influencia en el funcionamiento cognitivo superior, es el conocimiento de características (letras y recuperación léxica) permitiendo la identificación y decodificación de palabras.

Teoría arriba-abajo o de solución de problemas destacan el esfuerzo cognitivo de extraer el significado, como la formación de conceptos, las inferencias y los significados sobre procesamiento de información. Un niño necesita aproximadamente medio segundo para reconocer una palabra familiar, mientras que los adultos solo necesitan la mitad de ese tiempo.

El desarrollo de la lectura comienza en la denominada etapa alfabética y las capacidades metalingüísticas necesarias para integrar el sistema se sonidos a la escritura; los niños con dificultades de lenguaje suelen tener deficientes para reconocer rimas, los nombres de las letras y otros conceptos relacionados con el material escrito

El proceso de la escritura

El proceso de la escritura no es una mera transcripción del lenguaje oral. Los niños deben aprender a utilizar construcciones distintas de las que emplean cuando hablan. Al principio las estructuras de ambos sistemas son muy parecidas, aunque de las escritura muestran una menor madurez. Probablemente, esto se deba a que el proceso físico de la escritura es muy laborioso. Sin embargo, una vez que la escritura se ha automatizado, la gramática de la lengua escrita se hace más sofisticada que la de la lengua hablada.

Los niños con trastornos del lenguaje suelen experimentar dificultades para aprender a escribir, él factor más significativo en relación con los problemas de escritura parece ser la presencia de trastornos fonológicos. (Lewis, O Donnell, Freebairn y Taylor, 1998). Owens,R.(2003).

La lectura en el nivel inicial

La lectura es uno de los aprendizajes más importantes que dará paso a la construcción creciente de futuros aprendizajes y conocimientos. Al ser un

contenido de semejante magnitud, su enseñanza ya está presente en el nivel inicial

En el primer nivel de la educación inicial el objetivo no es enseñar directamente a leer, sino practicar habilidades que darán acceso a una equilibrada madurez para la verdadera actividad lectora.

Acompañando estas habilidades se debe despertar en el niño el interés por la lectura tanto por placer como por necesidad. La mayoría parte de las actividades de estimulación lectora se centrara en el trabajo con el vocabulario y con el habla.

La riqueza de vocabulario y la claridad del habla son necesarias para la enseñanza de la lectura; al igual que una buena discriminación visual y auditiva y una buena actividad referida a la atención y a la memoria. Para poder iniciar el trabajo previo a la lectura, hay factores determinados que el maestro debe tener en cuenta

- Capacidad cognitiva
- Lenguaje
- Oído y vista

El maestro de jardín de infantes en el gran abanico de actividades que realiza a diario debe comprobar constantemente la participación correcta

de la vista, la audición y el lenguaje, como así mismo las capacidades de ejecutar que tiene un niño.

El primer paso en el proceso de enseñanza de la lectura es enseñar a leer o sea descifrar carteles o gráficas para luego enunciarlos oralmente. En este primer tiempo de aprendizaje, el niño hace una lectura global de lo que ve con lo cual son más prácticas las carteleras imágenes que los libros en sí mismo.

- Lectura global

En esta primera lectura, el maestro ensuciara todo lo que ofrece la imagen haciendo hincapié en los términos o vocablos nuevos. Estos carteles deberán ser trabajados reiteradas veces. Es importante la

entonación con la que el maestro lee el cartel y la gesticulación que vaya acompañando al despliegue de cada palabra señalando cada vocablo leído.

- Lectura carteles

Deben ser concretos y claros:

- Letra de tamaño grande
- Una oración por reglón
- No separar en silabas
- Caligrafía correcta.

- Lectura sintética

Este será el segundo paso de la lectura, el cual consiste en diferenciar letras de dibujos y así empezar la discriminación de una palabra escrita con su correspondiente fonema e imagen.

Este ejercicio contribuye también al enriquecimiento del vocabulario. En el último periodo de sal de 4 años y en preescolar sala 5 años, la enseñanza de la lectura se perfila en el aprendizaje, fijación y memorización de las letras del alfabeto en cuanto a su pronunciación y reconocimiento del grafema. Narvarte. M (2008)

6. METODOLOGÍA

Muestra

Para la aplicación del presente programa se va a considerar un total 20 niños y niñas respectivamente, debido a que presentan retraso en el desarrollo de los estados nutricionales.

CUADRO REPRESENTATIVO DE LA MUESTRA QUE SE REALIZARA EN LA INVESTIGACIÓN

Sujetos	Edad	Sexo
1	5años 6meses	Masculino
2	5años 6meses	Masculino
3	5años 8meses	Masculino
4	5años 8meses	Masculino
5	5años 7meses	Masculino
6	5años 6meses	Masculino
7	5años 9meses	Masculino
8	5años 9meses	Femenino
9	5años 10meses	Femenino
10	5años 9meses	Masculino
11	5años 8meses	Femenino
12	5años 9meses	Masculino
13	5años 8meses	Masculino
14	5años 7meses	Femenino
15	5años 9meses	Femenino
16	5años 7meses	Masculino
17	5años 8meses	Femenino
18	5años 8meses	Masculino
19	5años 10meses	Masculino
20	5años 7meses	Masculino

Técnica

- **Encuesta aplicada a los padres de familia sobre los estados nutricionales.**

  La encuesta estará basa en una serie de preguntas predeterminadas e invariables que será dirigida a los padres de familias con su finalidad de buscar el desarrollo evolutivo de los niños y niñas en sus estados nutricionales.

Instrumento

Lo que se puede y no se puede leer

Detectar los conocimientos previos. Saber las ideas de los niños y niñas acerca de lo que se puede o no se puede leer antes de adquirir la lectura, se lo aplicará a un total de 20 niños y niñas respectivamente cuya edad fluctúan entre 5 años y 10 meses. Consta de 16 tarjetas estructuradas de la siguiente manera: una con dos figuras básicas, un símbolo, dos dibujos, un número de una cifra, un numero de tres cifras, un nombre de un niño o niña de la clase largo o uno corto, una palabra de tres letras sin sentido, vocales y consonantes, una vocal repetida tres en mayúsculas de su nombre, una consonante repetida tres veces en minúsculas, una tarjeta vacía. Para obtener la calificación total se tiene que sumar todos los puntos obtenidos en cada una de las tarjetas, de esta manera se determinará las categorías diagnósticas

7. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Conocer actualmente los estados nutricionales por lo cual se va evaluar las variables, edad, rendimiento escolar Con la aplicación de la encuesta a los padres de familias sobre los estados nutricionales se va poder verificar el desarrollo de los niños y niñas, los problemas de conductas alimenticias que se detecta de inmediato en el rechazo a la comida, sobre todo centradas en los malos hábitos alimenticios como son las comidas rápidas, también se va poder observar otros factores como la falta de actividad física, ambientales y emocionales.

Con el instrumento que se puede y no se puede leer se va poder evidenciar a los niños y niñas su conocimiento intelectual en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura.

8. EVALUACIÓN

Se evaluará a los padres de familias en base de actividades nuevas e innovadoras dentro de su plan de estudio. De la misma manera se pretenderá evaluar a los niños y niñas con la finalidad de conocer su desarrollo de sus estados nutricionales y el aprendizaje inicial de lecto-escritura.

9. CONCLUSIONES Y RECOMEDACIONES

10. BIBLIOGRAFÍA

- CHARLES. G. (2012).Soluciones Educativas para dificultades de aprendizajes. Editorial Océano España.
- GROSS. E (2004) Conoce a tus hijos Editorial Libsa de España
- LÓPEZ. C (2010) La alimentación de tus niños y niñas Imprenta: Litografía Arte,S.L Madrid.
- NARVARTE. M (2008) Lectoescritura Aprendizaje Integral Editorial Lexus S.A España.
- OWENS,R.(2003).Desarrollo del lenguaje. Editorial Pearson. Madrid España.

ANEXOS 1

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

MODALIDAD DE ESTUDIOS A DISTANCIA, CARRERAS EDUCATIVAS

Carrera de Psicología Infantil y Educación Parvularia

Encuesta para la investigar los estados nutricionales

Señor padre de familia solicitud muy amablemente se digne contestar las siguientes interrogantes con objetivo de realizar un estudio sobre los estados nutricionales.

1. **¿Cuáles de estos alimentos cree usted que es nutritivo para su hijo?**

   - Frutas ( )
   - Agua ( )
   - Carnes o cereales ( )
   - Colas ( )
   - Golosinas ( )

2. **¿Conoce usted como debe ser una alimentación nutritiva para su hijo?**

   Si ( )
   NO ( )

3. **El refrigerio que lleva su hijo es un aporte nutricional**
   SI ( )

   NO ( )

4. **¿Conoce como debe ser el desayuno en el niño?**

Jugos, leche o café, huevos, pan. ( )

Arroz con carne. ( )

Postre. ( )

5. **Señale cuales de estos alimentos debe ser consumidos diariamente para una buena nutrición.**

Frutas, hortalizas, carnes o cereales. ( )

Golosinas, colas, embutidos. ( )

6. **Ha recibido algún tipo de orientación por parte de la maestra como debe ser alimentado el niño.**

Siempre ( )
A veces ( )
Nunca ( )

7. **De qué manera cree usted, que podría contribuir para mejor y brindar una buena alimentación en las niñas y niños escolares.**

Buscar información donde el nutricionista ( )

Consumiendo los alimentos adecuados ( )

8. **Cuál es su clase social y económica de su vida familiar**

Alto ( )

Medio ( )

Bajo ( )

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXOS 2

INSTRUMENTO.

APLICADO LO QUE SE PUEDE Y NO SE PUEDE LEER.

Datos informativos

Nombre:…… Edad cronológica:…….

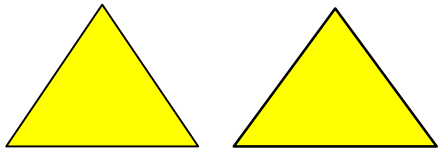
Dirección:……..Fecha:…… ……..

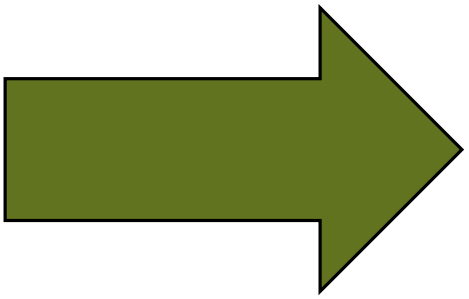
Estimulo tarjeta.	**Puntaje obtenido**	**Observaciones.**
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
PUNTAJE		

Puntaje:

——— ✖ 100%=

Equivalente a regular.





D

Juan Diego

3

AAA

mmm

215

GOMA

?

UUQ

LEO

SORAYA

j. BIBLIOGRAFÍA

- BEAL. V (2000) Nutrición en el ciclo de la vida Editorial Limusa, S.A. de C.V. México.
- DAVIÑA. L (2003) Adquisición de la lectoescritura Editorial Homo Sapiens
- FRANCH A, Castellano G. (2007). Manual práctico de Nutrición en Pediatría Madrid España
- GROSS. E (2004) Conoce a tus hijos Editorial Libsa de España
- Jaramillo. J. (1987) Desnutrición Infantil Psicomotricidad de Loja Ecuador.
- LEBRERO. M (1998) Especialización del profesorado en educación infantil España-Madrid.
- LÓPEZ. C (2010) La alimentación de tus niños y niñas Imprenta: Litografía Arte,S.L Madridi.
- LOU. M. (2011). Atención a las necesidades educativas específicas, Editorial Pirámide. Madrid España.
- NARVARTE. M (2008) Lectoescritura Aprendizaje Integral Editorial Lexus S.A España.
- OWENS,R.(2003).Desarrollo del lenguaje. Editorial Pearson. Madrid España.
- BARTOLOMÉ A. (2011). Aprender a ser Papas Madrid España.
- THOMPSON J, Manore M, Vaughan L. (2008) Nutrición. Editorial Graficas Arial,S.L. Madrid España.

Web grafía

- http://ecuador.nutrinet.org/ecuador/situacion-nutricional

k. ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, ARTE Y COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PALVULARIA

TEMA:

LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014.

Proyecto de tesis previo a la obtención de grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Psicología Infantil y Educación Parvularia.

GRADUANTE:

JORGE LUIS VILLAVICENCIO GUTIÉRREZ

ASESOR DEL PROYECTO:

DR. AMABLE AYORA FERNÁNDEZ

LOJA – ECUADOR
2014

a. TEMA

LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014

b. PROBLEMÁTICA

El estado nutricional de las niñas y niños debe ser valorado y monitoreado a través de los indicadores de crecimiento (talla para la edad, peso para la edad, peso para la talla) conforme a lo establecido en los nuevos Patrones de Crecimiento para niñas y niños menores de cinco años dados por la OMS y adoptados por los países. La aplicación de los nuevos patrones de crecimiento a nivel mundial de muestra que cuando se dan condiciones ideales de nutrición, medio ambiente y cuidados en salud, el crecimiento de todas las niñas y niños es similar independientemente de los factores genéticos o étnicos.

Según las estadísticas de la Organización Mundial de Salud entre 3 y 5 millones de niños menores de 5 años mueren por año en el mundo por causas asociadas a la desnutrición. Si se amplía el rango de edad la cantidad de personas en esta situación aumenta. Existe una grave crisis humanitaria en varias partes del mundo especialmente en África, Asia y América Latina. Son demasiadas las personas que mueren de hambre y que podrían evitarse.

La desnutrición crónica es un grave problema en América Latina y el Caribe que viola irreversiblemente el derecho a la vida, al crecimiento y desarrollo, a la salud y la educación de la niñez. Produce daños físicos y afecta el desarrollo de la niñez que se proyectan por generaciones y merman al capital humano de los países. Por lo tanto, cuando la niñez no alcanza su pleno desarrollo y no logra niveles educativos satisfactorios se contribuye a la transmisión intergeneracional de la pobreza

Para revertir esta difícil realidad se deben poner en marcha las políticas relacionadas con agricultura, salud, educación, economía y otras influyen mucho en el bienestar de la gente, incluyendo su estado nutricional. Estas condiciones, sin embargo, también dependerán de los recursos de los países. La manera como la ideología política puede tener importancia e influir en la malnutrición es probablemente a través del gobierno que actúa para garantizar algún nivel de equidad. La equidad no implica la

igualdad, simplemente significa un acceso razonable o relativamente justo de todas las personas a los recursos esenciales, como techo, educación, alimento y servicios de salud. Debería ser una prioridad para todos los países combatir la pobreza extrema y la desnutrición, evitando que mueran niños por falta de alimentación.

Desde un enfoque político de derechos, Amartya Sen define el alimento como un bien, que debe ser alcanzable por la gente y garantizado por el Estado, eliminando para ello las situaciones de vulnerabilidad de las poblaciones que impiden su pleno desarrollo social, económico y cultural, condiciones indispensables para la garantía plena de sus derechos humanos.

El problema nutricional más significativo en Ecuador es la desnutrición crónica en niñas y niños menores de 5 años. A escala nacional, 22 de cada 100 niños en estas edades sufren desnutrición crónica. En provincias como Chimborazo, Bolívar y Cotopaxi las tasas de desnutrición crónica bordean el 50%. En estas provincias, se concentran además altos índices de pobreza extrema y son las provincias con mayor proporción de población indígena.

Al menos 1 de cada 5 niños menores de cinco años tiene baja talla para la edad es decir desnutrición crónica. El 12% de los niños tiene desnutrición global, es decir bajo peso para la edad. El 16% nacen con bajo peso. Seis de cada 10 embarazadas y 7 de cada 10 menores de 1 año sufren de anemia por deficiencia de hierro. Estas cifras casi se duplican en poblaciones rurales e indígenas. Estos son algunos indicadores que muestran la gravedad del problema y la urgencia de incrementar esfuerzos para combatirlo.

Los problemas nutricionales no son causados solamente por la ausencia de una alimentación adecuada, las causas son variadas y complejas. A la causa inmediata de dificultades en la alimentación se suman las infecciones y enfermedades, bajo acceso a: la educación –principalmente de la madre-, a educación nutricional, a servicios de salud y brechas en el

acceso a agua y saneamiento. Dentro de las causas estructurales se encuentran el bajo ingreso, la pobreza y la débil aplicación del marco legal y las políticas públicas.

La educación constituye el principal instrumento a través del cual una sociedad procura formar ciudadanos y con una formación personal idónea para su normal desenvolvimiento. Dentro del proceso de formación educativa la Lectoescritura constituyen los aspectos esenciales para los niños; Los programas educativos en el Ecuador nacen de la política de estado y la comunidad como respuesta a la complejidad de los problemas educativos debiendo fomentar el análisis crítico reflexivo encaminado a mejorar el proceso de la Lectoescritura gradualmente en los estudiantes De la misma forma hacer que los niños y niñas sean los protagonistas de su aprendizaje con la creación de textos cortos y así este sea significativo y valorado para que realce su autoestima participando activamente dentro de la sociedad.

La nutrición en general es la que se ocupa de solventar las necesidades energéticas del cuerpo aportándole los hidratos de carbono necesarios, las grasas, las vitaminas, proteínas y todas aquellas sustancias que requiere el cuerpo para poder desarrollar las actividades cotidianas.

Los requerimientos de ingesta calórica son mayores durante la infancia debido a que el organismo se encuentra en plena etapa de crecimiento y desarrollo. Es de suma importancia que la alimentación de un niño sea equilibrada y balanceada, llegando a consumir variados alimentos que contengan carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua. Ya que mantener un peso ideal es muy importante para un crecimiento adecuado.

Es importante que los padres estén atentos a la ingesta de la famosa comida chatarra, como también la ingesta excesiva de dulces, ya que estos no aportan mayores nutrientes, pero si una gran cantidad de calorías, que no ayudan a mantener un peso balanceado; y esto afectara el adecuado desarrollo de la motricidad gruesa, entre otros.

Es muy importante que el niño consuma las cuatro comidas necesarias, no saltándose ninguna, dando gran importancia a un desayuno completo ya que es la comida más importante del día que lo ayudara e estar despierto y activo para comenzar su jornada.

La Lectoescritura es un proceso de enseñanza aprendizaje en el que se pone énfasis especialmente en el primer ciclo de la educación primaria. Los educadores ya preparan desde educación infantil a sus alumnos para las tareas Lectoescrituras que pronto vendrán, a través de actividades que les llevan a desarrollar las capacidades necesarias para un desenvolvimiento adecuado posterior.

Emilia Ferreiro afirma refiriéndose a los métodos tradicionales: “en las prácticas pedagógicas consideraban que el aprendizaje de la lectura se originaba cuando el niño, ya maduro en el manejo de ciertas habilidades psicomotoras, ingresaba en el sistema escolar. Sólo entonces era capaz de entender la técnica de la escritura, concebida esencialmente como un instrumento de transición de lengua oral” (Ferreiro, 1999.)

El lenguaje es la herramienta que utilizan los individuos para comunicarse los unos con los otros. Además, el lenguaje constituye uno de los instrumentos más importantes para el niño y la niña para conocer el mundo que le rodea y establecer las primeras relaciones afectivas, Por todo esto, el proceso de enseñanza y aprendizaje de la lectoescritura significa uno de los aprendizajes más importantes que deben iniciarse en la educación infantil.

Se puede decir que el niño aunque todavía “no sabe leer”, realiza una lectura no convencional; ya que aunque no reconoce las letras y las palabras, puede anticipar el sentido del texto ayudándose de las imágenes que lo acompañan y demás elementos para textuales (títulos, subtítulos, gráficos etc.). Por eso se afirma que de alguna manera el niño lee.

Desde una perspectiva vigotskyana de la construcción de la lengua escrita, los niños desde que nacen son constructores de significación: lo ratifican formas de comunicación como el juego, el dibujo y la elaboración de marcas como los rayones, las bolas, los palitos y en general todas las que Ferreiro y Teberobsky llaman “escrituras prealfabéticas”. El juego y dibujo son formas particulares del lenguaje que llevan directamente al lenguaje escrito y sobre todo el dibujo, insiste Vigotsky, “que es una etapa previa a la escritura”

Lectoescritura, aprendizaje integral, permite que padre u maestros conozcan cómo se va dando el desarrollo de adquisición de la lectoescritura, conociendo aspectos psicopedagógicos, cognitivos, madurativos, emocionales y escolares, pudiendo así atender el aprendizaje de la lectoescritura y las dificultades que aparezcan, conteniendo los trastornos que salga en la luz, tan importantes como base para los aprendizajes futuros.

Por todo lo expuesto se considera pertinente investigar el siguiente problema: **LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO- ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO 2014**

La metodología es una de las etapas específicas de un trabajo o proyecto que parte de una posición teórica y conlleva a una selección de técnicas e instrumentos concretos o métodos acerca del procedimiento para realizar las tareas vinculadas con la investigación del proyecto.

En cuanto las técnicas e instrumentos para obtención de la información se aplicaran así: La realización de un test de control de desarrollo de aspectos nutricionales para los niños de seis años que serán aplicados a los padres de familia y una prueba de conocimientos del aprendizaje inicial de la lecto-escritura que serán aplicados a los niños y niñas

Las posibles alternativas de solución De los Estados Nutricionales y el Aprendizaje Inicial de la Lectoescritura. Que los padres deben ser capaces de estimular a los niños para que participen de la planificación, selección, compra, conservación y preparación de alimentos sanos y nutritivos, Servir porciones pequeñas, de acuerdo al tamaño del estómago del niño según la edad, Comer en mesas pequeñas acorde a su tamaño.

Ejercitar el lenguaje oral y escrito a los niños, en actividades creativas, Motivar a la familia a leer, para que se conviertan en modelos y favorezcan el gusto por leer, Compartir sus libros, ser creativos y hacer de cada lectura una aventura apasionante

c. JUSTIFICACIÓN

Considerando a la educación como el pilar fundamental para el desarrollo de los pueblos a través del aporte intelectual, moral y académico en donde las universidades, escuelas de educación superior son piones de las investigaciones que contribuye a la solución de problemas de carácter social, económico y educativo latentes en la sociedad y en particular a la educación.

Como estudiante de la carrera de Psicología Infantil y Educación Parvularia comprometido con el proceso de enseñanza-aprendizaje, encaminado a descubrir y analizar la problemática social del país, he creído conveniente investigar sobre **LOS ESTADOS NUTRICIONALES Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO SEPTIEMBRE- FEBRERO 2014** con el objeto de conocer y a la vez aportar con posibles alternativas de solución.

El presente tema de investigación se justifica por la importancia de la temática puesto que es un problema que se evidencia en todos los centros educativos especialmente al inicio del año escolar y dar a conocer a las maestras y a los padres de familia sobre la importancia de los estados nutricional en los niños y niñas en su ámbito educativo.

Teoría ambientalista de tradición conductista, cuyo principal representante es Skinner. La imitación del habla de los padres es el mayor componente del aprendizaje del lenguaje. El niño es concebido como un receptor pasivo de la estimulación ambiental y el refuerzo. La idea de que podría construir activamente su lenguaje no es considerada: se acepta sólo como actividad a la imitación.

Para el desarrollo del presente trabajo, se cuenta con la preparación académica necesaria y los conocimientos recibidos en el transcurso de nuestra formación en la carrera, así como también la respectiva práctica

en la realización de investigaciones formativas en los módulos anteriores, lo cual servirá de base para la ejecución del siguiente trabajo.

Desde el punto de vista social el proyecto de tesis está orientado tanto a los hogares, Centros de Desarrollo Infantil como también a las maestras y padres de familia para que valoren la importancia de los estados nutricionales para que los educandos tenga un buen en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura ya que de esta manera les permitirá relacionarse de una manera social, emocional y afectiva no solo dentro del hogar sino dentro del establecimiento educativo.

También es importante mencionar que la presente investigación se justifica porque el tema a investigar reviste trascendental importancia social y educativa, es un problema de actualidad; así como también es factible de realizarse gracias a la colaboración y acogida desinteresada de la directora, docentes, alumnado y padres de familia de la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloras lo mismo que posibilitará la aplicación de las técnicas e Instrumentos: La realización de un test de control de desarrollo de aspectos nutricionales para los niños de seis años que serán aplicados a los padres de familia y una prueba de conocimientos del aprendizaje inicial de la lecto-escritura que serán aplicados a los niños y niñas. La población está conformada por un total 30 niños que asiste normalmente en la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloras, y el total de padres de familia es de 30 y de maestras una.

Por lo tanto esta investigación es factible realizarla ya que se cuenta con el apoyo de las autoridades de la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloras, maestras, niñas y niños, con recursos bibliográficos, económicos y lo más importante con la voluntad para llevar a cabo el presente trabajo.

d. OBJETIVOS

Objetivo General

- Realizar un estudio acerca de las influencias de los estados nutricionales y su incidencia en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura de las niñas y niños de la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloras de la ciudad de Loja periodo 2014

Objetivo Específicos

- Investigar si los estados nutricionales inciden en el aprendizaje inicial de lecto-escritura de la niñas y niños de la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloras de la ciudad de Loja periodo 2014

- Determinar si los estados nutricionales tiene relación directa con la situación social y económica de la vida familiar en el aprendizaje inicial de la lecto-escritura de las niñas y niños de la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloras de la ciudad de Loja periodo 2014

- Diagnosticar los factores externos que están incidiendo en el desarrollo de los estados nutricionales de la Unidad Educativa Municipal Tierras Coloras de la ciudad de Loja periodo 2014

- Elaborar lineamientos alternativos que permitan una adecuada intervención con los diversos sectores sociales y comunitarios con la provincia de Loja

ESQUEMA DEL MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO 1

1. LOS ESTADOS NUTRICIONALES

1.1. La Nutrición
1.2. Necesidades nutricionales en la infancia
1.3. La edad preescolar
1.4. La edad escolar
1.5. Crecimiento físico
1.6. Desarrollo neuromuscular
1.7. Interacciones Bio-Psico- Sociales
1.8. Apetito
1.9. Pica
1.10. Nutrición, desarrollo cognoscitivo y conducta
1.11. Aprender a comer

CAPÍTULO 2

2. APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA

2.1. Lectura y Escritura
2.2. Cuando iniciar el proceso de enseñanza- aprendizaje
2.3. Etapa fonológica-alfabético
2.4. Etapa semántico de acceso al significado
2.5. Como proceder a la enseñanza/aprendizaje de la lectoescritura
2.6. Adquisición de la lectoescritura, revisión de fundamentos teóricos
2.7. La lectura en el nivel inicial
2.8. Factores que condicionan la adquisición lectoescritura
2.9. Evolución y estimulación
2.10. Pasos a seguir en una actividad de lectura preescolar

e. MARCO TEÓRICO

1. LOS ESTADOS NUTRICIONALES

1.1 La Nutrición

La alimentación es uno de los procesos básicos en el desarrollo de todos los seres vivos. Por esa razón, los padres debemos ser conscientes de la importancia que para nuestro hijo tiene una correcta nutrición, desde las edades más tempranas, en el desarrollo de su crecimiento y en general en toda la vida.

La dietética se encarga del estudio de la correcta administración y proporción de la ingestión de alimentos de una persona.

En muchas ocasiones, y debido al creciente interés que en la sociedad despiertan los aspectos alimenticios, se confunden conceptos como alimenticios y nutrición. Pongamos un ejemplo: nuestro hijo puede consumir una determinación proporción de alimentos adecuada y no estar recibiendo la correcta nutrición por nuestra parte.

Por esa razón, es importante que nos metalicemos de la relevancia que para el futuro de nuestro hijo tendrá una nutrición sana.

Proceso como la digestión, la absorción y el transporte de alimentos, su almacenamiento, el metabolismo y la eliminación de las sustancias que forman los alimentos, son procesos que intervienen en el tratamiento de éstos para obtener los componentes nutricionales necesarios.

El interés que en nuestra sociedad despierta tanto la dietética como la nutrición, ha sido fruto del exceso de alimentación y por tanto, del control que se hace de su estudio.

Debemos ser conscientes de que estos alimentos son determinantes en la prevención de enfermedades.

1.2 Necesidades nutricionales en la infancia

Existen orientaciones de carácter general sobre las necesidades de energía y nutrientes en estas etapas de la vida. Traducidas en frecuencia

de consumo de alimentos y raciones, nos pueden ayudar a diseñar una dieta saludable, si bien se deberá tener en cuenta que las recomendaciones nutricionales deben adaptarse a las características individuales.

En la medida de lo posible, hay que respetar los gustos personales, porque hay muchas formas de alimentarse, aunque una sola forma de nutrirse.

Los alimentos son los “envases naturales “que contienen las diferentes sustancias nutritivas que el organismo necesita. En los distintos grupos de alimentos: carnes, pescados, frutas, verduras, hortalizas, legumbres, cereales, lácteos…, siempre puede haber uno que, aportando el mismo valor nutritivo, responda al gusto de quien lo consume. López C. (2010)

Aporte de energía y nutrientes

Energía:

Todos los alimentos, en función de su contenido en nutrientes, aportan calorías, en mayor o menor grado. Los alimentos al consumirse liberan estas calorías energía que nos permiten crecer, trabajar, practicar un deporte, etc.

Los aportes de energía –calorías– deben cubrir los gastos del organismo:

- Energéticos, ligados al mantenimiento de la temperatura corporal (37 º C);
- De crecimiento, muy elevados durante el primer año de vida, y que bajan sensiblemente después para ir aumentando de forma progresiva hasta alcanzar la adolescencia;
- Ligados a la actividad física, que en este periodo, es elevada (muy especialmente en los escolares que practican deportes). Es necesario luchar contra la vida sedentaria para mantener un peso adecuado, pues no basta reducir el aporte calórico si la actividad es escasa.

Proteínas:

Las necesidades de proteínas se expresan en relación con el peso corporal correcto, el que corresponda a la estatura y desarrollo. Son muy altas en los lactantes, disminuyen posteriormente y se elevan de nuevo en la pubertad.

Las proteínas cumplen algunas funciones esenciales dentro del organismo:

- ✓ Colaboran en el crecimiento
- ✓ Contiene un elemento llamado nitrógeno que no se presenta en los hidratos que no se presenta en los hidratos de carbono ni en las grasas.
- ✓ Previene las enfermedades.
- ✓ Ayudan a conformar los llamados anticuerpos
- ✓ Protegen los tejidos
- ✓ Participan en casi todos los procesos de defensa que tiene nuestro cuerpo
- ✓ Reparan los desgastes que sufrimos a diario
- ✓ Son importantísimas para nuestros órganos internos: corazón, hígado, riñones, cerebro y pulmones
- ✓ Aportan energía aproximadamente 4 calorías por cada gramo.

- **Hidratos de carbono**

  La presencia de hidratos de carbono es esencial para cubrir las necesidades energéticas, por lo que hay que estimular el consumo de los alimentos que los contienen. Hay dos modalidades de hidratos de carbono: los complejos, como los que se encuentran en los cereales; y los simples, como el azúcar. Una alimentación saludable debe contar con cantidades adecuadas de ambos, pero con un predominio de los complejos.

- **Grasas**

  La cantidad de grasas consumida en los países del mundo occidental es superior a la aconsejada. Se recomienda disminuir el contenido de este nutriente en la dieta, muy especialmente las grasas de origen animal (saturadas). Por el contrario, se aconseja el consumo de grasas de origen vegetal (mono insaturadas) sobre todo el aceite de oliva.

  El abuso de alimentos grasos y la fritura como procedimiento habitual en la cocina, aumentan el valor calórico de la dieta y contribuyen a la obesidad

- **Vitaminas**

  Las vitaminas son sustancias nutritivas esencia- les para la vida, que se encuentran disueltas en los alimentos, en el agua o grasa de composición. El mejor medio para asegurar un aporte adecuado de todas las vitaminas es proporcionar al escolar una alimentación variada, con una elevada presencia de frutas y verduras.

  La expresión “5 al día” sintetiza el número de raciones de frutas y verduras que hay que tomar.

  Las vitaminas se deben comprar “en el mercado”, al adquirir alimentos que las contengan, y sólo se debe recurrir a suplementos cuando el médico lo aconseje.

- **Alimentos ricos en vitaminas A y C**

  • Verduras: zanahoria, pimiento rojo y verde, tomate, coliflor.

  • Frutas: naranja, kiwi, fres, pera, manzana, melón.

- **Alimentos ricos en vitaminas del complejo B**

  Carnes y pescados variados, huevos y productos lácteos Merece una especial mención el folato o ácido fólico, que se encuentra en las verduras y frutas.

- **Minerales**

  Igualmente los minerales son esenciales para la vida. Algunos se requieren en cantidades superiores a 100 miligramos por día (calcio, fósforo, sodio y potasio) y otros se necesitan en cantidades meno- res (hierro, flúor, yodo, cobre, zinc, selenio, etc.).

  Vamos a referirnos a algunos de ellos:

- **El calcio**

  Las necesidades de calcio son altas en este periodo de la vida, especialmente en la adolescencia, por lo que la alimentación debe ser rica en pro- ductos que lo contengan de la forma más asimilable.

  El calcio es esencial para la formación del esqueleto y, finalizada la adolescencia, hay que mantener buenos niveles de este mineral en la dieta, para reparar las pérdidas que se producen a medida que se alcanza la edad adulta. La osteoporosis –pérdida de calcio óseo en la madurez–, constituye un problema importante de salud pública. Se manifiesta especialmente en las mujeres, por lo que hay que conseguir un buen esqueleto de partida –formado en la infancia y adolescencia–, seguir una dieta rica en calcio y practicar el adecuado ejercicio físico.

- **El hierro**

  Las necesidades de hierro son muy elevadas durante los periodos de crecimiento rápido, por lo que el aporte de este mineral es esencial en la edad escolar. En el caso de las niñas, a partir de la pubertad las hemorragias menstruales constituyen una pérdida de hierro relativamente importante, por tanto la presencia de este mineral en su dieta debe ser mayor que en la de los chicos.

- **El yodo**

  Las necesidades de yodo aumentan moderadamente en la pubertad, sobre todo en las chicas.

  El consumo de sal yodada para condimentar las comidas es una práctica deseable, porque garantiza la presencia de este importante mineral en la dieta. Esto no significa que deba aumentarse el aporte de sal en los alimentos, pues su adición siempre tiene que ser moderada.

- **El flúor**

  La caries dental constituye un problema importante de salud pública. La acción favorable del flúor está comprobada como protector de las agresiones de los ácidos orgánicos que producen los gérmenes cariogénicos de la placa dentaria.

  Se puede utilizar sal fluorada o comprimidos de fluoruro de sodio si el pediatra lo aconseja, así como dentífricos fluorados o colutorios de flúor, que son excelentes medios para combatir este problema.

1.3 La edad prescolar

La edad de 2 a 5 años se caracteriza por una participación activa cada vez mayor en la vida familiar. Los niños preescolares maduran en lenguaje y capacidades sociales relacionadas con la alimentación. Las comidas deben convertirse en situaciones importantes tanto nutricionales como sociales y se deben alejar hasta donde sea posible de las tensiones del día y de las preocupaciones de la vida familiar. Un horario regular para los alimentos que incluya el desayuno es importante alcanzar los requerimientos energéticos que van en aumento.

Durante este periodo de vida, el niño está sujeto a influencias del medio (sobre todo la televisión) con respecto a la selección de alimentos. Es un reto para la familia enfrentarse con estas presiones externas de manera que no dicten los hábitos de alimentación del niño.

1.4 La edad escolar

Ocurren muchos cambios en la vida del niño cuando se inicia una educación formal. El niño debe mantener un horario que refuerce la disciplina en los años preescolares. El niño necesita aprender a comer alimentos en ciertas condiciones que pueden ser muy diferentes en las de la casa. La energía utilizada para las necesidades escolares debe reponerse cuando el niño llega a casa en la tarde. Un refrigerio sólo debe servir para contener al niño hasta la comida de la tarde, no sustituirla. Es necesario el control de los padres sobre la cantidad y el tipo de refrigerios.

Durante los últimos años de la educación primaria, las necesidades energéticas del niño aumentan. Las presiones y tentaciones de reemplazar el almuerzo escolar por refrigerios son muy grandes. Estos alimentos tienen un alto contenido energético pero bajo en nutrientes y no deben sustituir a una comida. Estas afirmaciones de independencia pueden aparecer conflictivas con las lecciones de nutrición. A esta edad es conveniente recomendar una dieta suficiente y enseñar la importancia de una gran variedad de alimentos.

1.5 Crecimiento físico

En el primer año, el infante puede haber tenido un incremento de 25cm en longitud. Durante el segundo año, es más probable que el aumento sea de 11 a 13 cm. En tercer año, la estatura aumenta solo 8 a 9 cm y en los tres años siguientes aproximadamente 7cm/año. Las proporciones corporales cambian con un crecimiento más rápido del troco y de las piernas que de la cabeza. En promedio, el aumento de la circunferencia cefálica en el primer año es casi de 12 cm, pero en el segundo año es de sólo 2 a 2.5 cm, en el tercer año aproximadamente 1.2 cm y de allí en adelante menos de 1 cm de aumento por año. Como resultado, la conformación general del niño preescolar da cada vez menos la impresión de tener una cabeza desproporcionadamente grande y un cuerpo corto. Al fin del periodo preescolar la cabeza habrá alcanzado el 90% de su tamaño adulto. Por otra parte, aunque ahora el crecimiento del cuerpo es

más rápida que el crecimiento cefálico, a los seis años el niño habrá alcanzado sólo el 65 a 70% de su estatura adulta.

Las extremidades crecen con una tasa más rápida que el tronco durante los años preescolares así como durante la niñez. Por lo tanto, al final del sexto año el niño es más alto, pero con una cabeza más pequeña y con piernas más largas en relación al tamaño total.

El aumento de peso en el segundo año es inferior a la mitad del aumento del primer año, promediando cerca de 2.5 kg en vez de 6 a 7 kg. Durante el resto del periodo preescolar, el aumento de peso promedio por año es de aproximadamente 2kg/año. Algunos niños pueden tener una pérdida de peso temporal, lo cual no sorprende debido a la actividad física que aumenta y de algún grado de anorexia que se ve comúnmente a esta edad.

1.6 Desarrollo neuromuscular

Durante el segundo año se logra controlar el cuerpo y los movimientos. El niño generalmente puede caminar solo a los 15 meses, subir escaleras con ayuda a los 18 meses y corre a los 18 o 24 meses. Con este desarrollo de habilidades motoras burdas, el niño puede tener mayor acceso al ambiente y se vuelve menos dependiente de otros.

La coordinación motora fina también avanza rápidamente, volviéndose más eficiente la manipulación de objetos, incluyendo la comida. Aunque está acostumbrado a tomar líquidos en vaso, el infante necesita que le sostengan y guíen el vaso; al principio del segundo año el niño generalmente puede arreglárselas para sostener y dirigir un vaso con bastante precisión, pero puede ser común que derrame algo. El control de muñeca es un prerrequisito para la eficiencia en el auto alimentación, ya que la cuchara debe llenarse con comida y llevarse a la boca en posición horizontal. La mayoría de los niños logran esta habilidad entre los 12 y los 18 meses, pero por lo general necesitan otra ayuda, en especial hacia el final de un alimento en que ya están cansados.

1.7 Interacciones Bio-Psico-Sociales

El periodo preescolar es una época de independencia, habilidad y sociabilidad cada vez mayores. También es una época en que se manifiesta muchos de los efectos de las desventajas sociales, económicas y educacionales del ambiente. Las interacciones de la habilidades cada vez mayores del niño, el aliento y el apoyo de los padres y de otros en el ambiente del niño y el grado de estimulación, determinan en gran medida que el desarrollo progrese con un incide optimo o que se inhiba. Según se va volviendo más independiente el niño, el tipo de orientación que se de en relación a la actividad física, a los alimentos y formas de alimentación y al manejo psicológico y social, son de vital importancia para la salud y el funcionamiento durante la vida.

La reducción de la tasa de crecimiento ocasiona una demanda menos apremiante de nutrientes que la observada en el primer año. La ampliación del ambiente del niño y la curiosidad sobre el mundo cada vez mayor, coloca al alimento en un segundo lugar de importancia. Aprender a hablar le permite expresar sus gustos y desagrados, aceptación y rechazo y placer y molestia. La necesidad de afirmar la independencia se aplica a la alimentación así como a otras actividades. Como resultado de esta combinación de habilidades, el alimento se vuelve poco de conflicto entre el niño preescolar y sus padres.

1.8 Apetito

Casi al final del primer año, el infante empieza a mostrar poco interés por la comida. La reacción del niño ante el alimento puede estar muy relacionada con su lucha por la independencia. Además de querer vestirse sin ayuda o de hacer otras tareas independientemente. El rechazo de la comida también es una expresión de independencia, en particular cuando los padres muestras preocupación. La fuerza del lenguaje es otra área de desarrollo, y el niño puede decir no al ofrecerle comida que por lo general le gusta, supuestamente porque la satisfacción de la auto-expresión es mayor que la satisfacción de comer su alimento favorito.

El hambre del niño varia de un día a otro y los alimentos que rechaza un día los come con placer al día siguiente. También en esta edad existe una tendencia al inicio de la separación entre los que desayunan y los que no desayunan. Algunos niños que rechazan el desayuno poco después de levantarse, tendrán deseo de comer después de que se les deje jugar por un rato; otros prefieren no tomar el desayuno pero les da hambre y desean alimento a la mitad de la mañana.

Aunque existen un patrón común de aceptación y rechazo de alimentos existen amplias variaciones individuales en el ritmo, el grado y la duración de la anorexia. Muchas madres están convencidas de que sus niños comen menos, pero una historia dietética cuidadosa generalmente revela que la ingesta calórica se ha estabilizado y que en realidad sólo por poco tiempo el niño disminuye su consumo total de alimentos. Es más común que se sustituyan algunos alimentos de las comidas por golosinas y por alimentos con alto contenido de carbohidratos, con lo cual mantiene la ingesta de energía.

La disminución del consumo de leche generalmente es de larga duración y un aumento puede no ocurrir hasta la edad escolar. Las ingestas de otros alimentos cambian de día a día o de mes a mes. El poco entusiasmo por los alimentos puede durar sólo pocos meses o continuar durante casi todo el periodo preescolar. Por lo tanto las reglas habituales para estimular el apetito de un niño son útiles pero pueden ser no muy afectivos. Un arreglo cómodo de la mesa y de la silla, unos utensilios fáciles de manejar, alimentos atractivos cortados a un tamaño que el niño pueden manejar fácilmente y porciones iniciales pequeños con porciones adicionales según el niño lo solicite, puede despertar más deseos de comer, pero la anorexia se verá poco afectada. La indulgencia o la rigidez de los padres parecen tener poca influencia sobre la duración del problema.

Ya que el mal apetito y el desinterés por la comida que el preescolar presenta son auto-limitados, no necesitan ser de mayor preocupación en

la mayoría de los niños, aunque es comúnmente asegurar que los alimentos con alto contenido de nutrientes reciban prioridad. Si el niño preescolar parece sano, tiene una energía normal y crece a un ritmo aceptable, los padres pueden aceptar el cambio en el patrón de alimentación como una características esperada en este grupo de edad.

1.9 Pica

La mayoría de los niños empiezan a llevarse objetos a la boca a la mitad del primer año como parte de la etapa del desarrollo normal mano a boca. Este tipo de actividad generalmente desaparece al principio del segundo año. Su persistencia después de los 18 meses, en especial cuando incluye un antojo por sustancias no alimenticias particulares se puede considerar normal. Se ha reportado que la pica en los niños incluye el comer lodo, briznas de pintura, yeso, papel, crayones y otros objetos. La mayor incidencia es entre el año y medio y los 2 años de edad y luego disminuye la costumbre pero en algunos niños persiste hasta los 4 a 6 años.

La incidencia más elevada de la pica se presenta en edades en las que es común la anemia ferropriva y se ha investigado una relación causal. Algunos has sostenido que la anemia causa la pica al crear un deseo por esas sustancias. Otros han propuesto que la pica limita el consumo de alimentos nutritivos o inhibe la absorción de hierro y por lo tanto ocasiona anemia. Se ha reportado que el tratamiento con hierro es efectivo para curar la pica, pero tales estudios generalmente se han realizado sin llevar un control.

1.10 Nutrición, desarrollar cognoscitivo y conducta

Los efectos de la desnutrición severa sobre el funcionamiento cognoscitivo y sobre la conducta, según se ha observado en países subdesarrollados, se hacen aparentes en el periodo post-infantil. El momento más crítico del desarrollo cerebral probablemente empieza con el aumento de la multiplicación neuronal alrededor de la duodécima semana de vida fetal y se extiende hasta el tercer o cuarto año postnatal

en que la mielinación rápida ha terminado su nivel máximo. La desnutrición severa durante el crecimiento neuronal rápido puede ocasionar una reducción del tamaño cerebral, una disminución del número de células cerebrales y una organización bioquímica del cerebro inmaduro o incompleto.

Las complejas interrelaciones entre las consecuencias fisiológicas y bioquímicas de la desnutrición y de las influencias ambientales hacen difícil delinear los efectos de la desnutrición sobre la capacidad de aprendizaje. La desnutrición lo suficiente severa como para causar retardo físico y mental por lo general se asocia con un ambiente limitado, el cual se agrega a las desventajas bioquímicas. Las anormalidades de las características morfológicas, bioquímicas y fisiológicas pueden alterar el funcionamiento cerebral y reducir la capacidad de aprendizaje. El niño desnutrido a menudo es apático, se fatiga fácilmente, letárgico e inmaduro y por lo tanto se expone menos a estimulaciones ambientales, su capacidad de respuesta es limitada en un periodo crítico del desarrollo. La mayor susceptibilidad a la enfermedad puede aumentar el aislamiento social. Los cambios adversos de la personalidad, de la emotividad y de la conducta pueden interrumpir aún más procesos normales de aprendizaje.

La inactividad y la falta de capacidad de respuestas del niño limitan más la interacción con otros miembros de la familia afectados por su propia desnutrición. La falta de actividad física y de estímulos externos limita la oportunidad de aprender y desarrollar habilidades. En tal ambiente el feto y el infante son particularmente susceptible al retardo en el crecimiento cerebral y el infante y el niño preescolar están sujetos al complejo de factores fisiológicos y ambientales que deprimen el funcionamiento cognoscitivo.

En la mayoría de los primeros estudios, los niños que se recuperaron de la desnutrición energético-proteica regresaron a los mismos ambientes limitados y al examinarlos en las edades escolares obtenían resultados más malos que los controles bien nutridos. Sim embargo estudios más

recientes han demostrado que se puede presentar una regresión de los déficits en el crecimiento físico, la circunferencia cefálica y el funcionamiento psicológico cuando la rehabilitación nutricional se acompaña por enriquecimiento del ambiente y un aumento de estímulos sobre el niño.

1.10 Aprender a comer

Si queremos que los escolares, al llegar a la edad adulta, practiquen unos hábitos alimentarios saludables y propios de la cultura de su zona geográfica, influidos por sus propios gustos y los de su familia, hay que "presentarles" los alimentos.

Los alimentos contienen sustancias nutritivas bajo formas, consistencias, texturas, sabores, olores y tratamientos culinarios diferentes.

En la infancia y adolescencia conocemos los alimentos y sus diferentes combinaciones, a través de la gastronomía que se practica en la familia de origen y en las experiencias sociales (comida con familia, amigos comedor escolar, etc.), y cada persona va mostrando sus preferencias. Es difícil que un niño aprenda a comer bien si no ha entrado en contacto con una gran variedad de productos.

Por eso, al igual que se transmiten pautas de higiene personal, se debe hacer el esfuerzo de educar en alimentación y nutrición.

Existen niños con buen apetito, curiosos (a los que les encanta probarlo todo), lo que facilita la tarea educativa de los padres. Otros, por el contrario, son inapetentes, perezosos, desinteresados por la comida, e incluso algunos la utilizan para conseguir lo que desean (ir al cine, un juguete, no acostarse temprano, ver más horas de televisión, etc.).

La educación nutricional exige de los padres paciencia, dedicación, no hacer concesiones inaceptables y un cierto respeto por el apetito del niño, siempre que el crecimiento y desarrollo del mismo, a juicio del pediatra, se encuentre dentro de la normalidad.

Los padres que se preocupan en exceso por la comida pueden llegar a crear en sus hijos una dependencia no saludable en un acto que debe ser normal y placentero. Los niños, como los adultos, pueden tener variaciones en su apetito relacionadas con las distintas fases de su desarrollo. Hay épocas en las que el crecimiento se estaciona o es más lento y sus exigencias nutricionales son menores. Por el contrario, hay etapas en las que el escolar come con gusto y en abundancia como respuesta a la demanda de nutrientes que su organismo necesita para crecer. Esta situación debe ser entendida por la familia.

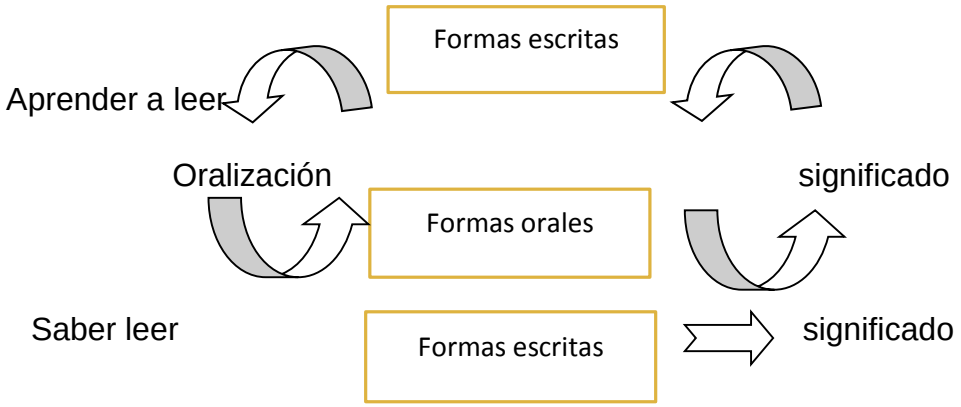
El peso y la estatura son indicadores excelentes de un estado nutricional adecuado, y la opinión del pediatra es esencial para valorar si la situación puede calificarse de normal o de preocupante.

2. APRENDIZAJE INICIAL DE LA LECTO-ESCRITURA

2.1 Lectura y Escritura

La lectura, en sentido estricto, constituye el acceso al código convencional e implica adquirir la conciencia lingüística por parte del lector abordando una triple fase global-natural, fonológica-alfabética y semántica.

Así Foucambert (1989, 26) representa del siguiente modo el aprender a leer y el saber leer:



Para este autor la lectura es la captación inmediata de un significado en lo escrito; obtener una información; trabajar sobre un simbolismo concreto. La lectura según el no es desciframiento, puesto que esto solamente aporta la posibilidad de oralizar los signos, lo cual es un paso intermedio totalmente insuficiente. Es preciso extraer el significado directamente de los signos gráficos, pues de lo contrario la oralización constituiría un obstáculo para la compresión lectora.

Desde otro punto de vista, Crowder (1985,20) estudia el desplazamiento de los ojos durante la lectura: se producen unos movimientos oculares entre periodos de fijaciones, que varían dependiendo del nivel de lectura.

La escritura, por su parte, en sentido estricto, como actividad de expresión personal creativa implica diversos procesos cognitivos y tares diferentes.

García Nuñez (1990) analiza la escritura desde un enfoque psicomotor y neuropsicológico. En el primer caso, la escritura como acto motor complejo, pasa por tres etapas diferentes:

1. Identificación de cada uno de los componentes.
2. Encadenamiento en una unidad ms compleja.
3. Automatización: etapa en la que el sujeto ocupa la actividad mental en resolver el problema simbólico el tèmporo- espacial de las etapas anteriores.

Desde el punto de vista neuropsicológico, coincidiendo con la teoría de la organización funcional del cerebro de Luria (1984) reconoce los siguientes procesos en la escritura:

5. Reconocimiento de los fonemas: análisis auditivo.
6. Articulación: conversión de la unidades fónicas de la palabra en impulsos motores.

7. Codificación de las unidades sonoras (fonemas) en unidades visuales (grafemas).
8. Análisis secuencial, característicos de todo lenguaje superior.

Estas formas de entender la escritura hacen referencia a la composición, expresión, etc.., es decir a una escritura productiva; sin embargo también existe la reproductiva, bien en una copia de algo escrito, bien en un dictado o escritura mecánica.

Esto implica una sistematización en sus intervenciones fruto de una preparación previa, tanto en la diversidad e estímulos ambientales y materiales didácticos, como en la secuenciación de los pasos a seguir con un criterio de dificultades creciente; con ello provocara una respuesta eficaz del alumno y asegurara, en gran medida, el éxito en el aprendizaje.

2.2 Cuando iniciar el proceso de enseñanza aprendizaje

Durante bastante tiempo ha estado bastante generalizado el concepto de madurez lector como aptitud para aprender a leer, de momento óptimo para iniciar el proceso de lectura, hacer superado determinadas pruebas.

Desde que el niño acudía a un centro (guardería, jardín de infancia, preescolar, etc.) se le proporcionaba materiales una serie de cuadernitos con idénticas características, con múltiples ejercicios básicamente de percepción visual y orientación de modelos, ejercicios de coordinación viso-motora, espacio temporales, etc. A este respecto recogemos solamente una opinión bastante ilustrativa (Rodríguez, 1987) las fichas tradicionales para madurar al niño de cada a la lectura, han aportado a nuestros aulas buen rentabilidad ocupacional en los niños gran parte del día con las fichas y buen rendimiento económico a editoriales de carácter nauro-perceptivo.

Al finalizar aquella etapa escolar, el profesor de clase o algún experto, aplicaba una de las pruebas de madurez más conicidad. De acuerdo con los resultados, se procedía a iniciar o no el proceso de enseñanza. La

justificación estriba en la consideración de la lectura dese un enfoque perceptivo-motor para lo cual era preciso entrenar al alumno incamente en esas habilidades.

En un paso más adelante, finales de la década de los setenta y los ochenta, basándose en el enfoque psicolingüísticos, diferentes investigadores de países diversos (ingleses, franceses y españoles) demuestran que la competencia lingüística, el tener una claridad cognitiva sobre la naturaleza y utilidad de la lectura, el tener un idea clara de la relación entre lenguaje oral y escrito, el entrenamiento en habilidades metalingüísticas (capacidad de reflexión sobre las unidades de habla) y la capacidad para sementar palabras en su diferentes unidades silabas y fonemas en la etapa infantil, tienen una relación muy estrecha con el éxito lector si bien no está suficiente demostrado cuales son los auténticos prerrequisitos de la madurez lectora.

2.3 Etapa fonológico-alfabética

Se trata de decodificar los signos gráficos haciendo un análisis segmental de los elementos del texto escrito y, al mismo tiempo, poder acceder a la información semántica (tercera etapa del acceso a la lecto-escritura).

En contraposición a la etapa anterior global- natural, esta ruta no es natural ni sencilla para el niño, ni se adquiere de forma automática visual, sino mediante la abstracción que supone asociar unos signos con unos sonidos que no están demasiado relacionados.

Muchos expertos consideran que cuando se estimula suficiente al niño es sus primeros años y se provoca el descubrimiento personal de estos aprendizajes es posible (está suficientemente demostrado) y conveniente (el niño aprende por todos los medios a su alcance y en muchas ocasiones por sus adultos a través de los métodos más tradicionales) aborda la etapa de la lecto-escritura en el segundo ciclo de Educación Infantil, respetando en todo momento el ritmo individual de cada niño y niña y si fuera preciso continuarlo en la etapa de primaria.

Hay que tener presente que el niño con anterioridad a esta etapa atraviesa un periodo transitorio silábico-alfabético donde combina ambas estrategias. No es conveniente detenerse en el proceso silábico sino abordarlo como parte del contexto significativo a fin de evitar problemas de lectura (lectura silábica carente de comprensión). Ya en un nuevo paso, va coordinando e integrando los distintos factores hasta descubrir la estructura grafo-fonética con las ayudas externas que hemos referido.

Finalmente citaremos las siguientes frases:

- ✓ Para leer es necesario dominar las habilidades de decodificación y aprender las distintas estrategias que conducen a la comprensión (Solé, 1992).

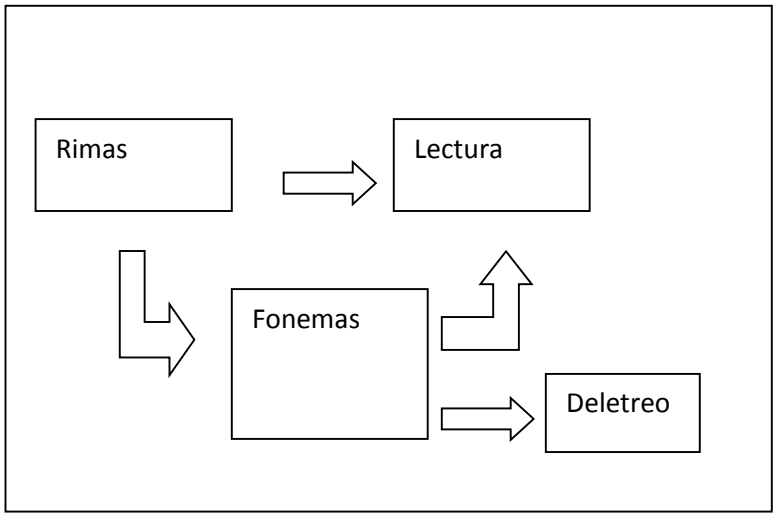
- ✓ La decodificación de una palabra escrita que se ve por primera vez requiere un conocimiento de las reglas de correspondencia grafema-fonema para que el lector esté seguro de que ha descodificado correctamente. (Gordon, 1991).

2.4 Etapa semántica de acceso al significado

Esta tercera etapa ha e ir vinculada estrechamente a todas las actividades anteriormente mencionadas, de manera que el lector que está desarrollando estrategias fonológicas, inmediatamente pueda acceder a toda la carga semántica que sea capaz de asimilar; único momento en que se realiza la auténtica lectura.

Así rodríguez Jorrìn, haciendo alusión a los estudios de Quiros, Vellutino, Tsvétkova y otros, afirma: La lectura es fundamentalmente una habilidad basada en el lenguaje y los trastornos de la función lectora se deben a una disfunción en el procesamiento de uno de los tres componentes del lenguaje: el semántico, el sintáctico o el fonológico. O bien nos dice Solé (1992), para leer es necesario dominar las habilidades de decodificación y aprender las diferentes estrategias que conducen a la compresión.

Gráficamente, Bryant (1990) representa las salidas a partir del trabajo de fonemas:



2.5 Como proceder a la enseñanza/aprendizaje de la lectoescritura

Desde el punto de vista didáctico es necesario incorporar las estrategias globales con las fonológicas y las semánticas, lo que equivale a decir que se han de suceder las tres fases siguientes:

- Una fase globalizada que fomente la actitud positiva del alumno frente al mensaje escrito y favorezca la percepción por totalidades con la captación de significado.

- Una fase análisis de los elementos componentes del idioma, grafema-fonema abordado con un carácter significativo, interesante, lúdico y multisensonrial.

- Una fase sintetizadora de acceso directo al léxico que permia la lectura y compresiva.

No obstante la pregunta del lector-profesor se mantiene en pie: ¿Qué método es aconsejable utilizar?

Con larga experiencia en el aula es que independientemente de la publicidad, de la difusión que por diversos motivos pueda tener uno u otro método, de las opiniones procedentes de no expertos en el tema, fáciles producidas en un primer momento, el profesor responsable del aula ha de estudiar, analizar y evaluar los métodos antes de optar por uno determinado.

El método es un elemento que interviene considerablemente en favorecer, facilita el proceso o frenar, lo hace sumadamente difícil por no decir inhibidor el aprendizaje adecuado pero no lo produce directamente el alumnado es el sujeto activo de su propio proceso de aprendizaje quien con las ayudas de externas convenientes (bien sean del método o del ambiente), va incorporando la propia competencia, tanto cognitivo como lingüístico, para producir el efecto del aprendizaje.

2.6 Adquisición de la lectoescritura, revisión de fundamentos teóricos.

Las investigaciones sudamericanas.

Desde los primeros trabajos soviéticos transcurren casi cincuenta años hasta que se incorpora la escritura como objeto de estudio psicológico.

Según Tolchinsky este lapso temporal fue debido a que primero había que romper tres prejuicios epistemológicos distintos pero que actuaban concomitantemente.

- **Un prejuicio conductista o reduccionista.** Cualquier habilidad entre las que se incluye la lectura y la escritura puede ser descompuestas en componentes más simples y aprendemos de los más simples a los ms complejo. Así escribir consiste en dos componentes simples: deletreo (habilidades de organizar ideas en oraciones y estas en textos. Escribir, entonces consiste en la habilidad de pasar de los componentes fonológicos a su composición en palabras y de estas a su composición en

oraciones en textos. El éxito o el fracaso del aprendizaje se pone en el medio ambiente que no ha logrado crear los hábitos básicos.

- **Prejuicios de origen piagetiano:** La concepción de que la lectura y la escritura eran asignaturas escolares y no dominios de desarrollo a ser investigados era muy fuerte. Se sostenía que hasta que el niño no conservara la noción de cantidad no tenía sentido empezar por la enseñanza de la lectura. Un currículo basado en ideas piagetianas (Furth y Wach) separa entre actividades para penar y habilidades académicas básicas: lectura, escritura y aritmética. Cuando los niños hubieron aprendido a pensar y madurado suficientemente, estarían preparados para someterse a la enseñanza de la lectura y la escritura.

  Los supuestos subyacentes a la concepción piagetiana eran: A) el pensar no está involucrado en la lectoescritura ni en la aritmética y estas se reduce a habilidades específicas cuya enseñanza requiere de automatismo y rutinas; B) el pensar se reduce al procesamiento de la información textual. C) una preparación general en resolución de problemas y no necesariamente una preparación específica en actividades de lectoescritura constituiría la base para abordar el aprendizaje del código escrito.

- **Prejuicios de origen lingüísticas:** Durante los años 70, la escritura no tenía ninguna ciencia básica que se ocupara de ella , ya que la lingüística sostenía que su objeto de estudio era el lenguaje oral, que es el natural, primario y universal.

  Como sostiene Tolchinsky, “si bien la escritura es un artefacto, los lingüísticas no participaron en su creación, ni vivían antes de que ella fuera creada. Por lo tanto, aunque la lingüística pretenda no estudiar la escritura, cualquier lingüística que se proponga ya estará filtrado por ella”.

Las investigaciones sudamericanas hacen una lectura distinta del mensaje piagetiano y toman como punto de partida tres postulados básicos:

- El sujeto es activo, busca y selecciona que y como aprender.
- El conocimiento no comienza de cero; la mejor manera de entender un conocimiento es estudiando su historia genética.
- Todo conocimiento, incluido el de sistemas convencionales, debe ser reconstruido por el sujeto que conoce. En ese proceso se producen transformaciones o desvíos del sistema que deben ser comprendidos como errores constructivos ya que sirven para entender cómo funciona la escritura.

En 1979 aparece el libro de Emilia Ferreiro y Ana Teberosky **Los sistemas de escritura en el desarrollo del niño** cuyo objetivo es mostrar "la pertinencia de las teorías psicogenética de Piaget y de las conceptualizaciones de la psicolingüísticas contemporánea para comprender la naturaleza de los procesos de adquisición de conocimiento acerca de la lengua escrita, ubicándonos por encima de las disputas acerca de los métodos de enseñanza pero teniendo como fin último el de contribuir a solucionar los problemas de aprendizaje de la lectoescritura en América Latina para evitar que el sistema escolar siga produciendo futuros analfabetos.

Los principios básicos que guiaron la construcción de ese diseño experimental fueron:

- ✓ No identificar lectura con descifrado
- ✓ No identificar escritura con copa de un modelo.

- ✓ No identificar progresos en la conceptualización con avances en el descifrado o en la exactitud de la copia.

Partían de situaciones experimentales estructuradas pero flexibles mediante las cuales los niños ponían en juego sus distintas hipótesis interactuando con el objeto de conocimientos (la escritura) bajo la forma de una situación a resolver. En dichas situaciones se introdujeron elementos potencialmente conflictivos cuya solución provocarían un real razonamiento por parte del niño.

La metodología usada fue la entrevista clínica como es habitual en las investigaciones de orientación piagetiana. Sobre la base de los resultados obtenidos en las distintas situaciones de interpretación de palabras y oraciones escritas por otros y de la producción e interpretación que se solicitaba escribir al propio niño, se llegó a la enunciación de tres periodos en la conceptualización de lo escrito.

- ➢ Primer periodo:

  Se caracteriza por la búsqueda de parámetros distintivos entre las marcas graficas icónicas y las no icónicas. Las letras se constituyen en objetos sustitutos y comienzan a buscar las condiciones de interpretabilidad. En esta primera delimitación, el niño incluye en el mundo de lo escrito, cadenas de letras repetidas, escrituras ligadas, etc. Durante este periodo las producciones son indiferenciadas. Ferreiro señala que una vez establecida la diferencia entre el dibujo y escritura, el niño comienza a buscar relaciones entre estos dominios.
- ➢ Segundo periodo:

  Se caracteriza por los modos de diferenciar las formar escritas trabajando de manera alternada sobre a) el eje cuantitativo: qué cantidad de marcas se incluyen en una notación y b) eje cuantitativo; tipo y variedad de las marcas. Lo legible debe poseer más de dos letras no repetidas en la misma cadena. Estas restricciones son coherentes con las regularidades notacionales

de la escritura y evidencian que el niño está trabajando en este nivel sobre la sintaxis del sistema.

- Tercer periodo:

  Esta caracterizado por la fonetizaciòn de la escritura, que comienza por un periodo silábico y culmina en el periodo alfabético pasando por un periodo transición. En el surgimiento de la hipótesis silábica cada letra vale por una construcción original del niño que no puede ser atribuida a una transmisión por parte del adulto.

Posteriormente el conflicto entre la hipótesis silábica y las formas fijas recibidas del medio ambiente que se evidencian con mayor claridad en el nombre propio conduce a la escritura alfabética: realiza sistemáticamente un análisis sonoro de los fonemas de las palabras a escribir.

A partir de este momento el niño afrontara las dificultades propias a la ortografía, pero no tendrá problemas de escritura en sentido estricto.

Liliana Tolchinsky revisa algunas interpretaciones de Ferreiro y contrapone su postura con la de la investigadora citada y con las de Luria y Vigotsky. Para Tolchinsky el niño comienza relacionándose con l escritura no como un instrumento sino como un objeto de conocimientos o espacio de problema. En contraste con Luria sostiene que la exploración que precede al uso instrumental ya es parte del desarrollo de la escritura y no pre-escritura.

En contraste con Ferreiro, opina que ya en este momento la escritura es para el niño un objeto simbólico y no un objeto sustituto porque la manera de simbolizar de la escritura no es por sustitución sino que posibilita la reproducción. En esta etapa los niños simbolizan el escribir, la apariencia externa del modo como suponen que escriben los adultos. Por lo tanto dese el primer momento la escritura es para el niño un objeto de conocimiento, simbólico y no instrumental.

2.7 La lectura en el nivel inicial

La lectura es uno de los aprendizajes más importantes que dará paso a la construcción creciente de futuros aprendizajes y conocimientos. Al ser un contenido de semejante magnitud, su enseñanza ya está presente en el nivel inicial

En el primer nivel de la educación inicial el objetivo no es enseñar directamente a leer, sino practicar habilidades que darán acceso a una equilibrada madurez para la verdadera actividad lectora.

Acompañando estas habilidades se debe despertar en el niño el interés por la lectura tanto por placer como por necesidad. La mayoría parte de las actividades de estimulación lectora se centrara en el trabajo con el vocabulario y con el habla.

La riqueza de vocabulario y la claridad del habla son necesarias para la enseñanza de la lectura; al igual que una buena discriminación visual y auditiva y una buena actividad referida a la atención y a la memoria. Para poder iniciar el trabajo previo a la lectura, hay factores determinados que el maestro debe tener en cuenta:

- Capacidad cognitiva
- Lenguaje
- Oído y vista

El maestro de jardín de infantes en el gran abanico de actividades que realiza a diario debe comprobar constantemente la participación correcta de la vista, la audición y el lenguaje, como así mismo las capacidades de ejecutar que tiene un niño.

El primer paso en el proceso de enseñanza de la lectura es enseñar a leer o sea descifrar carteles o gráficas para luego enunciarlos oralmente. En este primer tiempo de aprendizaje, el niño hace una lectura global de lo que ve con lo cual son más prácticas las carteleras imágenes que los libros en sí mismo.

- Lectura global

En esta primera lectura, el maestro ensuciara todo lo que ofrece la imagen haciendo hincapié en los términos o vocablos nuevos. Estos carteles deberán ser trabajados reiteradas veces. Es importante la entonación con la que el maestro lee el cartel y la gesticulación que vaya acompañando al despliegue de cada palabra señalando cada vocablo leído.

- Lectura carteles

  Deben ser concretos y claros:

  - Letra de tamaño grande
  - Una oración por reglón
  - No separar en silabas
  - Caligrafía correcta.

- Lectura sintética

  Este será el segundo paso de la lectura, el cual consiste en diferenciar letras de dibujos y así empezar la discriminación de una palabra escrita con su correspondiente fonema e imagen.

  Este ejercicio contribuye también al enriquecimiento del vocabulario. En el último periodo de sal de 4 años y en preescolar sala 5 años, la enseñanza de la lectura se perfila en el aprendizaje, fijación y memorización de las letras del alfabeto en cuanto a su pronunciación y reconocimiento del grafema.

El lenguaje a los cinco y seis años

Entre los cinco y seis años el lenguaje va a quedar prácticamente estructurado. El niño utiliza correctamente las particulares gramaticales empieza a formar oraciones completas y bien construidas incluso frases subordinados y condicionales y posee un vocabulario 2000 palabras que es capaz de aplicar con bastante soltura y precisión.

La paulatina maduración del mensaje verbal que hemos situado aproximadamente a los 3-4 años, es decir en el periodo final de la etapa anterior, le ha permitido empezar a darse en cuenta de que el habla puede utilizarse para transmitir las propias necesidades y deseos a los demás.

La escuela tiene un papel básico en el fomento de la lectura

Es, verdad también depende si el docente los alimenta a leer. Además se recomienda usar libros bien diferenciados: un libro debe usarse para divulgación de conocimiento, libro de texto o manual escolar y otro distinto para fomentar la lectura. Que el niño vea la lectura como tomarse un respiro que la disfrute.

2.7 Factores que condicionan la adquisición de la lectoescritura

Los lineamientos curriculares el nivel inicial dicen que, durante esta instancia se debe preparar al niño para adquisición e lectoescritura. Esta etapa se denomina iniciación a la lectoescritura.

Etapa de iniciación a la lectoescritura tiene por objetivo la preparación física y psicológica del niño para lograr ya facilitar el aprendizaje de la lectoescritura. Los objetivos según el currículo escolar son los siguientes:

1. Lograr la adaptación al medio escolar, adquisición de hábitos.
2. Lograr través de la practica el desarrollo de la discriminación visual u auditiva
3. Estimular el desarrollo senso-perceptivo
4. Estimular y desarrollar la coordinación viso motora
5. Dominio del esquema corporal
6. Definición de la lateralidad
7. Estimular y desarrollar las nociones espacio-temporales
8. Ejercitar la atención la concentración la compresión y la memoria
9. Lograr la organización del trabajo áulico para evitar la desatención y fatiga.

Dentro de los factores pedagógicos, hay que destacar el rol del docente y su desempeño como agente de enseñanza. La tarea de detección y prevención cuando un niño no responde adecuadamente al aprendizaje lo transforma en un agente directo que se involucra de manera constructiva o destructiva. Sin duda hasta se puede decir que el éxito o el fracaso en el aprendizaje principalmente en esta primera etapa depende el maestro quien través de sus conocimientos psicológicos, cognitivos, lingüísticas y pedagógicos.

Detectar y abordar precozmente aquellos casos en los que el aprendizaje se ve perturbado, ayudando a la familia a comprender el problema y a seguir los pasos necesarios para l recuperación del niño, es una actitud que habla de éxito educativo.

Una de las herramientas que ayuda al docente en esta etapa del aprendizaje es el diagnostico preventivo de los niños que ingresan al 1er año escolar.

Factor madurativo

Para que un niño sea capaz de iniciar el aprendizaje de la lectoescritura, debe estar maduro, es decir, debe estar preparado.

La maduración para el aprendizaje es el momento en que el niño está preparado para aprender con facilidad y sin tensión emocional, logrando un aprendizaje productivo y encontrando resultados positivos.

Por supuesto que el logro e este estado madurativo óptimo depende de varios factores:

- Físico
- Psíquico-emocional
- Intelecto-cognitivo
- Socioeconómico
- Cultural

El momento óptimo para el aprendizaje del lectoescritura no tiene relación directa con la edad cronológica del niño, sino con su estado madurativo, en donde la edad cronológica puede oscilar entre los 4 y los 8 años, según cada caso particular

Factores lingüísticos

La lectura y la escritura son actos lingüísticos complejos, porque simbolizan de manera abstracta la realdad, a través de un código alfabético convencional.

El niño pequeño posee una plasticidad neuronal fantástica, que le permite acceder a importantes eslabones del aprendizaje de forma autónoma.

Podríamos decir que el aprendizaje del lenguaje oral es relativamente sencillo pero no debemos confundirnos, el aprendizaje del lenguaje escrito es un tanto más complejo pero igualmente accesible. Es aquí donde se pone en juego el rol protagónico de la educación formal como medio para que, a través de la relación maestro-alumno y del proceso de enseñanza aprendizaje, el niño adquiera la lectoescritura.

Cuando el niño aprende a hablar, intuitivamente adquiere los conocimientos fonológicos, sintácticos y semánticos pero más tarde a partir del instrucción educativa adquiere las reglas de la fonología, la sintáctica y la gramática, que aplicara en el lenguaje escrito.

Factores físicos

El estado de salud influye directamente sobre el aprendizaje. En el caso de la lectoescritura, es necesario contar con una integridad visual, auditiva y motora, funciones primordiales para leer y escribir.

El desarrollo neurológico es uno de los factores ms importantes tanto por los procesos mentales que dé él dependen como por el desarrollo de la lateralidad. Por otro lado la función visual debe ser objeto de monitoreo escolar ante el inicio de la lectoescritura.

La audición tiene casi la misma influencia que la visión. Si el umbral auditivo esta descendido perturbara la red de comunicación y de percepción necesarias para lectura y no permitirá una correcta asociación viso-auditiva, ni una correcta pronunciación.

Factores sociales

Dentro de estos factores, considerare los que se refieren a las características del medio ambiente al que el niño pertenece y las características familiares ambos factores determinan la calidad del aprendizaje ya que la familia y el medio colaboran o desfavorablemente con el desarrollo madurativo. Entonces, tendrá que ver:

- Los vínculos familiares
- Los cuidados hacia el niño
- El nivel de vocabulario familiar
- La lengua materna
- Las condiciones de la vivienda
- Las condiciones económicas
- El lugar que ocupe la lectura en la familia
- El acceso a la cultura.

Factores emocionales

La madurez emocional es determinante para el desempeño del niño en el 1er año escolar. Al momento de ingreso escolar, es necesario que el niño se encuentre emocionalmente equilibrado y que logre ser un individuo autónomo e independiente. La timidez, la baja autoestima, la tensión nerviosa y la inquietud son factores que perturbaran el aprendizaje.

Factores intelectuales

El nivel de capacidad mental es importantísimo para adquirir el aprendizaje de la lectoescritura.

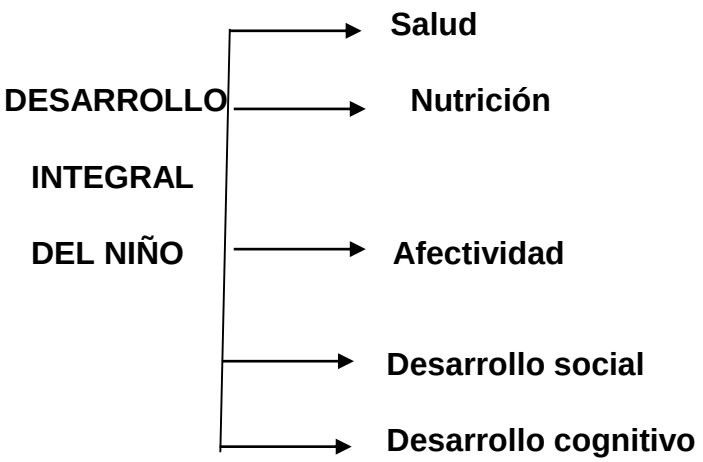
A la edad de 6 años aproximadamente, el niño cuenta con las funciones cognitivas necesarias para iniciar el aprendizaje de la lectoescritura que son:

- Compresión
- Interpretación
- Atención
- Razonamiento
- Desarrollo lingüístico

2.9 Evolución y estimulación

El proceso de enseñanza-aprendizaje de la lectoescritura no se inicia con la introducción a los grafemas y a los fonemas, si bien es el aprendizaje directo. Este proceso tiene una ejercitación indirecta previa que es la que está asociada a las actividades del esquema corporal, lateralidad, ritmo y orientación espacial y temporal, que dan paso a las nociones psicoperceptuales necesarias para la lectoescritura y son el objetivo mayor durante el nivel inicial o preescolar.

La evolución y la estimulación de estas nociones y funciones, sintéticamente quiero dejar claro los siguientes conceptos:



Si estas áreas se encuentran en buenas condiciones, dentro de un desarrollo normal, podríamos decir que hay equilibrio y que el aprendizaje se implantara favorablemente.

2.10 Pasos a seguir en una actividad de lectura en preescolar

1. Preparación del cuento. Observación del título y la tapa del libro. comentario de vocablos nuevos que aparecerán en el cuento.
2. Lectura pausada del cuento para que los niños puedan relacionar las imagines graficas con lo leído y las grafías con las palabras leídas.
3. Conversación de lo leído, lectura compresiva
4. Preguntas sobre el cuento leído que sitúen al niño en: Personajes, tiempo, espacios, secuencias.
5. Ejercitación sobre el cuento: dibujos, collage, dramatización, etc. Seguramente relataran las imágenes del cuento, según lo que han comprendido. Se debe permitir que todos los alumnos participen y hagan comentarios al lector.
6. Conversar sobre el final del cuento y su idea central.

f. METODOLOGÍA

METODOLOGÍA UTILIZADA

La metodología es un proceso que sigue en procurar la descripción, desarrollo y explicación de la investigación, esta comienza en el momento mismo en que se hace el primer acercamiento en los investigados, finaliza cuando se hayan obtenido resultados, es decir cuando se arribe a las conclusiones y se planteen las respectivas recomendaciones. Para llevar adelante el desarrollo del presente trabajo, me he propuesto diversos métodos, y técnicas que están más adecuadas a la investigación científica proporciona, estos a su vez han contribuido a ampliar el conocimiento sobre la materia de estudio y se basara fundamentalmente en:

MÉTODO CIENTÍFICO

El método científico es uno de los métodos más completos , pues abarca todo el proceso de la investigativo ,según sus características , nos parece más pertinente , toda vez es racional, sistemático, analítico, objetivo, claro y preciso, verificable y explicativo; en otras palabras, es un conjunto de procedimientos lógicamente estructurados y sistematizados el mismo que fue utilizado durante el proceso y desarrollo del proyecto; además se consultó fuentes bibliográficas para elaborar el marco teórico que permita sustentar de manera científica el problema a investigar.

MÉTODO DESCRIPTIVO

El método descriptivo que se encuentra en el primer nivel del método científico se utilizara para evidenciar y detallar la problemática planteada, además este método servirá para exponer y realizar el análisis de los estados nutricionales en el aprendizaje inicial de lecto-escritura

MÉTODO ANALITICO

Posibilitará el estudio del marco teórico, el mismo que permitirá analizar y criticar prepositivamente conceptos, teorías y concepciones; sintetizando,

interpretando y permitiendo la verificación de los objetivos. Consecuentemente se formularán conclusiones y recomendaciones sobre la problemática investigada.

MÉTODO DEDUCTIVO:

Permitirá la elaboración de definiciones y conceptos que sustentarán las variables del marco teórico, así como también elaborar las conclusiones y recomendaciones.

MÉTODO INDUCTIVO:

Partirá del análisis en donde se conocerá hechos y fenómenos particulares para llegar al descubrimiento de un principio general, aplicándolo como base al momento de tabular y analizar la información obtenida con respecto a la aplicación de los instrumentos previstos.

MÉTODO ESTADISTICO

Este método permite la reproducción en cifras de los resultados obtenidos en el trabajo de campo, por lo tanto servirá expresar a través de cuadros de frecuencias y porcentajes los resultados obtenidos tanto de las técnicas e instrumentos

Técnicas e instrumentos de investigación

En cuanto a los instrumentos para la obtención de la información se aplicara así:

- ✓ Test de control de desarrollo de aspectos nutricionales para niños de seis años dirigido a los padres de familia de la Escuela de Educación Básica Municipal tierras coloradas.

- ✓ Prueba de conocimientos que será aplicado a los niños y niñas.

POBLACIÓN MUESTRA

Cuadro de población de los niños y niñas Docentes del nivel inicial dos de la Escuela de Educación Básica Municipal de Tierras Coloradas

Centro educativo	**Paralelo**	**Niñas**	**Niños**	**Docentes**	**Total**
Unidad Educativa Municipal Tierras Coloradas	**Primer año de básica**	13	17	1	31

La población está conformada con un total de 30 niños que asisten normalmente a la Unidad Educativa Municipal de Tierras Coloradas. De esta población 13 corresponde a las niñas y 17 a los niños cuya edad es de 5 a 6 años de edad cronológica. El total de padres de familia es de 28 y un total de maestras es de una que elabora en el Primer año de básica

Padres a investigar es el total de niños que son 30 que da el 100% que corresponde a diferentes niños los mismos que mediante procedimiento adecuado se los relaciona para la aplicación de técnicas. Esta muestra la considera satisfactoriamente significativa.

g. CRONOGRAMA

TIEMPO	2013															2014																																					2015									
ACTIVIDADES	Sep.				Oct.				Nov.				Dic.			Ene				Feb.				Mar.				Abr.				May.				Jun.				Jul				Nov.				Dic.					Ene.				Feb.				Mar	
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
SELECCIÓN DE TEMA																																																															
ELABORACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA Y JUSTIFICACIÓN.																																																															
PLANTEAMIENTO Y CONCRECIÓN DE LOS OBJETIVOS.																																																															
DESARROLLO DEL MARCO TEÓRICO																																																															
SELECCIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.																																																															
PRESENTACIÓN DEL PROYECTO PARA SU APROBACIÓN																																																															
INVESTIGACIÓN DE CAMPO																																																															
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN ESTADÍSTICA																																																															
ELABORACIÓN DE CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES																																																															
DEFENSA DEL BORRADOR DE TESIS																																																															
DEFENSA PÚBLICA DE TESIS.																																																															

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

1. Recursos humanos

- Personal docente del centro educativo
- Padres de familia de las niñas y niños de primer año de básica de Unidad Educativa Municipal de Tierras Coloradas
- Niños y niñas de primer año de básica

2. Recursos institucionales

- Universidad Nacional de Loja
  Área de la educación, el arte y la comunicación
  Carrera de Psicología Infantil y Educación Parvularia

- Unidad Educativa Municipal de Tierras Coloradas

4. Financiamiento

Descripción	**Valor**
Material bibliográfico	**200.00**
Copias	**180.00**
Internet	**170.00**
Impresiones	**180.00**
Imprevisto	**100.00**
Transporte	**200.00**
Total	**1030.00**

i. BIBLIOGRAFÍA

- BEAL. V (2000) Nutrición en el ciclo de la vida Editorial Limusa, S.A. de C.V. México.
- CHEVALLIER. B (1997) Nutrición Infantil Editorial Masson de Barcelona
- DAVIÑA. L (2003) Adquisición de la lectoescritura Editorial Homo Sapiens Santa fe-Argentina.
- GROSS. E (2004) Conoce a tus hijos Editorial Libsa de España
- LEWIS. A(1994) Manual de nutrición pediátrica Editorial medica panamericana S.A Buenos Aires
- LEBRERO. M (1998) Especialización del profesorado en educación infantil España-Madrid.
- LÓPEZ. C (2010) La alimentación de tus niños y niñas Imprenta: Litografía Arte,S.L Madrid
- MORA. E (2010) Psicopedagogia infantil-adolecente tomo II Madri-España
- NARVARTE. M (2008) Lectoescritura Aprendizaje Integral Editorial Lexus S.A España.
- RUGULO. M, Sanchez. M, Tula. R (2008) Escuela para padres Editorial Lexus Buenos Aires

WEBGRAFÍA

- http://www.unicef.org/lac/final_estrategia_nutricion%282%29.pdf
- http://www.taringa.net/posts/salud-bienestar/16269136/La-desnutricion-infantil.html.
- http://www.unicef.org/ecuador/media_9001.htm
- http://www.desarrollosocial.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2012/07/2_triptico_accion_nutricion.pdf

j. ANEXOS

ANEXO 1

TEST DE CONTROL DE DESARROLLO DE ASPECTOS NUTRICIONALES PARA NIÑOS DE SEIS AÑOS

1. ¿Ha observado si ha aumentado considerablemente su apetito?

() Sí

() No

2. ¿Suele tener bastante ansia por terminar el plato?

() Sí

() No

3. ¿Tiene preferencias en general por las comidas sencillas?

() Sí

() No

4. ¿Es sensible el niño a las cualidades tópicas de los alimentos?

() Sí

() No

5. ¿Influyen en el los gustos de los adultos?

() Sí

() No

6. ¿Altera su forma de comer con la presencia e personas desconocidas?

() Sí

() No

7. ¿Sabe cortar la carne con el cuchillo?

() Sí

() No

8. ¿Es capaz de comer completamente solo cualquier alimento?

() Sí

() NO

9 ¿Intenta monopolizar las conversaciones de los adultos durante las comidas?

() Sí

() No

10. ¿Tiene al corriente de sus movimientos intestinales a toda la familia?

() Sí

() No

11. ¿Les gusta comer todo tipo de alimentos?

() Sí

() No

12. ¿Cambia su gusto por las comidas con mucha frecuencia?

() Sí

() No

13. ¿Suele comer siempre al mismo ritmo?

() Sí

() No

14. ¿Quiere sentarse siempre en el mismo sitio de la mesa a comer?

() Sí

() No

15. ¿Le gusta comer entre horas?

() Sí

() No

16. ¿Come igual fuera de casa?

() Sí

() No

17. ¿Va mejorando progresivamente sus modales en la mesa?

() Sí

() No

18. ¿Prefiere los alimentos dulces a los salados?

() Sí

() No

19. ¿Se distrae fácilmente mientras que está comiendo?

() Sí

() No

20. ¿Suele hacer desayunos escasos?

() Sí

() No

Valoración

El test está desarrollado por 20 ítems o preguntas. Deben contabilizarse las respuestas negativas obtenidas durante la realización de los test.

- **Respuestas negativas entre cero y cinco.** Si ha obtenido un total de respuestas negativas entre cero y cinco puntos en alguno de los test es leve, el niño está adquiriendo un dominio de su cuerpo y del mundo que le rodea totalmente adecuado para su edad.

- **Respuestas negativas entre cinco y 15.** Si ha obtenido un total de respuestas negativas entre cinco y 15 puntos es moderado, no debes preocuparte, pero tal vez debas estar atenta a sus progresos y conquistas, vigilando que no se produzca ningún retraso importante.

- **Más de 15 respuestas negativas**. Si ha obtenido un total de respuestas negativas superior a 15 puntos de los test es grave el desarrollo del niño no está llevando el ritmo adecuado. Ha comportamientos y síntomas que exigen una consulta obligada con el pediatra.

ANEXO 2

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

AREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÌA INFANTIL Y EDUCACIÒN PAVULARIA

PRUEBA DE CONOCIMIENTO A NIÑOS Y NIÑAS DEL PRIMER AÑO DE EDUCACIÒN BÀSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL TIERRAS COLORADAS

ACTIVIDAD: Marcar con una x correctamente la imagen, lo que va a leer el profesor.

Recursos: Hojas pre elaboradas

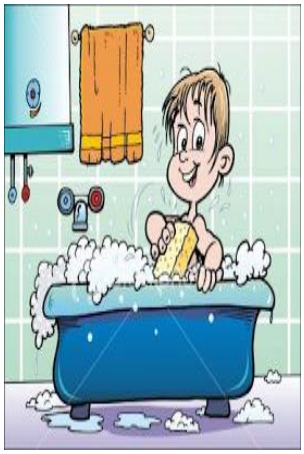
Evaluaciòn:

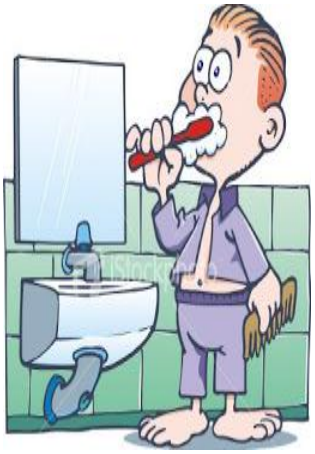
MS: Si explica la historia de forma coherente

S: Si explica la historia con ciertas falencias de coherencia

PS: Si no explica la historia correctamente

☐ ☐ ☐





Juan se está bañando

Actividad: Unir los números del uno al diez en cada punto.

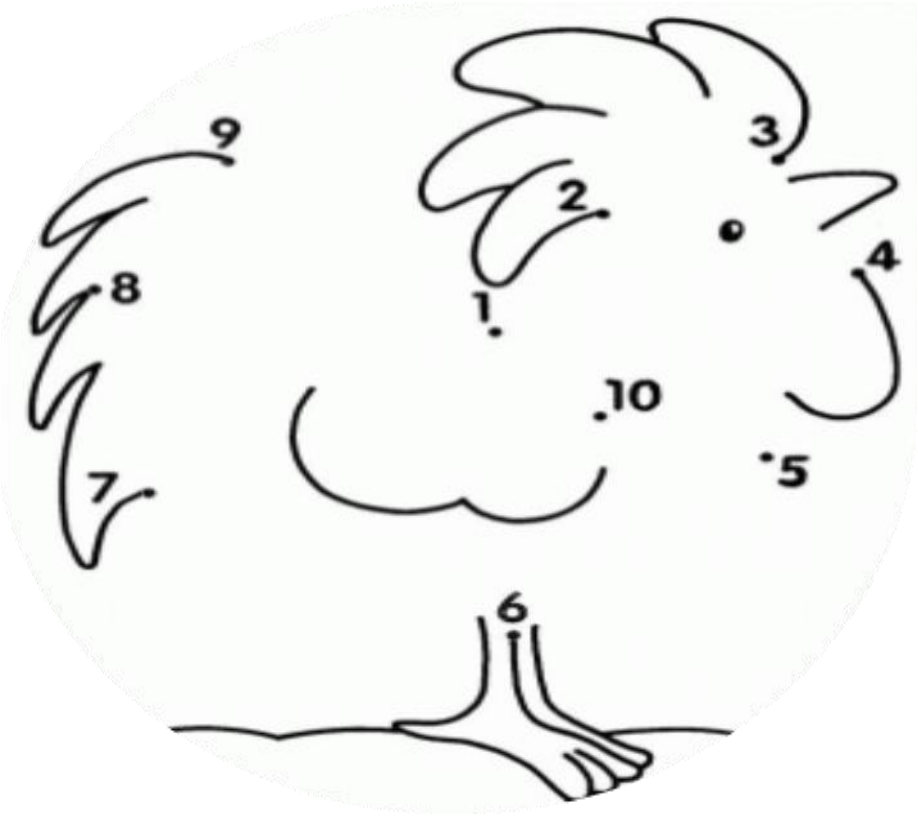
Recursos: Hojas pre elaboradas

Evaluación:

MS: Si reconoce correctamente su nombre

S: Si reconoce alguna vocales o consonantes de su nombre

PS: Si no reconoce su nombre



Actividad: Arma correctamente el rompecabezas

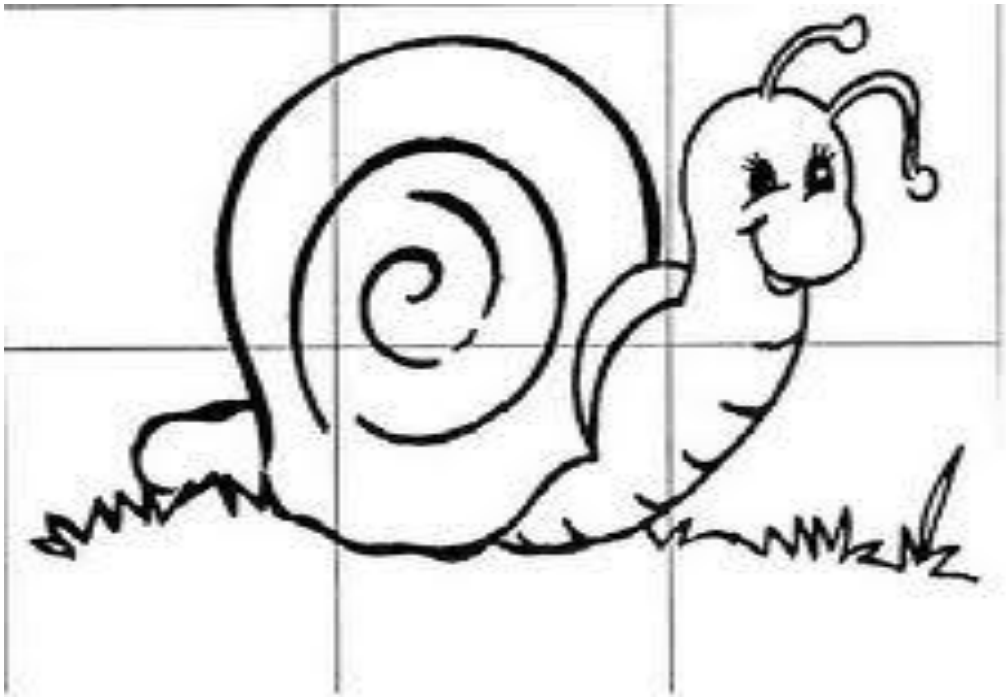
Recursos:Hojas preelaboradas, tijera,goma

Evaluaciòn:

MS: Si ama correctamente todas el rompecabezas

S: Si arma la mayor parte del rompecabezas

PS: Si no arma en forma correcta



Actividad: Escribir su nombre

Recursos:Hojas preelaboradas

Evaluaciòn:

MS: Si escribe correctamente su nombre

S: Si escribe la mayor parte de su nombre

PS: Si no escribe su nombre

Actividad: Reconocer las vocales

Recursos:Hojas preelaboradas

Evaluaciòn:

MS: Si reconoce correctamente

S: Si reconoce la mayor parte de vocales y consonantes

PS: Si no reconoce las vocales y consonantes propuestas

a e i o u

Mediante la prueba de conocimiento vamos a poder medir el rendimiento de las niñas y niños en el proceso de la lecto-escritura, que sirve como herramienta para orientar y estructurar el pensamiento y de esta forma permite guiar el aprendizaje para poder diagnosticar las capacidades de las niñas y niños específicas para obtener el tipo correcto de ayuda.
Esta prueba de conocimientos será evaluado a 13 niñas y 17 niños que será un total de 30 y la aplicación de dicho instrumento se lo hará de forma individual a los educandos de edades comprendidas entre 5 -6 años. Se calificara de manera cualitativa siendo los parámetros:

MS: Muy satisfactorio

S: Satisfactorio

PS: Poco Satisfactorio

Se realizará una actividad por día, los materiales utilizados son: Hojas pre elaboradas, lápiz, Tijeras, Goma, el instrumento se aplicará insertando al niño en una situación de juego.

ANEXO 3

ENTREVISTA APLICADA A LA MAESTRA SOBRE LOS ESTADOS NUTRICIONALES

1. **Qué opina usted sobre los estados nutricionales de los niños y niñas**

   ……

   ……

2. **Cuál cree usted que son la consecuencias de la mala alimentación de los niños y niñas**

   ……

   ……

3. **Influye el ambiente familiar de la alimentación de estos niños**

   ……

   ……

   ……

4. **Como puede afectar los estados nutricionales en la vida familiar**

   ……

   ……

   ……

5. **Como se encuentra situación económica de los padres de familia**

   ……

   ……

6. **Nombre algunos factores externos de los estados nutricionales que está afectando a los niños y niñas**

   ……

   ……..

ÍNDICE

Portada…… i

Certificación…… ii

Autoría…….... iii

Carta de Autorización…… iv

Agradecimiento…….. v

Dedicatoria…….. vi

Matriz de (ÁMBITO GEOGRÁFICO)…… vii

Mapa de Ámbito geográfico…… viii

Esquema de tesis……..... ix

a. Título…… 1

b. Resumen…… 2

c. Introducción…… 4

d. Revisión de Literatura…….. 8

e. Materiales y Métodos…… 30

f. Resultados…….. 34

g. Discusión…… 46

h. Conclusiones…….. 50

i. Recomendaciones…… 52

LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS…… 53

j. Bibliografía…….. 73

k. Anexos…… 74

Proyecto de tesis…… 74

a. Tema…… 75

b. Problemática……... 76

c. Justificación…… 82

d. Objetivos…….. 84

e. Marco Teórico…… 86

f. Metodología…… 118

g. Cronograma…… 121

h. Presupuesto y Financiamiento……... 122

i. Bibliografía…….. 123

Anexos…… 124
Índice…… 133