HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE PARA FORTALECER EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS/AS DEL C.E.I.S. ESCOLAR RURAL N°359 VILLA DEL CARMEN

Autora: Yolanda Coromoto Salazar de Rivas

Resumen

La presente investigación tiene como propósito promover hábitos de vida saludable para el fortalecimiento del desarrollo integral de los niños y niñas de la sala de 3 y 4 años del CEIS. Escolar Rural N°359 "Villa del Carmen", municipio Dabajuro del Estado Falcón. Surge de la inquietud de la investigadora al evidenciar la necesidad de dichos hábitos en los infantes para el desarrollo de otras áreas. Las autores que sustentaron esta investigación Arribas (2001); Partida (2011), Kelder y Cols (1994). Se desarrolló metodológicamente bajo una investigación cualitativa, con un diseño de Investigación Acción Participante transformadora, siendo la línea de investigación educación y ecología y el paradigma socio crítico. Los informantes quedaron constituidos por dos (2) docentes y 27 padres y representantes y 28 niños y niñas. Entre las procesos seleccionado por la investigadora para la selección de datos se encuentran: la observación Participante y entrevistas semi-estructuradas y como instrumento diario de campo y guion de entrevista. Producto de los efectos obtenidos se diseñó el plan de acción en común acuerdo con los actores participantes en la investigación, una vez aplicadas las estrategias se logró la participación de los padres y representantes notablemente, incorporándolos en la formación de hábitos saludables durante la ingesta de alimentos y otras actividades diarias, asimismo se realizó actividades donde los niños y niñas colocaron en práctica los hábitos aprendidos y en donde los padres y/o representantes tuvieron presenten. Por lo que se recomendó a los padres y/o representantes que reforzaran en sus hogares., para que así el aprendizaje sea significativo.

Palabras Claves: Acción docente, Nutrición, hábitos saludables, Participación de padres y representantes.

Abstract

The purpose of this research is to promote healthy lifestyle habits to strengthen the comprehensive development of children in the 3 and 4-year-old room of the CEIS. Rural School No. 359 "Villa del Carmen", Dabajuro municipality, Falcón State. It arises from the researcher's concern when evidencing the need for these habits in infants for the development of other areas. The authors who supported this research Arribas (2001); Partida (2011), Kelder and Cols (1994). It was methodologically developed under qualitative research, with a transformative Participatory Action Research design, the line of research being education and ecology and the socio-critical paradigm. The informants were made up of two (2) teachers and 27 parents and representatives and 28 boys and girls. Among the processes selected by the researcher for data selection are: Participant observation and semi-structured interviews and as a daily field instrument and interview script. As a result of the effects obtained, the action plan was

designed in common agreement with the actors participating in the research, once the strategies were applied, the participation of parents and representatives was achieved, notably, incorporating them in the formation of healthy habits during food intake. and other daily activities, activities were also carried out where the boys and girls put into practice the learned habits and where the parents and/or representatives were present. Therefore, parents and/or representatives were recommended to reinforce in their homes, so that learning is meaningful.

Keywords: Teaching action, Nutrition, healthy habits, Participation of parents and representatives.

Contenido

La edad temprana, considerada como aquella del desarrollo que abarca desde el nacimiento hasta los tres (3) años, es valorada por muchos investigadores como un período significativo en la formación del individuo, pues en la misma se estructuran las bases fundamentales de la particularidades físicas y formaciones psicológicas de la personalidad que en las sucesivas etapas del desarrollo se consideran y perfeccionan. Esto se debe a múltiples factores, uno de ellos es que esta edad las estructuras biopsicológicas y psicológicas están en pleno proceso de formación y maduración, lo que hace particularmente significativa a la estimulación que pueda hacerse sobre dichas estructuras, y por lo tanto de la cualidades, procesos y funciones físicas y psíquicas que dependen de esta.

Hoy en día sabemos de la importancia que tiene una buena alimentación para la salud, pero no por ello nos alimentamos correctamente. La salud ya no se considera simplemente como la ausencia de enfermedad, sino que se entiende que una persona está sana cuando goza de un estado de bienestar general y es consciente de ello. Es quizás el momento de la vida del ser humano en el cual la estimulación, la educación es capaz de ejercer las acciones más determinantes sobre el desarrollo, precisamente por actuar sobre funciones que están en franca fase de maduración, por lo que la formación de hábitos higiénicos culturales reviste gran importancia en esta etapa del desarrollo del ser humano. Siendo la familia los primeros educadores de sus hijos, su responsabilidad es indelegable, en ella se genera el desarrollo del hombre como agente vital de las relaciones sociales.

La familia es el motor más importante para que nuestros niños y niñas sepan, pero también que quieran y que puedan comportarse de forma saludable, mediante el desarrollo de todas sus capacidades y a través de la reflexión, la creatividad, la motivación, el espíritu crítico, la autoestima y la autonomía. Muchos de los hábitos y costumbres que se adquieren desde la familia acompañan a las personas a lo largo de toda la vida. Como padres y madres tenemos la obligación de inculcar a nuestros hijos e hijas unos valores necesarios para que desarrollen estilos de vida saludables y favorecer así su desarrollo integral.

Las potencialidades educativas con que cuenta la familia actual son mayores que en el pasado y la sociedad conscientemente la estimula y a encauza a través de atención primaria y los diferentes programas educativos donde intervienen diversos agentes educativos. Para formar hábitos concretos en los niños desde su nacimiento resulta imprescindibles mantener condiciones estables y un cumplimiento del horario de vida por parte del adulto en correspondencia con la edad de los niños para que se creen conductas deseables, lo cual requiere de una secuencia determinada de estímulos que deben producirse en un mismo orden y en un mismo sentido. Así ocurre con los demás hábitos lo cual demanda en un exigente, estable y consiente actitud por todos los adultos que intervienen en la educación de los niños, al igual que otras formaciones psicológicas los hábitos están relacionados con los periodos sensitivos del desarrollo, factores importantes que deben conocer la familia para incidir en el niño en el momento preciso.

Para conseguir incorporar esos hábitos saludables a las rutinas diarias

hay que ser constantes y pacientes e insistir para que así el proceso educativo se vaya instaurando y pueda dar fruto. Muchos de los hábitos saludables comienzan siendo un juego de imitación de las conductas de las personas mayores. Si en la infancia se adquieren unos hábitos de alimentación y actividad física adecuados, se mantendrán en gran medida a lo largo de la vida, y ayudarán a nuestros hijos e hijas a prevenir la obesidad, así como numerosas enfermedades cardiovasculares, y gozar de la vida con energía, bienestar y salud.

A nivel mundial, a través del organismo competente de salud y educación, se han realizado estudios sobre la importancia de hábitos de higiene saludable como elemento de socialización, en el cual se plantean la práctica de habito de vida saludable en relación a la higiene personal, la cual fomenta la reflexión de los niños y las niñas sobre la importancia que es la salud y a partir de la observación de su entorno natural tener una conciencia ambiental que le permita conocer y aprovechar mejor los recursos que se encuentran en el ambiente donde viven; concluyendo que así se van formando los hábitos de salud, a la vez de fomentar el cómo participar en el cuidado y conservación del mismo.

Esta situación se ha evidenciado numéricamente, como por ejemplo existen aproximadamente 840 millones de personas que sufren por falta de hábitos saludables adecuados, como consecuencia directa de una práctica inadecuada de los mismos o en el peor de los casos, por ausencia de esta práctica, teniendo como factores relacionados pobreza extrema, la falta de conocimiento de alimentación balanceada, ausencia de hábitos higiénicos permanente en la familias, lo cual nos da una idea de cuan profunda es la problemática abordada. CEPAL 2003.

Es importante destacar, que es posible construir la bases para el desarrollo de hábitos de vida saludable de los niños y niñas desde temprana edad, principalmente a través del ejemplo de los adultos significativos, Enseñar a nuestros niños y niñas la adquisición de hábitos de vida saludable no es tarea sencilla, más si tomamos en cuenta aspectos como: la ausencia de hábitos en el hogar, puede generar incidencia en su crecimiento, supuestamente generada u originada por falta de dichos hábitos y otros menos importantes a ser tomados en cuenta a la hora de evaluar el uso y aplicación de los hábitos personales. La preocupación persiste, por cuanto en nuestro país la situación en cuanto a hábitos de vida saludable no es muy halagadora, aunque en el postulado de la Educación Bolivariana a través de sus diferentes niveles y modalidades procuran crear y fomentar en los niños y niñas los buenos hábitos, con miras a alcanzar una sociedad sana y obviamente saludable.

En tal sentido, la Educación Inicial Bolivariana, la flexibilidad curricular que caracteriza a este nivel, así como la naturaleza del enfoque centrado en el proceso de desarrollo de los niños y niñas, propicia mejora en experiencias higiénicas en las cuales aprendan a convivir en un ambiente higiénico y saludable y se familiaricen con la práctica rutinaria de la higiene personal. (Currículo Nacional Bolivariano 1999). Sin embargo, se estima que la práctica cotidiana en el hogar desde temprana edad favorece esta formación, en algunos casos prevalece la sensación de que no se trabaja de manera suficiente en la dimensión higiénica personal.

Ahora bien, es importante señalar que en el C.E.I.S. Escolar Rural N° 359 Villa del Carmen, no escapa de esta realidad, de las problemáticas que afectan actualmente nuestra educación como es el caso de la práctica inadecuada en relación a los hábitos de vida saludable y no es menos cierto que se requiere una orientación y trabajo hacia las familias, padres, madres y representante de los niños y niñas a alcanzar un mayor desempeño en cuanto a la práctica de hábitos de vida saludable que conlleva a alcanzar una mayor y mejor calidad de vida y al logro de formar unos mejores ciudadanos y ciudadanas dentro de esta comunidad.

Por lo tanto, el objetivo general de este proyecto es: Promover hábitos de vida saludable para el fortalecimiento del desarrollo integral de los niños y las niñas de la sala de 3 y 4 años del CEIS. Escolar Rural N°359 Villa del Carmen. Y los objetivos Específicos: * Diagnosticar los hábitos de vida saludable presente en los niños y las niñas de la sala de 4 años del CEIS. Escolar Rural N°359 Villa del Carmen. * Fomentar en los niños y las niñas de la sala de 3 y 4 años del CEIS. Escolar Rural N°359 Villa del Carmen la práctica de hábitos saludables para el desarrollo integral. * Concienciar a los padres y representantes sobre la importancia de la práctica de hábitos de vida saludable para el desarrollo integral de los niños y las niñas de la sala de 3 y 4 años del CEIS. Escolar Rural N°359.

La escuela, sobre todo la de formación inicial, tiene un papel fundamental en la formación de hábitos de alimentación adecuados, su énfasis, entonces, se debe abocar a erradicar las prácticas inadecuadas y los mitos en torno a los alimentos, y promover un mayor sentido crítico en relación a la alimentación. Un recurso para lograr estos propósitos lo constituye la alimentación del niño en la escuela (la bandeja), las prácticas y las estrategias educativas que se desarrollan en torno a ella, su reforzamiento permanente, mayor diversificación en las actividades propuestas, vinculadas a las otras áreas del aprendizaje y que cuenten con la participación de la familia. Para ello el docente debe estar plenamente consciente que sus gustos, valores y actitudes influyen en el comportamiento del niño ante los alimentos.

Uno de los factores de esta situación, de acuerdo a Restrepo y Maya (2005), se ubica en la consideración de que las prácticas alimentarias no son sólo "hábitos", en el sentido de una repetición mecánica de actos más o menos inadecuados, debe reconocerse, como consecuencia también de "razones culturales". Por ello, la conformación de los hábitos de alimentación saludables desde la infancia, debe entenderse a partir de una estructuración integrada, y en constante evolución, de percepciones, imágenes, recuerdos, ideas, emociones y necesidades. Por medio del acto alimentario, la madre y la maestra también dan sentido a lo cotidiano, la comida trasciende el hecho físico del alimento y se convierte en un lenguaje que permite expresar el cuidado, el amor y la responsabilidad para con todos los miembros de la familia y la escuela.

Los hallazgos encontrados destacan, la poca atención o énfasis que dedican las instituciones y el maestro al valor de las prácticas educativas innovadoras, activas, significativas y creativas en el hacer cotidiano del niño y la oportunidad pedagógica que brinda el acto de comer –el antes, el durante y el después-, incidiendo en el

establecimiento de hábitos alimentarios poco saludables con repercusión en la aparición de enfermedades prevenibles en la edad adulta.

Los hábitos son actividades que se llevan a cabo repetitivamente y casi que sin gasto o esfuerzo alguno por parte del cerebro. Estas acciones no son innatas, estas acciones son aprendidas. La investigadora Philippa Lally y sus colegas del University College (Reino Unido) estudiaron cómo se forman los hábitos en la vida cotidiana. A través de un estudio con 96 voluntarios publicado en la revista European Journal of Social Psychology, a través de este estudio comprobaron que repitiendo constantemente una acción, el automatismo aumenta. Además, desmintieron la idea de que saltarse por un día un hábito que se está intentando adquirir, interrumpe el proceso de fijación y el tiempo que se empleó queda desperdiciado. La investigadora y su equipo por su parte, afirman que este tiempo no ha sido desperdiciado y que tampoco es necesario volver a empezar, pero si es obligatorio continuar con el proceso para poder fijar el hábito.

Según, Partida (2011), partiendo de la referencia en la cual la Educación Inicial contribuye a la formación integral del niño y la niña en el contexto de la acción conjunta y coordinada de las diferentes redes de atención de la comunidad y la familia. En tal sentido, es importante considerar que: los hábitos alimentarios, la higiene y los estilos de vida saludables; se asimilan e integran a la personalidad durante los primeros años, consolidándose hasta perdurar incluso en la edad adulta; de ahí la importancia de brindar una orientación adecuada y oportuna a los docentes, la familia y otros adultos significativos en cuanto a qué y cómo hacer para promover la enseñanza y el aprendizaje de hábitos saludables que ayuden a proteger y cuidar la salud.

De acuerdo con Arribas (2001), los hábitos son: (a) procedimientos de actuación mecanizados o automatizados; (b) recursos a utilizar por el docente para influir, de manera positiva en el crecimiento personal, afectivo e intelectual de sus alumnos; (c) costumbres, actitudes, formas de conducta o comportamientos las cuales conllevan pautas de conducta y aprendizajes; y (d) mecanismos estables formados por un montaje de reflejos condicionados que se encadenan entre sí. Al mismo tiempo son flexibles y posibilitan que nuestros actos se reorganicen en cada momento.

Los hábitos aportan a los niños: (a) la capacidad de elaborar sus propios rasgos personales de forma original, al mismo tiempo les identifica con el grupo social en el que han nacido, con sus valores y cultura; (b) se convierten en un recurso para dinamizar sus operaciones mentales y hacerlos más creativos; (c) dan marcos de referencia y pautas de comportamiento ante situaciones diversas y diferentes; (d) proporcionan a la estructura mental del niño, una trama sólida a partir de la cual se hace posible el progreso del pensamiento; (e) los hábitos mantienen el equilibrio psíquico de los niños e incrementan sus posibilidades de desarrollo y aprendizaje; y (f) los hábitos facilitan al niño la comparación de su conducta con la de otros niños de su grupo, también con lo que hacen los adultos. Es decir, les proporcionan un recurso para poder evaluar, su propio aprendizaje y forma de comportamiento.

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS)(1993), define la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social lo que supone que este concepto va más allá

de la existencia o no de una u otra enfermedad. En consecuencia, más que una vida sana hay que hablar de un estilo de vida saludable del que forma parte la alimentación, el ejercicio la prevención de la salud, el trabajo, la relación con el medio ambiente y la actividad social.

En el mismo orden de ideas, el desarrollo integral es un enfoque particular de la ayuda al desarrollo que consiste en integral todas las causas de un problema en una respuesta completa. Este enfoque holístico de ayuda al desarrollo consiste por tanto en conjugar muchos programas de apoyo y no solo en aportar una respuesta sectorial a un problema de subdesarrollo.

En relación con la alimentación y específicamente a través de la absorción de los alimentos, el niño establece los primeros contactos con la realidad del mundo exterior. Comer es, además, la actividad mediante la que se desarrollan las primeras relaciones personales, y en torno a las cuales el niño experimenta y vive los primeros conflictos de entendimiento con los demás y de ruptura de comunicación. Esta situación produce en ocasiones, consecuencias profundas para su socialización y en algunas, riesgos peligrosos que es preciso prevenir.

La escuela, tiene pues, un papel fundamental a estas edades, en el aprendizaje de los buenos hábitos de alimentación. En este sentido es necesario considerar que es más fácil consolidar los hábitos saludables de manera temprana, antes que los niños y las niñas adquieran comportamientos negativos, ya que cambiar los conocimientos, las actitudes, valores y patrones de comportamiento inadecuados toma mucho más tiempo y exige también un orden o estrategia metódica, si se quiere alcanzar resultados positivos.

Razón por la cual la Educación Alimentaria y Nutricional, se debe nutrir –especialmente en el nivel de Educación Inicial- de las propiedades sensoriales, del reforzamiento permanente, de las diversas realidades que confrontan los niños y niñas, de sus preferencias y desarrollo de su autonomía, que se inicia en la alimentación como el primer aprendizaje social del ser humano, del encuentro día a día con la alimentación y su potencialidad en el desarrollo de estrategias creativas que coadyuven a consolidar hábitos saludables de alimentación.

Con respecto a la metodología, este proyecto está enmarcado en el paradigma socio crítico, En este paradigma se considera la unidad dialéctica de lo teórico y lo práctico, teniendo como base a la teoría crítica que nace como una crítica al positivismo transformado en cientificismo. Es decir, como una crítica a la racionalidad instrumental y técnica preconizada por el positivismo y exigiendo la necesidad de una racionalidad substantiva que incluya los juicios, los valores y los intereses de la humanidad. Según Arnal (1992; 21) se refiere:

El paradigma socio-critico adopta la idea de que la teoría crítica es una ciencia social que no es puramente empírica ni solo interpretativa, sus contribuciones se originan de los estudios comunitarios y de la investigación participante. Tiene como objetivo promover las transformaciones sociales y dar respuestas a problemas específicos presentes en el seno de las comunidades, pero con la participación de sus miembros.

El paradigma socio-critico se apoya en la crítica social con un marcado

carácter auto reflexión. Considera que el conocimiento se construye siempre por intereses que parten de las necesidades de los grupos y pretende la autonomía racional y liberadora del ser humano. Esto se consigue mediante la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social. Además, utiliza la autorreflexión y el conocimiento interno y personalizado para que cada quien tome conciencia del rol que le corresponde dentro del grupo. A tal efecto se propone la crítica ideológica y la aplicación de procedimientos de psicoanálisis que posibilitan la comprensión de la situación de cada individuo, descubriendo sus intereses a través de la crítica.

De esta forma el conocimiento se desarrolla mediante un proceso de construcción y reconstrucción sucesiva de la teoría y la práctica. Por otra parte Popkewitz (1998; 21) dice lo siguiente: algunos de los principios propios del paradigma socio-critico son: conocer y comprender la realidad como praxis; unir la teoría y práctica integrando conocimiento, acción y valores; orientar el conocimiento hacia la emancipación y liberación del ser humano y proponer la integración de todos los participantes, incluyendo al investigador en procesos de autorreflexión y de toma de decisiones consensuadas. Las mismas se deben asumir de manera corresponsable.

Esta investigación que se está llevando a cabo se enfoca en el paradigma socio- critico debido a que en el los investigadores asumen la responsabilidad y centran su atención en la institución para así comprender la realidad y reflexionar; de forma que se puedan dar respuestas a los determinados problemas de la situación que se presenta para así transformar y dar una visión en cuanto al conocimiento de sus relaciones con su realidad y con la práctica.

Con respecto al tipo de investigación se fundamenta el estudio bajo el enfoque cualitativo según el supuesto epistemológico para Delgado (2013), "plantea que la investigación o enfoque cualitativo, son aquellas que utilizan la recolección de datos sin numeración numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación, siendo un proceso de indagación holística, de construcción de la realidad, tal como la observan los actores de un sistema social previamente definido".

En este caso, el enfoque cualitativo en esta investigación permitió interpretar la realidad encontrada de los participantes respecto a sus propias realidades, introduciendo sus experiencias y encaminándola hacia la transformación practica a través de las observaciones, notas de campo, fotografías y documentos, comprendiendo la realidad en su contexto natural y cotidiano.

El método de investigación seleccionada para la realización de la presente investigación fue La Investigación-Acción Participativa, la cual es una forma de estudiar, de explorar, una situación social, con la finalidad de mejorarla, en la que se implican como "indagadores" los implicados en la realidad investigada. Se centra en la resolución de problemas, resolviéndose a nivel metodológico con los pasos habituales de la investigación clásica. Se trata de una perspectiva amplia, un compromiso para problematizar las prácticas sociales, en base a un interés transformación individual y social MacTaggart, (1994).

Este proyecto de Investigación Acción Participativa está realizado en base a la indagación que se realizó a través de observaciones, entrevistas,

charlas, para analizar de manera exhaustiva y objetiva las características y problemáticas existente en la sala de 3 y 4 años de educación inicial recogiendo y recopilando la información necesaria de datos e información para lograr los propositos propuestos dentro del proyecto.

En (2011) la Deakin University de Victoria (Australia), acuñó una definición con una fuerte orientación a la práctica educativa: se plantea que la investigación en la acción «es un término utilizado para denominar a un conjunto de actividades del desarrollo curricular, de la función profesional, de los proyectos de mejora escolar y de la práctica y planificación educativas. Estas tienen en común la utilización de estrategias de planificación de la acción llevadas a la práctica sometidas a observación, reflexión y cambio. Los participantes de esta acción están plenamente integrados e implicados en todas las actividades».

Se realiza el primer encuentro con los niños y niñas al inicio del año escolar donde se describen en el diagnóstico las debilidades observadas, en este caso desconocimiento de hábitos saludables, tanto alimenticios como higiénicos, estos datos se obtuvieron mediante la aplicación de técnicas como la observación y la entrevista a docentes que atendieron a los niños y niñas en años anteriores, padres y representantes, esta actividad fue muy satisfactoria debido a que contamos con el apoyo de los habitantes de los entes involucrados en el estudio. Se llevaron a cabo: observaciones, visitas, conversatorios con padres y representantes.

Observaciones, visitas y conversatorios con los padres y representantes







Ejecutar acciones para promover la formación de hábitos higiénicos en los niños y niñas de 3 y 4 años identificando y descubriendo los hábitos más frecuentes observables con el fin de aplicar correctivos necesarios mediante la ejecución de un plan de acción elaborado al respecto con el consenso de madres, padres y representante y adultos significativos de la comunidad.

Estas actividades se realizaron para fortalecer en el niño y la niña los

hábitos saludables, iniciando con la explicación de cómo lavarse las manos y en qué momento debe hacerse, se les explico que esta se realiza antes y después de las comidas, después de jugar e ir al baño, y después de realizar alguna actividad manual. Así mismo se orientó como lavar las frutas y que deben lavarlas antes de consumirlas. Es importante señalar que estas fueron muy positivas porque todos los infantes participaron y se evidencio un correcto desenvolvimiento en las mismas, al principio hubo cierto desorden, pero al final se logró lo esperado, sin embargo, se exhorta a continuar haciendo estas jornadas diariamente hasta lograr el 100% d efectividad.



Encuentro y actividades donde se practiquen hábitos higiénicos con la participación de niños, niñas, padres, y docentes.

Correcto lavado de manos
Lavado de frutas antes de comerlas

Lograr a través de las acciones previstas reforzar los buenos hábitos y eliminar aquellos cuya práctica no es recomendable para el bienestar sanitario de los niños y niñas 3 y 4 años del C.E.I.S. Escolar Rural N°359 Villa del Carmen.

Para lograr este objetivo se realizan charlas informativas y de orientación a padres y representantes para que colaboren en el hogar con las mismas rutinas o jornadas, después de la charla se despertó en ellos un interés especial al observar a sus niños y niñas fortaleciendo sus hábitos en sus aulas de clases.



Charlas para concienciar a los padres y representantes sobre la importancia de hábitos de vida saludable para el desarrollo de los niños y las niñas



Comportamiento en la mesa

Charla con la enfermera sobre prevención Conversatorios con los niños sobre los De enfermedades hábitos de alimentación

Este proyecto de investigación está definido como un plan para fortalecer hábitos higiénicos para una vida saludable en niños y niñas, su finalidad es implementar estrategias de acción no formal y una metodología activo-participativa de los padres y adultos significativos en la Comunidad Villa del Carmen, para ello los participantes del P.N.A.E.I a través de la observación en los niños y niñas del C.E.I.S. Escolar Rural N°359 Villa del Carmen, se reunieron en conversaciones de cómo mejorarla higiene personal en niños y niñas, su apariencia personal su salud entre otras características.

Así mismo, se llegó a concluir que debe existir una motivación y una actitud de autodeterminación particularmente en las familias cuyas acciones se originan de los problemas derivado de la propia comunidad y que la manera de aportar soluciones es orientarlas para compartir los problemas y buscar soluciones relativas al desarrollo adecuado a través de la higiene y los hábitos de los niños, como las personas de su entorno.

En este mismo orden de ideas, se propone llevar a cabo un plan de acción al inicio del año escolar 2019-2020, donde en la primera reunión con el colectivo institucional, padres y representantes y comunidad en general se realizó un conversatorio para motivar y orientar a las familias a cerca de las actividades que realzan los docentes en sus propias aulas, mejorar los programas educativos y los sistemas de planificación.

Estas actividades tuvo en común la identificación de estrategias de acción que son identificadas y más tardes sometidas a observación, reflexión y cambio, por tal motivo se hace necesario exponer que este tipo de investigación-acción se utilizó no solo para estudiar o determinar la causa de una problemática, si no que la misma se encarga de brindarle una posible solución al problema, brindando de esta manera la posibilidad de avanzar y reflexionar acerca de contribuir al buen desarrollo del niño y la niña en un ambiente saludable. De estas reflexiones es importante señalar a manera de conclusión que la familia sirve de mediadora para que el niño y la niña formen sus hábitos, sabiendo que los padres son modelo para sus hijos y la escuela se encarga de reforzarlos.

Por tanto, es necesaria la educación de las familias proporcionándoles conocimientos acerca de los estilos de vidas saludables y la importancia de desarrollarlos en los niños para que tengan una óptima salud, esta eficaz preparación a los padres posibilita su autodesarrollo, de forma tal que se nutran de conocimientos y se autorregulen en el desempeño de su función formativa. Para el logro de esta es necesario conocer sus posibilidades, necesidades, 10 condiciones reales de vida y solo así poder orientarlos para lograr en el hogar la continuidad de las tareas educativas.

También es importante que la familia ofrezca a la institución información y apoyo. Todo esto se puede lograr a través de la adecuada orientación y educación a los padres y su efectividad se garantiza si se realiza con sistematicidad y calidad; si quien la dirige se prepara y realiza una utilización correcta de las diferentes vías de preparación a la familia. La selección de una u otra vía estará en dependencia de variados factores,

entre los que se pueden mencionar: las posibilidades culturales y temporales de los padres, el nivel de interiorización de las problemáticas a debatir, las condiciones propicias o no del círculo infantil para el desarrollo de la vía y en este caso debemos señalar además las características de los niños/as a partir del diagnóstico de ellos y sus familias. Es necesaria la creatividad en la labor del educador en lo referente a la educación de la familia

Bibliografía

Arnal, J. (1992). Investigación educativa. Fundamentos y metodología. Barcelona (España). Labor

Arribas, LL. (2001). La Educación Infantil de 0-6 años. Ediciones Paidotribo. Barcelona-España.

Cuadernos de la CEPAL No.88 (2003). Libros y Documentos Institucionales

Cirruculo Nacional Bolivariano (1999).

Deakin University de Victoria. Proyectos comunitarios. Australia (2011).

MacTaggart. (1998). Metodología de la investigación-Acción. Editorial Buendía. Tal

Organización Mundial de la Salud (1993). Décima revisión de la clasificación internacional de las enfermedades CIE-10. Washington D. C.: Autor.

Partida (2011). los procesos de socialización en los comportamientos alimentarios de los niños y niñas. No34. Alimentación y Globalización.

Philippa Lally y su colegas (2016). El cerebro puede ser entrenado y procesar nuevos hábitos. Articulo Prensa Libre.

Popkewitz, T. (1998). Paradigma e Ideología en Investigación educativa. Las funciones sociales del Intelectual. Madri: Mondadon.

Restrepo, H. (1996) La Promoción De La Salud Y La Nueva Práctica De La Salud Pública. Revista De La Facultad De Salud Pública. Universidad De Antioquia, Colombia. Vol. 14 (1) Julio – Diciembre