

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y CIENCIAS SOCIALES**

**Rector: Mgter. Néstor H. Blanco**

**Decana: Lic. Beatriz Labrit**

**Directora Lic. En Psicopedagogía: Lic. Laura Waisman**

**Tutora: Lic. Karina Sambataro**

**Asesores Metodológicos: Dr. Edgardo Etchezahar**

**Lic. Talía Gomez Yepes**

**Autora: Roldán, Rosario Inés**

**Nº de Legajo: 23232**

**Título:**

**“Crecimiento y desarrollo infantil: la importancia de la alimentación durante los primeros tres años de vida, en San Antonio de Areco”**

**16 de noviembre de 2018**

## ÍNDICE

ABTRAC – RESUMEN

INTRODUCCIÓN

1. MARCO TEÓRICO ..... 6

2. ANTECEDENTES ..... 18

3. PLANTEO DEL PROBLEMA ..... 22

4. OBJETIVOS ..... 23

HIPÓTESIS (SI CORRESPONDE)

5. MÉTODO ..... 24

5.1. Diseño ..... 24

5.2. Participantes ..... 24

5.3. Técnicas de recolección de datos..... 25

5.4. Procedimiento ..... 25

6. RESULTADOS DEL TRABAJO DE CAMPO ..... 27

6.1 Entrevistas a docentes de inicial/maternal..... 27

7. DISCUSIÓN..... 35

CONCLUSIONES..... 37

REFERENCIAS

ANEXOS

## **RESUMEN**

En el trabajo en cuestión, se abordará la importancia de la alimentación dentro de los primeros tres años de vida, y su relación con el crecimiento y desarrollo del niño. La alimentación, es fundamental para los procesos mencionados, los cuales son claves para que se dé un buen aprendizaje, tanto a nivel general; como las adquisiciones de las habilidades básicas, como así también en lo que respecta a su desempeño cognitivo. Donde se evidencia, repercusiones que puede producir en los niños y niñas, una alimentación insuficiente.

También se destaca la importancia de la figura psicopedagógica, tanto como agente interno o externo a la institución, ya que sus intervenciones profesionales actúan en base prevención, detección y tratamiento de las dificultades de aprendizajes, o asociadas al mismo, en busca de estrategias que beneficien a ese niño.

➤ Palabras claves: alimentación-desarrollo-crecimiento-niño-desempeño cognitivo.

## **ABSTRACT**

In the work in question, the importance of feeding will be addressed within the first three years of life, and its relationship with the growth and development of the child. Food is essential for the processes mentioned, which are key to good learning, both at a general level; as the acquisitions of basic skills, as well as in regard to their cognitive performance. Where it is evident, repercussions that can produce in the boys and girls, an insufficient feeding.

Also, the importance of the psychopedagogical figure is highlighted, both as an internal or external agent of the institution, since its professional interventions act on the basis of prevention, detection and treatment of learning difficulties, or associated with it, in search of strategies that benefit that child.

➤ Key words: feeding-development-growth-child-cognitive performance.

## INTRODUCCIÓN

Para dar inicio al trabajo investigativo, se considera primordial hablar acerca de la importancia de la alimentación de los niños, donde actualmente se observa un exceso en lo que es ingerir alimentos chatarras, y no solo a la hora de cena o almorzar, sino en cualquier momento del día. Según estadísticas, a nivel mundial, el número de personas que padecen malnutrición en el mundo se ha incrementado desde 2014, alcanzando la cifra de unos 815 millones en 2016, según Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Localmente, en Argentina a nivel general el 9,9% de los niños, padece obesidad infantil, y de los hogares más desfavorecidos el 3,1% de los niños padece bajo peso y el 9,1% sobrepeso; mientras, en los hogares con mejores recursos, un 1,5% tiene bajo peso y un 11,8% obesidad. Diario Andino (2018).

Es primordial, focalizarse en la alimentación y nutrición desde el momento de la concepción tal como hace relevancia Cuminsky y otros (1993), puntualmente a la incorporación de hábitos alimenticios saludables, siendo que un suministro óptimo de comestibles en la gestante; brinda y posibilita a un mejor desarrollo del feto, como el aporte a la producción de leche.

Asimismo, es necesario que desde temprana edad, se alimenten sana y adecuadamente, enriqueciendo su desarrollo en general, y en relevancia aportan a su desempeño cognitivo. Es esencial, ya que el desarrollo y el crecimiento del niño, son pilares y fuentes fundamentales para sus aprendizajes, y además es de importancia en nuestro campo. El sujeto que no se alimenta de forma adecuada, suele presentar dificultades a la hora de trabajar manteniendo una atención sostenida, viéndose también obstaculizado y/o desfasado su desempeño y rendimiento, afectando los estados anímicos, y en ocasiones llegan a tener problemáticas de salud. Cuminsky y otros (1993). Cuestión a la que Sampedro (2015-2016) se inclina en la importancia de la alimentación en el desarrollo de las funciones cognitivas del niño, donde menciona que llevar una dieta saludable, será la encargada de construir y proporcionar al cerebro la energía necesaria.

Cabe destacar, que es esencial la figura del psicopedagogo dentro y fuera de la institución. En el caso de ser agente externo, no solo para hacer evaluaciones y en base a una aproximación diagnóstica actuar. Y dentro, como parte del equipo, encaminar un trabajo como tal, para acompañar y orientar a las familias, y tanto para la intervención y asesoramientos a docentes para encarar juntos talleres y proyectos preventivos, orientados a cualquier temática que necesite o se vaya a abordar. Buscando estrategias de mejora para

las circunstancias que se presenten. La práctica psicopedagógica se considera una actuación más para promocionar la transformación escolar, con un enfoque inclusivo que permite destacar las capacidades y las potencialidades del alumnado, como así también sus dificultades. Arnais (2003).

El propósito del presente, es conocer la importancia de la nutrición en relación al desarrollo y el crecimiento infantil, a nivel cognitivo, y las posibles intervenciones del psicopedagogo ante una dificultad, para facilitar mejores rendimientos y resultados en los procesos de aprendizajes escolares. Por lo cual se llevó a cabo este trabajo investigativo, con la finalidad de alcanzar los objetivos establecidos en el mismo, en la medida que sea posible.

## 1. MARCO TEÓRICO

Para abordar esta investigación, es importante partir de referencias relacionadas con el tema seleccionado, ya que la información recabada de las mismas, encaminarán el trabajo a realizar, y tenerlas en cuenta nos encuadrará la trayectoria. Uno de los objetivos fundamentales de la presente, es investigar acerca de la importancia que tiene la alimentación, centrada específicamente dentro de los tres primeros años de vida, frente al crecimiento y desarrollo infantil; considerados esenciales para la vida humana y sobre todo en relación al aprendizaje y rendimiento escolar, que es en donde se hará foco.

Se comenzará por definir algunos de los conceptos pertinentes. Inicialmente, se partirá de la definición de **crecimiento**, definido como el resultado del aumento del tamaño celular como resultado de los factores de crecimiento, mediante dicho proceso, se incrementa la masa de un ser vivo. Y el **desarrollo** es el proceso mediante el cual los seres vivos alcanzan su mayor capacidad funcional de sus sistemas a través de los fenómenos de maduración, diferenciación e integración de funciones. (UNR, 2000)

El *crecimiento y el desarrollo* son procesos dinámicos y simultáneos, que producen cambios somáticos y funcionales en el ser humano, desde su concepción hasta la adultez, siendo el resultado de la interacción de factores genéticos aportados por la herencia y las condiciones del medio ambiente en que vive el individuo, es decir los factores extragenéticos. Si las condiciones de vida (físicas, biológicas, nutricionales, psicosociales, etc.) son favorables, el potencial genético de crecimiento y desarrollo podrá formularse en su totalidad. En caso contrario, bajo condiciones desfavorables, el potencial genético se verá condicionado, dependiendo de la intensidad y la persistencia del agente agresor. Cuminsky y otros (1993)

Dentro de los *factores que regulan el crecimiento*, pueden agruparse:

Por un lado, los *factores nutricionales* que hacen referencia a la necesidad de contar con una adecuada disponibilidad de alimentos y la capacidad de utilizarlos para el propio organismo, con el fin de asegurar el crecimiento. La desnutrición es una de las causas principales de retraso del crecimiento. Cuminsky y otros (1993)

En segundo lugar, los *factores socioeconómicos*, hecho conocido, donde en los niños de clases sociales más carenciadas, suelen tener dificultades en su crecimiento, igualmente, es necesario resaltar, que este fenómeno responde a una asociación multicausal, es decir que se ven involucrados más de un causante dentro de dicho factor donde los niños

nacidos en familias más desfavorecidas económicamente,, se han evidenciado casos relacionados negativamente con la alimentación, como por ejemplo: bajo peso al nacer, cuestión que involucra el cuidado y la alimentación de esa madre durante la gestación. Cuminsky y otros (1993)

Otro de los factores son los *emocionales*, los cuales se relacionan con la importancia de un ambiente psicoafectivo adecuado que el niño necesita desde su nacimiento y a lo largo del crecimiento. Fundamentales para su armado de la subjetividad, que le proporcionara herramientas primordiales para su vida. A medida que el niño crece va conformando nuevas conductas que generan a su vez, nuevos comportamientos mediante de la interrelación personal y con el contexto, en concordancia con sus posibilidades de realización. Adicionalmente, se puede mencionar el factor *genético*, donde se ve directamente relacionado con los procesos que se van dando durante el crecimiento del bebe en el embarazo. Donde en algunas circunstancias, los genes, son los principales responsables de enfermedades o síndromes. Cuminsky y otros (1993)

Finalmente, si bien es una terminología médica, citan los autores a los *factores neuroendocrinos*, los cuales son trascendentales, ya que cooperan en el funcionamiento habitual de un organismo. Traduciéndose su actividad en las funciones preexistentes, y la regulación neuroendocrina, es decir; la labor en conjunto del sistema nervioso y el sistema endócrino; quienes desempeñan gran parte de las funciones del organismo, encargándose de diversas actividades. Los estados de inestabilidad en la regulación neuroendocrina pueden declararse por medio de una aceleración o retraso del proceso de crecimiento y desarrollo. Todas las hormonas y factores que regulan el crecimiento ejecutan su trabajo a través de mecanismos específicos y a edades determinadas, tanto en la etapa prenatal como en la postnatal. Cuminsky y otros (1993)

En éste complejo proceso de crecimiento, tal como se mencionó, participan una serie de factores relacionados con el medio ambiente y con el propio individuo. En algunas circunstancias los mismos favorecen el crecimiento, mientras que en otras lo retrasan. Donde a su vez, es importante aclarar que se puede realizar una división de dos sentidos de desviación del crecimiento: por un lado los *excesos* y por el otro el *déficit*. Es necesario llevar un seguimiento correcto tanto en el embarazo, como luego del nacimiento, donde se realizará una comparación de resultados, para observar los límites normales de peso o estatura, y visualizar la existencia o no de alteraciones. Como asimismo, es fundamental saber el momento del surgimiento: *pre-natal* y *post-natal*. Cuminsky y otros (1993)

## Alimentación Vs nutrición

Estos dos términos suelen ser tomados como sinónimos, ¿pero realmente lo son? No, son términos diferentes. La *nutrición* hace referencia a la ingesta de nutrientes que componen la ingestión de los alimentos, es decir la digestión, el paso de la sangre desde el tubo digestivo de sus componentes o nutrientes. A diferencia, los *alimentos* comprenden la ingesta voluntaria de los alimentos, ligados a la situación socio-económica, al estilo y tiempos de vida. Es necesario frente a este debate, que los niños cuenten con la información de que debe equilibrarse la ingestión de los alimentos, transformando pautas alimentarias y brindando una contribución calórica apropiada que lleve al niño a un peso adecuado para su edad y talla. Cuminsky y otros (1993)

Se puede hacer mención a dos clasificaciones; **buena nutrición** se basa en una dieta suficiente y proporcionada combinada con el ejercicio físico y una **mala nutrición** puede reducir la inmunidad, alterar el desarrollo físico, mental y cognitivo. Araujo (2015) Es importante sumar a la primera definición, la ingesta de agua, la cual ayuda a promover al organismo un correcto estado de hidratación. En estudios de investigación que se han realizado se expresa, que el no beber suficiente agua, es tan pernicioso como la ingesta insuficiente de nutrientes. Afectando al funcionamiento del cerebro y perjudicando el rendimiento intelectual en funciones de atención, memoria a corto plazo, las habilidades, la concentración, la capacidad visual, entre otras Gómez (2001)

Según Cuminsky y otros (1993) existe una relación con los nutrientes que la madre embarazada ingiera durante la gestación, siendo que será una fuente de reserva energética para la producción de leche materna después del parto. Frente a una escasa producción de la misma, conlleva un esfuerzo del propio organismo de la madre, pudiendo traer consecuencias a la misma. A su vez, el feto realiza su propia almacenar de grasas, que le proveerán su propia de energía, que sirven durante el primer trimestre de autorregulación de la temperatura corporal, y todos los procesos madurativos correspondientes.

Se habla de *maduración* como el “*proceso de las consecuentes adquisiciones de nuevas funciones y características, que se inicia con la concepción y finaliza cuando el ser alcanza el estado adulto.*” (Cuminsky y otros 1993). Es fundamental tener en cuenta, que no todos los niños llevan a cabo, ni concluyen su crecimiento con el mismo ritmo, cada uno tiene sus características regidas por los factores hereditarios, y los procesos alimentarios. Los procesos de crecimiento, desarrollo y maduración, tienen su inicio desde

la concepción. Por lo cual, sus sucesivos procesos, se deben tener consideración cómo psicopedagogos en fundamental tener conocimiento acerca de los mismos, teniendo en cuenta las sucesivas etapas que transcurren en los distintos periodos de la vida, apareciendo además dentro del anamnesis, contar con ciertos datos respecto al transcurso del embarazo y llegada de ese niño; particularmente si existió alguna dificultad o alteración.

A continuación, se hará hincapié desde la concepción y sus evoluciones, como así también posteriormente, se continuará con un punteo focalizado de acuerdo al rango de edades comprendidas en el presente.

### **Enfoque conceptual y periodos del crecimiento**

Inicialmente, se partirá del *periodo intrauterino*; el embrión desde el vientre materno, se alimenta por medio del cordón umbilical, que lo une con su madre. Dentro de esa etapa embrionaria, es fundamental que la madre ingiera alimentos ricos en vitaminas, proteínas para llevar adelante el proceso de crecimiento y desarrollo intrauterino. Es aquí donde comienza alrededor de las 12° semanas, el proceso de multiplicación celular, que se irá incrementando el tamaño del embrión. Siendo un periodo sensible a factores que pueden condicionarlo. Transcurridas las 12° semanas, comienza el *periodo fetal*, el mismo comprende desde la semana 13° hasta la semana alrededor de las 40° semanas, caracterizándose crecimiento por medio de dos procesos que se da en todos los seres vivos, el aumento del número y tamaño de las células que son los que contribuyen al crecimiento humano, operando con distinta intensidad en distintos momentos de la vida. Cuminsky y otros (1993).

Es necesario que durante el transcurso del embarazo, se ingieran los alimentos necesarios para alcanzar el nivel óptimo de maduración fetal, lo cual contribuye a una serie de consecuentes crecimiento y maduración de órganos. Cuminsky y otros (1993).

Una vez concluidas las semanas óptimas del embarazo, llega el momento del parto, donde comenzará su vida fuera del útero, *es decir el periodo postnatal o vida extrauterina*; lo cual implica un cambio frente al proceso alimenticio, momento en el cual sus primeros aprendizajes se ponen en juego, es aquí donde el bebé comienza con su reflejo de succión, sabiendo que es necesario contar con él para sobrevivir. En ambos periodos, pre y postnatal, son puntos críticos, para tener una adecuada nutrición, siendo que la carencia o escases de los mismos, tienen influencia a futuro. Cuminsky y otros (1993).

En la última etapa mencionada anteriormente, hay cinco divisiones: *el recién nacido* (0 a 28 días); ajustes respiratorios, circulatorios y autonomía para la alimentación

(succión), *primera infancia de (1 mes a 3 años;)* etapa en la cual hay un importante incremento en lo que respecta al desarrollo del sistema nervioso central y del sistema motor, en *la segunda infancia (comprende desde los 3 años a la pubertad)*, existe aquí un lento crecimiento, mejor capacidad motora y perfeccionamiento intelectual. Luego la *etapa de aceleración o empuje puberal (de 12 a 18 años)* donde el individuo se enfrenta a cambios físicos, emocionales, funcionales y acrecentamiento intelectual, madurez sexual. Continuada de la *fase de detención del crecimiento (de 18 a 20 años)* caracterizada por periodos de mayor aprendizaje y contacto social. Cuminsky y otros (1993).

Todos estos procesos biológicos mencionados anteriormente, se encargan de la consecuente y lenta evolución del *sistema nervioso central* humano, concediendo períodos para prolongar para un avance constante, por lo cual es de relevancia resaltar la importancia de *cerebro* y el *sistema nervioso*. El cerebro y el resto del sistema nervioso central crecen con rapidez en el período prenatal y postnatal hasta los seis años, al punto que a esta edad, han alcanzado el 90% de su tamaño adulto. Siendo fundamental durante los periodos mencionados, mantener una alimentación adecuada y equilibrada. Blakemore y Frith (2005).

Al aludir específicamente al **cerebro**, se hace mención a aquella parte superior y voluminosa de encéfalo, que se encuentra encerrada y protegida por la cavidad craneana y constituida por una masa de tejido nervioso encargado de todas las funciones del organismo. El **cerebro** está compuesto por *neuronas*; células que poseen unas estructuras absorbentes, llamadas dendritas (*proveniente del griego, dendrón, árbol*). Por lo cual, existiendo un gran bosque, formado por millones de árboles, con extensas ramas, grandes bifurcaciones, algunos se entrecruzan entre sí, mueren y rebotan. Es imprescindible estimar esta información, ya que todo **aprendizaje**, está posibilitado por las estructuras neuronales, perteneciendo al campo de la psicopedagogía. Blakemore y Frith (2005).

¿Entonces a que se hace referencia cuando se habla de **aprendizaje**? Piaget (1954) lo conceptualiza como un proceso por el cual el sujeto; a través de sus vivencias, la manipulación de objetos, la interacción social, permite la construcción del conocimiento; modificando activamente sus esquemas cognoscitivos del mundo circundante, interviniendo los proceso *asimilación* y *acomodación*. Entendiéndose la primera como la forma en que el sujeto trasforma la realidad a su forma, para luego integrarla a sus

posibilidades de acción. Y a la segunda, como la transformación y coordinación de sus propios esquemas activos para adecúalos a la realidad misma. Pain (2012)

Haciendo enfoque en la construcción del aprendizaje, se caracterizaran a continuación las etapas evolutivas de los niños de acuerdo al rango de edades comprendidas en el presente trabajo investigativo, de acuerdo a la teoría de Gesell (1997).

## DESARROLLO DE 0 A 12 MESES

### **Área cognitiva:**

#### Subestadio 1 (0 a 1 Mes)

Está caracterizado por el uso de los reflejos. El niño viene al mundo equipado de una gran variedad de reflejos, donde algunos irán desapareciendo, modificando y otros desapareciendo.

#### Subestadio 2 (1 a 4 meses)

Surgen aquí los esquemas sociativos (succionar, mirar, escuchar, vocalizar y presionar). Su comportamiento es pre-imitativo, apareciendo conductas incipientes de juego.

#### Subestadio 3 (4 a 8 meses)

La repetición ocasional de algunas conductas conllevará hacia un automatismo hasta repetirla por el mero placer de realizarla y experimentar la consecuencia de su acción sobre el medio. La imitación, comienza a cobrar un sentido conceptual propio, ya que lo ejercita de manera intencional para alcanzar un objetivo.

#### Subestadio 4 (8 a 12 meses)

Este es un periodo de transición entre los comportamientos de reacciones secundarias y terciarias, aparece el cambio de actitud, creando en él experiencias, y cierta conservación de objeto. Gesell (1997).

### **Área psicomotora:**

DE 0 A 1MES: Aparecen los movimientos voluntarios destinados a un fin. El bebé ya distingue la voz humana de los ruidos del ambiente, logra prestar más atención y su capacidad visual se ha perfeccionado y pudiendo fijar mejor su mirada.

DE 1 MES A 8 MESES: La influencia del ambiente en el proceso de aprendizaje empieza a ser notable. Cuando intenta tomar elementos, lo hace en forma de barrido. Frente a los

movimientos de motricidad gruesa, y entre el séptimo y octavo mes, el bebé se empieza a desplazar de manera reptil.

DE 8 A 12 MESES: en las adquisiciones motrices en el primer año formarán parte: la maduración del sistema nervioso, proceso que finalizará sólo hacia los cinco años, a evolución de las capacidades sensoriales es mucho más rápida y el fortalecimiento de los músculos, que continuará hasta la entrada la adolescencia. Gesell (1997).

### **Área del lenguaje:**

Entre el segundo y el tercer mes: experimenta con los sonidos de su garganta, reconoce los ruidos que emite e intenta repetirlos, esforzándose por imitar lo que escucha. Durante el tercer mes, el bebé logra discriminar algunos sonidos de pronunciación con una marcada diferencia, distingue entre un tono de voz cariñoso, suave, o violento. Gesell (1997).

### **Área afectiva:**

DE 0 A 4 MESES: El desarrollo afectivo del bebé se caracteriza por su pasividad, se instaura el principio del placer, y se puede identificar a través de la expresión si está en estado de calma, sueño relajado, molesto.

Aparece la sonrisa, en tanto respuesta afectiva a partir del segundo mes de vida, es una reacción a la imagen del rostro, materno o no. El bebé crea relaciones significativas con su mamá, al momento de alimentarse, siguiendo sus movimientos y expresiones. En este período, el bebé no tiene conciencia de un "otro" externo a él mismo: se encuentra, por tanto, en la etapa sin objeto.

DE 4 A 8 MESES: El bebé ha iniciado la renuncia al principio del placer para acoplarse al principio de la realidad. El reconocimiento del rostro materno supone el funcionamiento de la memoria, las capacidades cognitivas, y la adquisición de los principios de organización psíquica.

DE 8 A 12 MESES: Su desarrollo afectivo estaba marcado por los intercambios alimenticios que lo mantenían en una relación "cuerpo a cuerpo" con la madre, el bebé deberá aceptar una nueva pérdida, el destete. Esta nueva renuncia permite al bebé, acceder al proceso de separación e individualización. Gesell (1997).

### **DESARROLLO DE 12 A 24 MESES**

### **Área cognitiva:**

#### **Subestadio 5 (12 A 18 meses)**

*Se ponen en juego aquí las reacciones circulares terciarias:* donde los esquemas se acomodan a lo nuevo antes de ser ejercitados en juegos ritualizados. La asimilación, ya no es mera repetición. La experimentación y la exploración permiten al niño incorporar a su repertorio imitativo de nuevos esquemas.

#### **Subestadio 6 (18 a 24 meses).**

En esta oportunidad hay intervención de nuevas combinaciones de los esquemas a partir de sus representaciones. A través de la acción de esos esquemas, el niño va valorando el conocimiento de los propios objetos las relaciones espaciales y causales relacionan un objeto/acontecimiento con otro. Los repertorios imitativos se enriquecen mediante de la acomodación con la reproducción de modelos no presentes. Es la imitación diferida, la vía que da acceso al manejo de la convencionalidad.

Al finalizar este subestadio el niño dispone de esquemas de acción interiorizados. Gesell (1997).

### **Área psicomotora:**

#### **Subestadio 5 (12 A 18 meses)**

En este subestadio el niño comienza a desplegar habilidades más concretas. Alcanzando en su motricidad gruesa un dominio parcial de sus piernas, puede pararse, sentarse en la silla, subir y bajar escaleras con ayuda y en su motricidad fina: arrojar objetos señalar dibujos garabatear con un lápiz construir torres de 4-6 cubos.

#### **Subestadio 6 (18 a 24 meses)**

La presión y la manipulación; los movimientos se afinan, se diferencian, se coordinan y se lateralizan. A los 15 meses la presión es clara y precisa, bien adaptada; pudiendo beber en una taza o en un vaso; y maneja la cuchara y el tenedor, aunque existen algunos tropiezos. Otro gran logro de esta edad es el control de esfínteres. Gesell (1997)

### **Área del lenguaje:**

#### **Subestadio 5 (12 A 18 meses)**

El lenguaje evoluciona expresiva y comprensivamente. En este periodo abandona la media lengua y emite palabras con pronunciación correcta, comenzando a emitir alguna palabra, aumentando poco a poco la cantidad. Seguidamente, se observa un crecimiento

acelerado de la adquisición de palabras, alcanzando en un término de dos meses un número similar, a las incorporadas entre los 10 y 12 meses.

Entre los 18 y los 24 meses: todos los niños deberían empezar a hablar. Ya que su maduración biológica es lo suficientemente apta para la integración de los elementos lingüísticos. Gesell (1997).

### **Área afectiva:**

#### **Subestadio 5 (12 A 18 meses)**

Las experiencias vivenciadas en este periodo, como sus propias acciones, consecuencias en el entorno, el contacto con otros, posibilitan al proceso de identificación con los otros.

#### **Subestadio 6 (18 a 24 meses)**

Desde el punto de vista de los valores y normas que regulan su conducta, los niños no conocen la norma social o no la comprenden. En esta edad, juegan un papel determinante las figuras de apego, ya que ellas son las que controlan al ambiente social que se encuentra inserto el niño, ya que tienen para el niño un significado totalmente especial, favoreciendo la identificación del niño con ellas y, de esta forma, la asimilación social a sus valores, normas y conductas.

Los alcances más acentuados en esta etapa, son el establecimiento de la conducta intencional, la construcción del concepto de objeto permanente, las primeras representaciones, y el acceso a la función simbólica. A nivel social, ocurren cambios significativos, gracias a la exploración y manipulación de juguetes, los desplazamientos hacia lugares cada vez más alejados de las figuras de apego y las nuevas relaciones con pares. Gesell (1997).

## **DESARROLLO DE 24 A 36 MESES**

### **Área cognitiva:**

Durante el transcurso de esta etapa la inteligencia va evolucionando del plano motor y gesticular a la representación, aflorando el juego simbólico, donde el niño adquiere su conocimiento del mundo a través de la interacción con otros y con objetos en el marco de situaciones cotidianas familiares para él. Gesell (1997).

El niño posee un juego distinto, donde el elemento motor sigue siendo un eje vertebral, pero domina la función de representación. En este juego representativo tiene una

función compensadora, lo que le permite corregir la realidad, adecuándola en función de sus deseos. **Se da la aparición de la función simbólica en sus diferentes manifestaciones (lenguaje, juego simbólico, imitación diferida, imagen mental).**

En esta edad la inteligencia avanza hacia una inteligencia pre-operativa, donde inicialmente, no es más que una acción interiorizada, próxima a la acción práctica aislada debido a su irreversibilidad y su falta de descentración, se vuelve gradualmente en operación: acción interiorizada y reversible que se organiza en un sistema de conjunto. **El pensamiento del niño está basado en preconceptos (primeras nociones que el niño utiliza en su adquisición del lenguaje) y en el razonamiento pre-conceptual o transducción (desciende por analogías inmediatas y no por deducción).** Gesell (1997).

### **Área psicomotora:**

El aspecto más distinguido tiene que ver con la amplificación y el perfeccionamiento del control sobre el cuerpo y sus movimientos. Como consecuencia importantes transformaciones tanto en el ámbito práxico (de la acción) como en el simbólico (de representación).

El desarrollo del cerebro se acentúa en el proceso de arborización de las dendritas y conexión de unas neuronas con otras. Este proceso, comienza durante la gestación y se extiende en su máxima intensidad hasta los 3 - 5 años. Gesell (1997).

### **Área del lenguaje:**

La actividad productiva y el juego exploran el ámbito de lo simbólico. Las relaciones espaciales y temporales básicas prosperan en el dominio de las relaciones, aunque permanecen ciertas las conflictos para trascender lo inmediato (el aquí y ahora).

El pensamiento se caracteriza por el sincretismo (indiferenciación) y el egocentrismo (dificultad para adoptar el punto de vista del otro). Gesell (1997).

El niño transita primero la etapa "interrogadora" apareciendo las preguntas del tipo ¿Qué es? y ¿eso?. Hacia la segunda parte la estructura hay un incremento del uso del género, número y persona, verbos auxiliares (ser o estar), el uso de pronombres de 1ª, 2ª, 3ª persona así como los artículos determinados (él, la). Al final de la segunda etapa aparece la fase una nueva pregunta interrogadora donde le interesa su razón de ser, aparece el ¿Por qué?. Este porque tiene un doble sentido; una función intelectual para informarse y otra afectiva para captar la atención del adulto. Gesell (1997).

### Área afectiva:

En esta etapa la familia cumple un rol trascendental en el desarrollo de los niños, porque es donde se realizan los aprendizajes esenciales que serán necesarios para el despliegue independiente dentro de la sociedad.

A esta edad las interacciones con pares, tienen características diferentes a las anteriores. Si bien es cierto, los niños van a pasar mucho tiempo con actividades solitarias, también aparecerán actividades de colaboración y juego social. Es habitual que a esta edad surjan disputas entre los grupos, pero muchos de estos actos no van dirigidos hacia una persona, con el propósito de dañarla, molestarla u ofenderla, sino que se realizan con la intención de obtener, mantener, o defender un objeto deseable. El niño de esta edad también muestra compasión, simpatía, modestia y vergüenza. Gesell (1997).

Conocidos los sucesivos estadios y los consecuentes procesos evolutivos, se finalizará vinculando los mismos de acuerdo a la bibliografía que enlaza la alimentación con el rendimiento escolar y las posibles perturbaciones cognitivas asociadas.

Al citar las *funciones cognitivas*, se remite a los procesos mentales que permiten llevar a cabo algo. Considerada como pre-requisito básico de la inteligencia. La adquisición de las funciones y procesos cognitivos sirve para la incorporación de la información y posibilita a la autorregulación del organismo. La interiorización es la columna vertebral del aprendizaje, de la adaptación y de la inteligencia. Es decir, que las *funciones cognitivas* como actividades del sistema nervioso expresan, en parte, la capacidad del sujeto para desempeñarse en situaciones y servirse de las experiencias del medio. Feuerstein (1979).

El funcionamiento del organismo tal como se mencionó párrafos anteriores, se ve estrechamente ligado con la ingesta alimentaria y la nutrición que provean los mismos. Ya que la alimentación es uno de los pilares básicos del ser humano. Y una dieta rica en nutrientes necesarios, es la responsable de suministrar los bloques de construcción por el cual se cimenta como la energía necesaria para darle funcionamiento, encontrando en esos alimentos el origen de los compuestos de los tejidos neurológicos y de las sustancias encargadas de los neurotransmisores, que llevan a cabo la sinapsis; es decir la transmisión de información de neurona a neurona. Sampedro (2016)

Dentro del ámbito escolar, aparecen en escena; la memoria la atención, concentración, el aprendizaje, la inteligencia, entre otras. Una de la más importante, en base a nuestro campo es el **aprendizaje**, al cual Filidoro (2002) lo define como un proceso

de construcción y apropiación del conocimiento que se da por la interacción entre los saberes previos del sujeto y ciertas particularidades del objeto. Otra relevante, es la **inteligencia**, a la cual Piaget (1954) la define, como la adaptación al medio que circundante. Esta adaptación consiste en un equilibrio entre dos mecanismos: la asimilación y la acomodación. La **memoria** es interpretada: como el sistema funcional complejo y activo, determinado por el tiempo que tiene distintos niveles en su organización (sucesos, experiencias, retención y producción de hechos/huellas mnésicas). Y define a la **atención**, como el proceso selectivo de la información necesaria. Luria (1975)

Para ir haciendo un cierre, es oportuno exponer cuestiones acerca del rol del psicopedagogo. Siendo destacable la ubicando la actuación del mismo dentro de la temática de investigación seleccionada y las posibles intervenciones. Según expresa el Ministerio de Educación y Justicia (1984); dentro de las incumbencias; forma parte la intervención del profesional frente a anomalías de la perturbación del aprendizaje, la exploración de las características psicoevolutivas, la participación de las dinámicas con la comunidad educativa y todo lo que involucre procesos de cambios y mejoras, la puesta en juego de estrategias frente a un diagnóstico; pudiendo orientar y derivar en caso de ser necesario, como así también participar dentro de equipos interdisciplinarios.

## **2. ANTECEDENTES**

A continuación se realizará una reseña de diversos trabajos relacionados con el tema de investigación propuesto.

Un estudio realizado Ciller (2005) en Granada, España tenía por objetivo colaborar en conjunto con el pediatra y la familia, acerca del seguimiento de la salud y la alimentación del niño hasta los dos años, mediante el seguimiento de peso. Cuya finalidad era proporcionar los consejos dietéticos necesarios tanto en la lactancia como para la introducción de la alimentación complementaria, entre otras. La población estudiada fue realizada y enfocada al seguimiento de 158 niños, de edades comprendidas entre 0 y 2 años con un seguimiento mediante fichas del proceso de crecimiento recogiendo datos como (hoja de control peso/alimentación y tablas de crecimiento españolas), y así, continuar su evolución, recogiendo como método cuantitativo, las siguiente información: fecha de la medida (dd/mm/aa), edad (meses), peso (Kg). Ellos concluyen, que existe significativa relación respecto a los casos de medicación de la madre, dado que para ellos es relevante la temática, pero en fin, frente a un seguimiento y educación de familias y acompañamiento del pediatra, consideran que podría proporcionar disminución en ciertas sintomatologías y problemáticas frecuentes.

Luego, un estudio realizado en San Luis, Argentina por Jofré y otros (2006), apuntaban a investigar la importancia del desayuno en el estado nutricional y el procesamiento de la información en escolares. Cuya población eran 26 escolares (13 varones, 6.3 a 6.9 años) a los cuales se les tomaron las siguientes mediciones: medidas antropométricas usadas para evaluar nutrición. Asimismo Se aplicaron ocho pruebas de la batería K-ABC de Kaufman: repetición de números (RN), orden de palabra, movimiento de manos (MM), cierre gestáltico, triángulos, matrices análogas, memoria espacial y series de fotos. Las medias encontradas del K-ABC son normales, con cierta dispersión y algunos valores bajos (puntaje Z de MM, Triángulos, RN y Procesamiento Secuencial: -2.30; -1.50; -1.41 y -1.71 respectivamente). La conclusión resultante ha sido, que los niños que no desayunan tuvieron disminuido su estado nutricional y deficiencias en su procesamiento secuencial, simultáneo y compuesto de la información.

Otro antecedente relevante, realizado en Rosario, República Argentina, por autora Nardi (2009), empleó a estudio investigativo el método empleado fue descriptivo, realizando encuestas y entrevistas a 8 profesionales en educación y a una profesional en

salud. Su objetivo, consistía en reflejar la influencia que tiene en el aprendizaje pedagógico, una alteración en el crecimiento y desarrollo infantil. Se concluye, que la desnutrición proteico-calórica, retrasa el desarrollo de los niños tanto en el área cognitiva, como en el área emocional. Siendo, la alimentación inadecuada es una de las causas resultante de los problemas en los niños y niñas, existiendo retraso en el crecimiento, bajas defensas, y en casos extremos la muerte.

En ese mismo año, existe un estudio elaborado en Colombia, Antioquia y Medellín, realizado por Cadavid (2009). Quien se focalizó en la Inteligencia, alimentación y nutrición en la niñez. Cuyo objetivo era compilar evidencia científica respecto a la relación entre inteligencia, alimentación y nutrición de los niños en etapa escolar. Los campos a evaluar consistían en: capacidad cognitiva como la comprensión verbal, el razonamiento perceptivo, la memoria de trabajo y la velocidad de procesamiento. Los resultados obtenidos, fueron realizados a los siguientes grupos de investigación: 461 niños y niñas de 6 a 8 años y sus madres, con el objetivo de evaluar el coeficiente intelectual, el estado nutricional y la seguridad alimentaria en el hogar. Para valorar las capacidades intelectuales de los niños y las niñas se utilizó como medición, instrumentos estandarizados, la Escala de Inteligencia de Wechsler para Niños– IV (WISC–IV). La investigación concluye, que en el campo cognitivo los problemas de desarrollo de los niños no tienen una sola causa, ni los riesgos tienen resultados específicos, pero estos riesgos tienen efectos aditivos, a más riesgos presentes los resultados repercutirán ampliamente en las dimensiones del desarrollo.

Años después en Ecuador Buñay y otros (2013), trabajaron con el objetivo de analizar la incidencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento escolar (que si bien fue realizado en niños mayores, se hará hincapié en la relevancia del tema en cuestión). Forma parte del campo, descriptivo y explicativo y utilizándose como instrumentos tanto la encuesta y la entrevista de cuyos análisis ofreció como conclusión que solo el 59% de los estudiantes almuerzan en horario, mientras que en divididos porcentajes ingieren helados, grasas, entre otras. Existiendo relación con su cansancio, y rendimiento académico, donde lo observaron reflejado en sus notas.

Posteriormente Guerra Ruiz y demás autoras (2014) en Trujillo, Perú; realizaron una investigación cuantitativa, descriptiva, correlacional de corte transversal. Su objetivo, era determinar la relación entre el nivel de conocimiento materno sobre alimentación y el estado nutricional de los preescolares. La población estuvo constituida por 79 madres. El

muestreo estuvo establecido por una encuesta a ese grupo de madres (con determinados criterios establecidos) y la ficha de valoración del estado nutricional del preescolar. Se realizaron los análisis bajo los criterios de Chi cuadrado  $X^2$ . Concluyen el trabajo investigativo, expresando que el nivel de conocimiento medio ronda los 62, 1 %, el nivel alto los 31, 6 %, el nivel bajo 6, 3 %, identificándose que el 59, 5 % eran grupos comprendidos por preescolares que presentaban baja talla, el 22, 8 % un valor normal, 8,9% sobrepeso, 6,3% obesidad, y el 2,5% desnutrición aguda. Por lo cual la conclusión final es que existe relación significativa; entre el nivel de conocimiento materno de la alimentación y el estado nutricional de los preescolares.

Más recientemente la autora Ávila (2013-2014) en Ibarra Ecuador, realizó un trabajo de grado, cuyo objetivo era analizar el tipo de hábitos alimenticios que practican los niños y cómo influye en el aprendizaje cognitivo. La misma fue del tipo descriptiva, cuantitativa. La población con la que se trabajó fue con 127 padres de familias. Durante el proceso investigativo, se utilizó la técnica de la encuesta aplicada a los padres de familia y una ficha de observación a los niños y niñas de la institución. Las conclusiones obtenidas han sido: que cerca de la totalidad de los padres de familia comprenden que la dieta alimenticia actual es poco apropiada en su valor nutritivo de acuerdo a su edad. Como así también que más de la mitad de los padres de familia están conscientes de que el conocimiento sobre la dieta alimenticia y nutrición para brindar a sus hijos/as es insuficiente. La totalidad de los padres de familia encuestadas respondieron que están completamente de acuerdo en que ellos deberían recibir capacitación sobre los hábitos alimenticios y mejorarlos.

Finalmente Sampedro (2016) en La Rioja, Argentina; se basó en la importancia en la alimentación en el desarrollo de las funciones cognitivas del niño. Teniendo por objetivo, describir y plasmar los hallazgos de la relación existente entre la alimentación y la función cognitiva en niños de etapa pre-escolar y escolar, siendo ese un periodo de importancia y expansión cognitiva. Propone como diseño de estudio; un análisis descriptivo. La población estudiada fueron: preescolares de 4 a 7 años, y escolares de 7 años hasta los 12 aproximadamente. Concluye, con la importancia de la dieta saludable, siendo ésta la encargada de construir y proporcionar al cerebro la energía necesaria. Centrándose que gran parte de los conocimientos que se tienen sobre la influencia de la alimentación se centran dentro de los tres primeros años de vida, la prevención de enfermedades en la vida adulta,

y mostrando interés en la lactancia. Finalmente concluye expresando que llevar una dieta saludable contribuye a un mejor desarrollo cognitivo.

### **3. PLANTEO DEL PROBLEMA**

“Crecimiento y desarrollo infantil: la importancia de la alimentación durante los primeros tres años de vida, en San Antonio de Areco”.

Actualmente, en la Provincia de Buenos Aires, los habitantes están insertos en una sociedad donde los niños llevan dietas alimenticias desreguladas, hay mayores casos de obesidad infantil, como así también déficit alimentarios, que conllevan una desnutrición. Según Diario Andino (2018) que cita los datos publicados por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, la Argentina tiene un porcentaje de obesidad infantil de 9,9%, seguido le es Perú. Asimismo la última fuente oficial sobre este tema es la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (2012), según datos de la encuesta analizados por el Centro de Implementación de Políticas para la Equidad y el Crecimiento (Cippec), la malnutrición afecta a niños y niñas de cero a cinco años dependiendo de su nivel de ingreso: en hogares con mayores carencias el 3,1% de los niños padece bajo peso y el 9,1% sobrepeso; mientras, en los hogares con mejores recursos, un 1,5% tiene bajo peso y un 11,8% obesidad.

Es fundamental fomentar una adecuada alimentación desde la concepción. Tal como se mencionó anteriormente; desde el vientre materno, ya que el feto requiere de una dieta equilibrada de alimentos. Una provechosa alimentación de la gestante conllevan al beneficioso camino de crecimiento y desarrollo del bebé, permitiendo los consecuentes procesos orgánicos, que luego contribuyen a preparar el nacimiento y para continuar su evolución, fuera del vientre materno. Dado lo expuesto, es fundamental promover la lactancia materna, siempre que se encuentre dentro de las condiciones adecuadas, donde el pediatra será quien llevará el acompañamiento necesario, para continuar la trayectoria del niño hacia las primeras ingestas alimentarias. Donde la alimentación sale del foco de importancia, los procesos suelen verse perjudicados, y en algunos casos son irreversibles. Cuminsky y otros (1994)

Con el estudio investigativo se intenta obtener más información en relación a la situación planteada. Así como también, se espera dar una respuesta para disminuir los índices de la alimentación inadecuada, buscando alternativas y brindando la educación e información pertinente, siempre y cuando este dentro del campo de posibilidades de los grupos de personas.

¿Cómo afecta a los niños las alteraciones tanto en exceso como en carencias, a su funcionamiento cognitivo seguido de su rendimiento escolar?

#### **4. OBJETIVOS**

##### **Objetivo General**

Se busca conocer la importancia de la nutrición en relación al desarrollo y el crecimiento infantil, a nivel cognitivo, y las posibles intervenciones del psicopedagogo ante una dificultad, para facilitar mejores rendimientos y resultados en los procesos de aprendizajes escolares.

##### **Objetivos Específicos**

Establecer cómo influyen las alteraciones de la alimentación en el desarrollo cognitivo del niño primeros tres años de vida.

Conocer los posibles resultados que produce una alimentación inadecuada en el rendimiento escolar.

Conocer el grado de información de los docentes respecto a la temática en cuestión.

Identificar, que conocimientos tienen los entrevistados respecto a las repercusiones de la alimentación en el desarrollo y crecimiento infantil y frente al proceso de aprendizaje.

## 5. MÉTODO

### 6.1- Diseño:

Dentro de los enfoques investigativos, ha sido seleccionado el cualitativo. Según (Sampieri, 2006) la investigación cualitativa utiliza métodos de recolección de datos no estandarizados, ni completamente predeterminados. No existiendo una medición numérica, por lo cual el análisis no es estadístico. La recolección de los datos consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes a nivel subjetivo, flexible y en base a sus experiencias; mediante preguntas abiertas dando posibilidad a que el entrevistado se exprese y pueda realizar la descripción de forma libre. Este proceso se hará a través de la teoría fundamentada, la cual propone edificar concepciones que se deriven directamente de los datos obtenidos de las personas que entrevistadas, y luego realizar la interpretación y presentación de los resultados de dichas vivencias en primera persona. (Glaser y Strauss 1967).

Se eligió este tipo de metodología, ya que nos ayudará en el proceso de la elaboración y recolección de los resultados de las entrevistas con validez y confiabilidad.

Respecto a la finalidad del mismo, es descriptiva (Strauss y Corbin 2002); nos expresan que *“la gente no podría literalmente comunicarse entre sí sin la capacidad de describir, por poco desarrollado o primitivo que sea su lenguaje”*, siendo la misma fundamental para dar lugar a contar lo que pasa en determinadas situaciones. . A su vez, pareció una temática importante para la zona, buscando obtener información de los datos recabados para hacer un análisis sistemático de los mismos, de forma sencilla y económica.

### 6.2- Participantes

Forman parte de la muestra 10 profesionales femeninas de entre 23 y 55 años; docentes de nivel inicial y maternal, de instituciones públicas de San Antonio de Areco y zonas aledañas del distrito, las cuales trabajan en diversos contextos escolares, y con diversas zonas de procedencia. Las mismas residen en la localidad de San Antonio de Areco y zonas contiguas del mismo partido y fuera de él, como San Andrés de Giles. Algunas de ellas tienen formación en Psicopedagogía, Estimulación Temprana, entre otras, como así también forman parte de otros niveles de la educación, lo cual se consideró pertinente a la hora de la selección, ya que era fundamental que las personas a entrevistar, tuvieran o hayan tenido contacto con los niños de las edades comprendidas, como así también se tuvo en cuenta su formación.

### **6.3- Técnicas de recolección de datos**

En la elaboración del trabajo de campo, se optó por seleccionar como técnica la entrevista. Se denomina a la misma, como el procedimiento mediante el cual interactúan dos personas entre sí, uno como entrevistador; que será quien aplicará dicho procedimiento para luego interpretar y analizar los datos obtenidos. Y otro como entrevistado, quien responderá en base a su experiencia tanto personal como profesional. Yuni y Urbano (2006)

Se pretende por medio de la misma recabar información sobre el tema en cuestión. Se caracteriza la misma por ser del tipo semi-estructurada, con preguntas formuladas de acuerdo a un orden, dando la posibilidad de que el entrevistado se exprese en las respuestas. Se prefirió hacerla individualmente, con preguntas neutrales para evitar interrumpir el flujo de la misma, y que el entrevistado pueda exponer en base a su criterio y experiencia personal y/o profesional. Por ejemplo: *En su experiencia personal y/o profesional, ¿qué es alimentación insuficiente? y ¿Qué es una alimentación óptima? ¿En qué cree usted que favorece una alimentación óptima frente al proceso de aprendizaje? ¿En qué ha cambiado la alimentación en los últimos años, según su vivencia personal?.*

Se realizó la grabación de cada una, utilizando como medio el celular para hacerlo, luego se desgravo, y finalmente se adaptó a los fines establecidos.

### **6.4- Procedimiento:**

En cuanto al trabajo de campo, se comenzó a realizar en el mes de septiembre del año 2018, en la localidad de San Antonio de Areco, Buenos Aires, Argentina. Contando con un permiso ético para llevar a cabo la entrevista, donde los mismos firmaron un consentimiento, dejando por sentado que permitían la intervención de la entrevistadora y difusión de sus respuesta brindadas.

A inicios del mes de octubre, se contactó por vía telefónica, a los profesionales en educación, los cuales fueron seleccionados estratégicamente dentro de la zona de procedencia seleccionada, y de instituciones públicas. Una vez establecido el contacto con los mismos, durante el transcurso de mediados del mes de octubre del corriente fue aplicado el protocolo para reunir los datos, tenido una duración aproximada de entre 45 (cuarenta y cinco) minutos, una hora a hora y media, realizadas temporalmente en una semana. Estando presente cara a cara, el entrevistado y el entrevistador, en un espacio acordado.

Se utilizó como instrumento, un cuestionario interrogativo, cuyas preguntas habían sido realizadas con antelación, teniendo el entrevistado la opción de ampliar, sin orientarla a respuestas monótonas. Fue relevante centralizarse en las informaciones brindadas, como así también brindando un espacio ameno y de confianza entre los interlocutores.

En lo que respecta al análisis de los datos, se hace referencia al proceso, que tiene como propósito interpretar, relacionar, analizar y clasificar los datos resultantes de las muestras. Esto fue realizado pasado mediado de octubre del corriente, donde se empezó a las comparaciones y relaciones propiamente dichas de las unidades analizadas en cuestión. Éste proceso fue realizado mediante la elaboración de un cuadro, donde en una columna estaban las preguntas, y en una fila los entrevistados con una letra establecida, luego se fueron marcado las frases y palabras que más importantes y las que se reiteraban.

En último lugar, vale expresar, que se fue ahondando más profundamente con los datos recabados, prestando mayor importancia a las coincidencias, logrando relacionar los mismos con el tema elegido, los objetivos establecidos y finalmente se realizó la conclusión a inicios de noviembre.

## RESULTADOS DEL TRABAJO DE CAMPO

### **7.1 Entrevistas a docentes de maternal e inicial**

Tal como se ha visto anteriormente, fueron realizadas las entrevistas a 10 profesionales en educación, con formación en jardín maternal e inicial, teniendo a su vez extensión en otros niveles educativos, que ejercen en instituciones públicas. Algunas de ellas a su vez son psicopedagogas, y se desempeñan en centros, y equipos interdisciplinarios, lo cual beneficia su aporte desde otra mirada y experiencia de contacto con las edades en cuestión.

Algunas de las respuestas arrojadas por las docentes a la pregunta número uno **¿qué es una alimentación optima?:** son *“Una alimentación insuficiente, es aquella que no llega a alimentar al niño/a como corresponde y que no le aporta a su organismo lo que necesita”*. *“La óptima es una buena alimentación consisten en vitaminas, proteínas, o sea en comer sano, comidas que sean saludables, y la insuficiente es la que no nutre al chico*. A grandes rasgos, según lo recopilado, han expresado que una alimentación óptima es una que le aporta lo necesario para estar sano y llevar a cabo sus actividades. Frente a la pregunta que **¿es la alimentación insuficiente?** se pueden aportar las siguiente líneas como ejemplo: *“Es la que no alcanza a alimentarlo de forma correcta de acuerdo a los desgates energéticos que tiene y trae consecuencias en su salud”*. *“La insuficiente no nutre de acuerdo a lo que las personas necesitamos, y la óptima sí. Porque alimentación y nutrición no es lo mismo, la alimentación es lo que comemos y nutrición son los aportes de eso que comemos”*. Según lo expresado, la alimentación insuficiente es aquella alimentación que no llega a alimentar al niño adecuadamente, que no brinda los aportes que el organismo necesita, como así también, que es la que no aporta todos los nutrientes que se necesitan para llevar una vida saludable y activa, caracterizada por carencias, excesos y desequilibrios alimenticios. Tal como relata otra de las entrevistadas *“Es alimentación que hay un déficit en hierro, proteínas y de las vitaminas A, B, C y D; produciendo en el niño un crecimiento inadecuado, y eso se observa en distintas variables en la salud, como piel seca, sobre o bajo peso, entre otras”* Asimismo, se le puede agregar a esto, que han resaltado que es en base a los desgates energéticos diarios y de acuerdo a la edad. y a su vez, mencionan en gran parte, que este tiempo de alimentación genera alteraciones como el tema del sueño, el poder realizar una actividad, a la hora del juego. Parece esencial, resaltar que dos de las entrevistadas, resaltaron que todo depende de las zonas de residencias de las familias, ya que *“no es lo mismo una dieta alimenticia en*

*zonas cálidas o frías, ni de las urbanas o las del campo*". Siendo que en cada contexto se necesitan alimentos acordes al clima, como así también el tema de las accesibilidades a los alimentos o lugares de venta. En otra oportunidades, se rescata, que no es lo mismo que suceda una alimentación insuficiente desde bebé, que dé más grandes. Si bien es importante siempre la alimentación adecuada, han expresado algunos de los encuestados, que en la etapa gestacional y los primeros años son fundamentales, y algo de relevancia que manifestó una persona en particular, fue que la situación pre-gestacional, es decir la alimentación, y vida de los padres también es importante considerarla, ya que pudo expresar en la entrevista un caso en particular de una familia numerosa y de bajos recursos, que observaron que los hijos nacidos en la situación más difícil tuvieron grandes consecuencias en su crecimiento y desarrollo. Luego de unos años que lograron salir adelante, los hijos nacidos durante ese periodo, no tuvieron consecuencias tan notables, ya que planificaron y llevaron sus embarazos seguimientos profesionales. En otra ocasión, se hizo presente una aclaración de una docente, que *"la gente suele confundir nutrición con alimentación"* expresando la diferencia de las mismas, diciendo finalmente que la alimentación insuficiente es la que no llega a nutrir de acuerdo a lo que el cuerpo necesita diariamente.

En la segunda pregunta **¿En qué cree usted que favorece una alimentación óptima frente al proceso de aprendizaje?** en respuesta a la misma, se ha obtenido por ejemplo: *"La buena alimentación es fundamental en el proceso de aprendizaje, ya que un niño/a con una dieta sana crece más saludable y fuerte ya que consume lo que el cuerpo necesita. De no ser así el cuerpo se debilita el niño/a se siente cansado, débil, por lo tanto su concentración es corta."* *"Favorece en todo, tanto páralo escolar, como aprender a hablar, caminar, a su desarrollo motriz fino y grueso, a todos sus aprendizajes, la correcta alimentación, nutre al cerebro"*. *"Son esenciales para que el niño pueda tener un aprendizaje, porque se relaciona mucho con el nivel cognitivo, su desempeño"*. Respecto a esta interrogación que ahonda en la relación de la alimentación óptima con el proceso de aprendizaje, consideran que hay una relación entre el desarrollo cognitivo y la alimentación, ya que el niño que se alimenta bien, tiene mejor rendimiento. Exponiendo que la alimentación es la base del desarrollo del cerebro, permitiendo adquirir los aprendizajes a nivel general, ayudando a su concentración, a la atención y memoria, a su desarrollo intelectual, físico y emocional, beneficiando a una mejor plasticidad neuronal que le permiten adquirir nuevos saberes y a su desempeño. En un caso en particular, resaltó

y reafirmo varias veces que beneficia mucho, manifestando que lo condiciona al aprendizaje, siendo que éste último tiene dos factores, uno endógeno y otro exógeno, y ambos están determinados por la alimentación. Asimismo, otra de las respuestas arrojadas, ha sido que *“favorece a todo el cuerpo, a los dos órganos maquinas, el cerebro y el corazón, los más funcionales del organismo, pero el cerebro es quien maneja todo, y frente a una buena alimentación, hay un mejor desempeño y más energía, frente al déficit aparecen los problemas”*. También, hubo una respuesta firme y tajante, que dijo la entrevistada, que *“si no se come, no se aprende”* viéndose afectadas las capacidades del aprender, y que *“si se alimenta correctamente hay mejores resultados cognitivos y cualitativos”*.

La mayoría en la pregunta tres **¿Cuáles son los alimentos que usted considera necesarios ingerir durante crecimiento de los niños?** expresaron directamente los alimentos y fueron semejantes unas con otras: *“Lácteos, verduras, frutas, pescados, carnes, algunas harinas y agua”*. *“Yogurt, leche, frutas, verduras, carnes”*. *“Lácteos, esencial la leche de la mamá y esas que venden en la farmacia, incorporar a los seis meses los alimentos semisólidos, nestun que vienen saborizados, vitina, yogures tanto enteros, cremosos, ponerle frutas rayadas, también verduras, las famosas papillas, el purecito, carnes todas, en mayor medida pollo y pescado, que sean magras, se las procesas en la misma papilla y listo. Hacerle gelatinas, flancitos, cereales, exprimidos y el agua es esencial en la vida siempre”*. Coinciden en que es beneficioso ingerir alimentos ricos en vitaminas, proteínas, fibras, los que contengan hierro. Mencionando los alimentos anteriormente mencionados, algunas harinas pero no en exceso, cereales, el consumo de agua, las grasas sin ser consumidas en exceso. Gran parte de las respuestas, aluden en primer lugar a la leche y sobre todo la materna expresando algunos *“la teta”*, siendo que aporta las defensas a ese bebé, y algunas fueron resaltando la importancia del seguimiento pediátrico, que verá si esa leche es beneficiosa o si necesita otra a modo suplementario. Luego fueron algunas de las docentes, haciendo un recorrido de los procesos alimenticios en las etapas, comentando que luego vienen los semi-sólido, mencionando aquí a la *“vitina”*, *“nestun”*, *puré*, *“papilla”*, *gelatina*, *flan*, las legumbres. Pareció relevante, que una especificó frente al pescado, que si era pescado literal mejor, aunque ya no quedan no contaminados, al igual que las frutas y verduras; que tienen muchos procesos químicos que acompañan su evolución y si te detienes a observarlas, son todas del mismo color e igual tamaño. Resaltado, que *“a nivel general, casi en su totalidad los alimentos que*

*consumimos son artificiales” En otro caso en particular, expreso que “todo lo que deben comer, es lo que menos suele gustarles a los chicos”.*

Han coincidido a su vez y han sido reflejadas respuestas similares que los que **deben incorporarse en menor medida**, son particularmente *“Las comidas chatarras, las de lugares rápido. Panchos, hamburguesas, snack, gaseosas, golosinas” “los vuelta y vuelta, los envasados, los fiambres, lo frito, los pre-cocidos, los artificiales son lo peor”* Durante el dialogo, una de las docentes expreso que los que deben ingerirse en menos medida son; *“todos los que son aditivos, que son los que más les gusta a los chicos”, “son los que hay que erradicar”,* dijo y cerró su respuesta.

En otra contestación por ejemplo: se tuvo la oportunidad del relato de otro caso, donde al finalizar dijo; *“vino obvio”,* dando una aclaración al respecto, que una familia le daba vino en la mamadera a sus hijos.

Respecto a las **habilidades cognitivas que se ven afectadas** ante una alimentación insuficiente, se mencionó reiteradas veces la atención y concentración, tal como se relata en este ejemplo *“La principal habilidad cognitiva que se ve afectada en el niño por una alimentación insuficiente es la atención y concentración, ya que el niño al no alimentarse adecuadamente se muestra desganado y sin energía para cumplir con las exigencias escolares o del hogar”,* otro caso similar de lo expuesto ha sido *“En una alimentación insuficiente se puede ver afectadas las funciones cognitivas como la concentración, atención y memoria, condicionando el aprendizaje, ya que el niño se encuentra cansado, o también con hambre no pudiendo concentrar su atención, estando más disperso”.* Haciendo mención al tema del cansancio tal como relató la entrevistada anterior, fue relevante también siendo que otra persona comentó: *“algunos nenes se duermen fuera de las siestas, otros en clase”* siendo totalmente concordante los signos visibles y estudiados en la teoría.

En otros argumentos también relataron a nivel general que existen desfasajes madurativos y cognitivos, pudiéndose ver que hay dificultades al momento de empezar a caminar, algunos tiene debilidad, poca fortaleza muscular y poca tonicidad. Como en este caso la profesional se explayó relatando: *“la alimentación es uno de los factores determinantes y condicionante en el proceso de aprendizaje. Ya que ayudan al procesamiento intelectual, a todas las funciones del cerebro, al razonamiento, el chico que come bien, de forma adecuada, procesa y comprende mejor, tiene más energía, mejor humor, el que no hay fallas en su comprensión, memoria, atención, se enferman más*

*seguido, afecta el lenguaje, el desarrollo psicomotor y emocional [...]”*No obstante, puede aclararse que todo se encuentra enlazado con el tema, donde puede exponerse en esta oportunidad, la cuestión del bullying que sufren: *“por ser más flaquitos y otros por exceso de peso”* hecho diario que trabajan en las normas de convivencia dijo una de las encuestadas.

En algunos casos, algunas las entrevistadas relataron que si hay **relación con las zonas de procedencia**, ya que quienes tienen menos recursos económicos ha conllevado a una situación de alimentación insuficiente, y de desconocimiento del tema, de cómo cocinar y como arreglarse con los alimentos que tienen, manifestando que es una situación socio-económica, cultural y política. Pero que en otros casos no ha sido así, a continuación se pueden observar algunas de las respuestas obtenidas: *“[...]una alimentación insuficiente viene de la mano de un bajo nivel de ingreso de la familia del estudiante”*. *“La mayoría de los niños que tiene una alimentación insuficiente o inferior la familia no alcanza a suplir las necesidades básicas y se ven obligados a asistir a comedores barriales para poder obtener dos comidas diarias”*. Este es un ejemplo de una de las respuestas arrojadas a la pregunta en cuestión cuya inclinación es si, respecto a las zonas de procedencia y los bajos recursos económicos. Por el otro lado, se tomará como muestra unas líneas a lo opuesto: *“para mí no hay relación, no siempre son los pobres o de bajos recursos, hay gente de buen nivel que también tuvimos que intervenir, y era por caprichos del nene que le es selectivo con la comida, otros por falta de tiempo y no llegan a cocinar, así que les dan fuera de ahora la comida o mamadera en el auto a las apuradas [...]”*. Interesantes relatos, ya que frente al conteo, la balanza es más cercana a que quienes más sufren estas situaciones son las familias que atraviesan situaciones más castigadas económicamente o con trabajos no redituables. Algunos dudaban, expresando *“No siempre, y no siempre lo económico. Hubo más casos de gente de buen nivel, que por comodidad o por levantarse sobre la hora a las diez, once, le hacen lo rapidito y listo [...]”*.

Frente a las **estrategias a poner en juego**, se cita a continuación: *“trabajar con los niños y las familias, mediante charlas juegos interactivos, cocinar juntos, decorar los espacios de modo llamativo y con dicha temática”*. Se basaron mayormente en la contención, el acompañamiento, y el proveer las herramientas a las familias para transitar la situación. También se enfocaron en realizar común acuerdo entre las familias y la institución , hacer seguimientos personales, hablar con los hermanitos más grandes,

brindarles doble copa de leche, en la primaria dan apoyo extra y adaptaciones aclarando que nunca se pierden los seguimientos desde temprana edad, que quedan en archivos, que los equipos siguen su tránsito escolar. Resaltaron algunas interrogadas que el armado de proyectos institucionales con talleres de cocina, huerta, la implementación de kioscos saludables, incentivar el respetar las cuatro comidas, sobre todo el desayuno. Asimismo uno de los comentarios fue: *“frente a la observación y diagnóstico de casos problemáticos, se los estimula más, hacemos seguimientos, vemos si hay relación entre su edad cronológica y madurativa, se hacen adaptaciones, se los motiva a caminar y reforzar sus músculos, el poder pararse”*. También contaron que se hace la relevación al organismo pertinente, algunos de inmediato, otros solo se les avisa a acción social sino cumplen con el acuerdo. Pareció muy importante un largo relato de una entrevistada, quien detalladamente expresó que lo fundamental es: *“la observación de los bebés y niños, viendo su estado general desde que ingresa; su cara, ojitos, boca, si esta aseado, prolijo, sus manos si tienen llagas, lastimaduras, su piel habla mucho, la limpieza dentaria, la ropa, en fin dice que los miran, que preguntan a quienes logren comunicarse, sino con los hermanitos, si comieron, quienes? que? si mamá y papá comieron?, cosas que brindan info”*. A su vez, algunas mencionaron el tema de que no hay exigencia curricular con los más chiquitos, como así también: *“no perder el caso de vista; si hay retrocesos y avances, y en base a eso se actúa”*.

Es indispensable **tomar importancia desde la institución** a la temática en cuestión, según los datos que arrojaron las personas entrevistadas, con el objetivo de prevenir problemas de salud. Por eso según expreso una de ellas al interrogante: *“Es muy importante. Los comedores por lo general tienen dietas abaladas por nutricionistas y nosotras como docentes debemos fomentar la buena alimentación”*.

Siendo que si *“es posible evitar los problemas de salud, actuando desde la prevención”* comento otra de las entrevistadas. A nivel general, algo reiterado también, ha sido el tema de mantenerse en contacto, tanto, entre los actores escolares, como con las familias para el seguimiento y cumplimiento de los proyectos. Además algunas opinan a modo de propuesta el tema de dedicar un módulo destinado exclusivamente al desayuno y al almuerzo. Frente a las respuestas, una de ellas relataba que según la organización mundial de la salud, ellas deberían no solo deben instruirse en la didáctica y enseñanza, sino también en el tema de la alimentación, pudiéndolo incluir en el cuidado del cuerpo y la salud, pero enfocándose en la prevención, y desde las edades más tempranas fomentar

dicho hábito. Para finalizar se rescata otros resultados recabados. La institución debe estar atenta, debe darle importancia pero no se le da la suficiente, hay que hacer valer los derechos del niño por eso debe actuar.

Ante la pregunta número nueve **¿Qué medidas que debe o debería tomar la institución?** es fundamental agregar unas líneas extraídas de la entrevista, donde la forma de actuar en la institución es la siguiente: *“Primero se habla con la familia sobre la situación, se le pide informe a un médico o psicóloga, luego se eleva a la autoridad competente. La institución acompaña a las familias brindando apoyo, aconseja, acompaña y contiene al alumno en cuestión”*.

Otras han respondido similarmente que debe intervenir una asistente social, siendo que habría más posibilidad de resolución inmediata, y claro, lo primordial enseñar a las familias, donde las mismas tengan el espacio y acompañamiento de los actores escolares, siendo que lo fundamental es el bienestar del niño. Hubo un gran porcentaje, que en preferencia, se habla primero con la familia, escuchándolos, aconsejándolos, acompañándolos y enseñarles si es necesario, llegando a un acuerdo que haya un seguimiento pediátrico del menor, para ver su evolución, y en los casos que se consideren de gravedad o ya como derecho vulnerado, o si continua igual el tema, ahí recién hacen la transcripción de dicha situación al organismo pertinente. Es fundamental, según expresaron, nunca juzgarlos, a veces se ven involucrados los niños con una alteración voluntaria o voluntariamente, pero uno nunca está en su situación. Resalto una de las profesionales en educación: *“La institución debería poder brindar un espacio de alimentación tanto para el desayuno o almuerzo, y además de poder dar reuniones a Padres y niños donde se enseñe acerca de la alimentación optima, como primer recurso, y en caso de ser una población socio- económica vulnerable poder acudir al estado pidiendo donaciones para aquellas familias que más lo necesiten”*.

Finalmente, en relación a los **cambios alimenticios de los últimos tiempos**, coinciden considerablemente que gran parte de las personas acceden a comer en lugares de comidas rápidas, y compra de alimentos preparados, el tema de lo envasado y atravesado por los conservantes artificiales. Como se puede observar en los siguientes ejemplos: *“Cambio mucho. Yo no creo en los lácteos muy procesados. Ni en lo que venden en las verdulerías. Pero no hay opción a veces, y se entiende. Antes en mi época, se ponían semillas, se cosechaba y se usaba eso, y los animales criados, patos, gallinas, terneros, se*

*iba a pescar, pescar, ahora no es artificial pasan por miles de procesos los alimentos, hasta las frutas y verduras”.*

Apareció también que tanto a lo largo del tiempo hubo avance, respecto a la variedad de productos que son adecuados para algún problema de salud, por ejemplo sin tacc, los alimentos diet, entre otros, lo cual ha sido tomado como positivo. Se observó, que las entrevistadas con más experiencia vivida, que han transitado un camino de entre quince a veinte años de ejercicio profesional, comentaron que *“antes se cocina comida, y las mismas eran más naturales, vegetales de la huerta familiar, la carne de animales criados por ellos”*. Resaltó una de ellas: *“[...]y ahora todo lo de comidas rápidas, envasadas, precocidas. No son naturales, hay mucho artificial. Esos benditos lugares como mostaza, mc, y todos esos, te agregan al combo el juguete y los pibes quieren eso, y si obvio si con eso incentiva, ponen publicidades y animaciones que te entra por los 4 sentidos”*. Realmente, fue interesante, ya que todo ingresa por los sentidos, pudiendo enlazarlo con otra expresión extraída *“algunos niños que apenas hablan, ya conocen la coca, la M de Mc’Donald, de una forma avasallante, te vende y muestran estos productos en todos lados”*. Otras dicen que hubo cambios dado las exigencias laborales, profesionales, y económicas, donde hoy por hoy trabajan las dos personas de las parejas, y eso es parte de las consecuencias actuales que se están atravesando y perjudican la alimentación infantil.

## **8. DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN:**

### **Discusión:**

Acabado el trayecto del presente trabajo investigativo, el cual se encamino respecto al Crecimiento y desarrollo infantil: enfocado en la importancia de la alimentación durante los primeros tres años de vida, y su relación con el rendimiento cognitivo. Donde si bien son niños pequeños, y las intervenciones psicopedagógicas en este tramo no son algo cotidiano, fue relevante tomar esos años dada la importancia de un buen desarrollo del niño, y las observaciones que se pueden ir visualizando desde temprana edad, como lo es el pre-escolar. A lo cual, se detallan las conclusiones de los datos recabados en las entrevistas a profesionales de la educación, que en algunas oportunidades involucran experiencias en edades posteriores dentro del ámbito educativo.

El trabajo en equipo, tanto de los actores escolares, como de las familias, y la sociedad. Han expuesto en gran porcentaje, el tema de prevenir, actuar desde esa perspectiva; siendo fundamental enseñar a esas familias desde la institución. Se puede considerar a la familia como el primer y más importante agente socializador de los niños y niñas. Por consiguiente, es fundamental la relación familia-escuela, en cuanto que son los dos grandes agentes socializadores responsables de la educación de los niños y niñas, prestando atención a las realidades en las que están inmersos, e intentando dar respuesta a las demandas que cada uno de ellos pueda presentar. Esto es concordante, con las incumbencias del Psicopedagogo, tal como expresa el Ministerio de Educación y Justicia, (1984). Asimismo, un asunto valioso, es el tema de la observación al niño, ver sus condiciones con las que llega a la institución, conocerlo día a día, en relación al tema en cuestiones, según relató una entrevistada, que visualizarlos, les servía para identificar su estado de salud y cambios, dialogar con ellos o hermanos. Es completamente importante mantearse informados, ya que dentro del rol psicopedagógico, forma parte la exploración de las características psicoevolutivas del niño, y ante casos que requieran elaborar las estrategias acordes para transitar un camino de armonía y mejorar que proporcionen lo que ese alumno o paciente necesite. Relacionable con la teoría de Gesell (1997), en base a las etapas del niño, quien las caracteriza. Si bien, hay que respetar los ritmos, es fundamental contar con dicha información ante la visualización de alteraciones graves en el desarrollo y crecimiento infantil, con la finalidad de una intervención temprana.

Como ya se ha mencionado anteriormente, Cuminsky y otros (1993) señalaban que los procesos simultáneos de crecimiento y desarrollo; tienen estrecha vinculación con la alimentación. Fundamentalmente, en el campo de interés para la psicopedagogía, el aprendizaje. Dichos autores, relatan, que existen factores tanto endógenos como exógenos, que tienen incidencia en los mencionados procesos. En éste caso, las cuestiones alimenticias, donde si no se provee una dieta adecuada y equilibrada, puede generar alteraciones, tales como desatención, bajo rendimiento escolar, desgano, fatiga, entre otras. Los resultados del trabajo de campo han sido congruentes con los conceptos de este autor, donde los docentes expresaron que los alumnos que no se alimentaban adecuadamente reflejaban; desatención, desgano, fatiga, entre otras.

Por otro lado, según la información recogida de la OMS (2018) hace vital importancia a la lactancia materna, mencionada como primordial para los inicios de la vida, siendo que la misma aporta los beneficios que el niño necesita, como el fortalecimiento del sistema inmunológico, la energía, y la prevención de problemas gastrointestinales, entre otros. Esto ha sido coincidente, con algunas de las personas entrevistadas, que mencionaron la consideración de lactancia exclusivamente materna, dada la contribución de la misma.

A lo largo de la teoría empleada, se había obtenido, la valoración de la alimentación desde la concepción y los primeros años, siendo los mismos esenciales (cabe destacar, que si bien una alimentación adecuada, es relevante siempre y a lo largo de la vida, pero en este contexto, se adecuará a las edades comprendidas) puede afirmarse que existe relación en cuanto a llevar una buena alimentación, es decir una que logre nutrir al niño, y que acompañaran los procesos en cuestión cual está íntimamente ligado con el cerebro, órgano funcional encargado de todas las funciones a las que hace mención Blakemore y otros (2005). Significando, dentro de esta perspectiva, a las neuronas; que tal como se mencionó anteriormente, son complejas conexiones con diversos procesos sinápticos, pudiéndose integrar al aprendizaje, campo de interés de la psicopedagogía. Donde autores tradicionales y fundamentales como Piaget (1954), Pain (2012) y Filidoro (2002) habían enfatizado en relación al aprendizaje y las estructuras que componen el mismo ya que contribuyen a las funciones superiores que pondrán en juego sus habilidades cognitivas, es decir todo aprendizaje está posibilitado por las estructuras neuronales.

En relación a lo anterior, los docentes habían expresado la importancia y significación que se le debe atribuir a las señales, ya que dentro del aula es determinante ir observando el desempeño de los niños, y ante alteraciones en la alimentación, se puede ver

que los niños que no se alimentan adecuadamente, lo que se mencionó párrafos anteriores: desgano, falta de atención, concentración, dificultades en la memoria y otros procesamientos complejos.

### **Conclusión:**

A partir de todo el trabajo anterior, se concluye que la alimentación es muy importante para el crecimiento y el desarrollo de los niños, fundamentalmente los que involucran a los aspectos cognitivos, siendo que son los de interés para el campo de la psicopedagogía, más precisamente al aprendizaje, aspecto donde pone en juego su rol el psicopedagogo ante las dificultades, alteraciones o disarmonías del mismo.

Para realizar el presente trabajo investigativo, fueron empleadas entrevistas, cuyas muestras tomadas para extraer los resultados son conformadas por diez personas por lo cual, la misma es limitada.

Finalmente se sugiere que es fundamental desde la institución escolar acompañar e informar a las familias acerca de la importancia de la alimentación saludable desde la temprana infancia. Asimismo, armando proyectos que sean beneficiosos y enriquecedores, posibilitando desde el equipo orientativo a quienes sean personas de hogares con recursos limitados para que reciban la ayuda necesaria, como así también la copa extra.

A su vez, se considera recomendar que todos los actores escolares, se formen al respecto, más dados los tiempos actuales donde es esencial inculcar la alimentación sana.

Desde el rol psicopedagógico, tanto fuera como dentro de la institución escolar es imprescindible el asesoramiento y acompañamiento a la institución escolar y familias; la formación de estrategias grupales e individuales, como por ejemplo proyectos, donde se pongan de forma creativa y atractiva se introduzca la temática. Cabe agregar, que ante sospechas, o por las comunicaciones establecidas por los docentes, es conveniente la realización de una aproximación diagnóstica, para evaluar los aspectos psicoevolutivos y como componente para un posible seguimiento, actuando frente a la detección temprana de alguna dificultad en los alumnos, y que sirvan para armar estrategias de intervención, y en caso de ser necesario derivación. Recomendando si es posible, el trabajo en conjunto con otras disciplinas, dado que cada una cuenta con su mirada y formación en particular, no se puede trabajar solo, siempre es necesario de los otros, siempre y cuando el objetivo no se pierda de vista, y ese objetivo es el niño.

## **REFERENCIAS**

- Alcázar, J (2010). *La evaluación Psicopedagógica*. Recuperado de [https://maristas.org.mx/gestion/web/articulos/evaluacion\\_psicopedagogica.pdf](https://maristas.org.mx/gestion/web/articulos/evaluacion_psicopedagogica.pdf)
- Araujo, J (2015) *.Nutrición en la primera infancia*. Recuperado de <https://prezi.com/pbq6vsqky3ob/nutricion-en-la-primera-infancia/>
- Arnais, S.(2003). *Educación inclusiva: una escuela para todos*. Recuperado de <http://www.revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/viewFile/266/277>. pp28
- Ávila, A (2013-2014) *.Los hábitos de alimentación y su influencia en el desarrollo cognitivo de los niños/as en la unidad educativa*. Ecuador. Recuperado de <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/4371>.
- Blakemore, S y otros (2005). *Cómo aprende el cerebro, Las claves para la educación*. España: Booket.
- Buñay M. y otro (2013). *Incidencia de hábitos alimenticios en el rendimiento escolar*. Recuperado en <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/15591>
- Cadavid, M. (2009). *Inteligencia, alimentación y nutrición en la niñez*. Recuperado en [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S012441082009000200006](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012441082009000200006)
- Ciller y et al. (2005). *Seguimiento de la salud y de la alimentación del niño en sus 2 primeros años de vida*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69030106>
- Cuminsky, M Y otros, (1994). *Manual de crecimiento y desarrollo del niño*. Organización panamericana de la salud. Organización Mundial de la Salud. 2da edición, N°33. Recuperado de <https://epifesz.files.wordpress.com/2016/08/5manual-de-crecimiento-y-desarrollo-del-ninio1.pdf>
- De Souza J. y otro. (2015). *Desarrollo infantil: análisis de un nuevo concepto. Art original*. Rev. Latino-Am. Enferma gem. Recuperado de [http://www.scielo.br/pdf/rlae/v23n6/es\\_0104-1169-rlae-23-06-01097.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v23n6/es_0104-1169-rlae-23-06-01097.pdf)
- Diario Andino (2018). Recuperado de <http://www.diarioandino.com.ar/noticias/2018/05/08/209676-la-argentina-lidera-el-ranking-de-malnutricion-en-la-region>
- Filidoro, N (2002) *.Psicopedagogía: conceptos y problemas*. Buenos. Aires: Biblos.
- Gesell, A (1997). *El niño de 1 a 5 años*. Buenos Aires: Paidós.

- Gómez, C. (2001). *Nutrición en atención temprana*. La Paz, Madrid. Recuperado de <https://www.sefh.es/bibliotecavirtual/novartis/nutricionap.pdf>
- Gómez, C (2001) recuperado en <https://www.20minutos.es/noticia/1070512/0/hidratacion/rendimiento/mental/#xtor=AD-15&xts=467263>.
- González, H y otros. (2016). *Nutrientes y neurodesarrollo: Lípidos*. Actualización. *Archivos argentinos de pediatría*, p.p 114(5), p.p 472-476. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.5546/aap.2016.472>
- Guerra, M y Reyes V (2014) “*Conocimiento materno sobre la alimentación y su relación con el estado nutricional de preescolares*”. Perú. Recuperado de <http://www.dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/802/1604.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Glaser, B y Strauss, A. (1967). *El descubrimiento de la teoría fundamentada*. Chicago: Aldine Prensa.
- Jofré, J y et. al (2006). “*Importancia del desayuno en el estado nutricional y el procesamiento de la información en escolares*”. San Luis, Argentina. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/up/v6n2/v6n2a15.pdf>
- Luria, A (1975). *Atención y Memoria*. Barcelona. Martínez Roca.
- Ministerio de Educación y Justicia (1984). *Recuperado en* <https://www.xpsicopedagogia.com.ar/incumbencias-psicopedagogo.html>
- Nardi, V (2009). “*Repercusión en los primeros años escolares y en el proceso de aprendizaje de una alteración en el crecimiento y desarrollo infantil*”. Rosario, Argentina. Consultado en <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC087602.pdf>
- OMS (Organización Mundial de la Salud). (2018, 16 de febrero). Recuperado de <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
- Pain, S (2012). *Diagnóstico y tratamiento de los problemas de aprendizaje*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Piaget, J (1954) “*Inteligencia y Afectividad*”. Buenos Aires. Ed. Aique.
- Ramírez N. y otros. *Modelo de intervención psicopedagógica encaminado al desarrollo de aspectos emocionales, cognitivos y conativos*. *Recuperado de* [en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=299022819005> ISSN 2011-2084](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=299022819005)

Sampedro, C (2015-2016). *La importancia de la alimentación en el desarrollo de las funciones cognitivas del niño*. Recuperado de [https://biblioteca.unirioja.es/tfe\\_e/TFE002097.pdf](https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE002097.pdf)

Samperi, y otros (2006), recuperado de [https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf)

Strauss A y Corbin J. *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Antioquia, Colombia. Recuperado de <https://diversidadlocal.files.wordpress.com/2012/09/bases-investigacion-cualitativa.pdf>

UNR “El Niño Sano y su Contexto”, ed. Universidad Nacional de Rosario (2000), cátedra de pediatría. Facultad de Ciencias Médicas. (Información extraída de la Tesis de la Autora Vanesa Nardi, consultada en <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC087602.pdf>)

Ventura, A. Rossi B. Messi, L. (2016). *La psicopedagogía en el ámbito escolar: ¿qué y cómo representan los docentes la intervención psicopedagógica?*. Universidad Nacional del Comahue. San Carlos de Bariloche

Yuni, J. Urbano, C (2014). *Técnicas para Investigar 2. Recursos metodológicos para la preparación de proyectos de investigación*. Córdoba: Brujas.

Yuni, J. Urbano, C. (2006). “*Técnicas para Investigar 2.*” *Recursos metodológicos para la preparación de proyectos de investigación*. 2da edición. Edit. Brujas. Córdoba.

## ANEXOS

### ENTREVISTA

- 1) **En su experiencia personal y/o profesional, ¿qué es alimentación insuficiente? y ¿Qué es una alimentación óptima?**
- 2) **¿En qué cree usted que favorece una alimentación óptima frente al proceso de aprendizaje?**
- 3) **¿Cuáles son los alimentos que usted considera necesarios ingerir durante crecimiento de los niños?**
- 4) **¿Y cuáles deben ingerir en menos medida, o no deberían estar presentes?**
- 5) **¿Qué habilidades cognitivas considera usted que pueden verse afectadas por una alimentación insuficiente en un niño?**
- 6) **¿Qué relación hay entre una alimentación insuficiente y las zonas de procedencia de los niños?**
- 7) **¿Qué estrategias pone o pondría en juego, frente a un alumno que padezca o hay padecido con deficiencia alimentaria?**
- 8) **¿Qué importancia se le debe dar a la alimentación en una institución escolar?**
- 9) **En casos de alimentación insuficiente, ¿Qué medidas toma o debería tomar la institución frente a estos casos? ¿qué herramientas o aportes se les provee a las familias?**
- 10) **¿En qué ha cambiado la alimentación en los últimos años, según su vivencia personal?**

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

A partir de la presente, se les informa quien lleva a cabo la investigación es Roldán Rosario, alumna de la UFLO cuyo objetivo es obtener el título del ciclo de la Licenciatura en Psicopedagogía.

Las preguntas formuladas fueron realizadas con el objetivo de obtener información respecto a la alimentación y el desarrollo cognitivo en los niños en edad escolar, particularmente en los primeros pasos de 0 a 3 años, en jardín maternal.

Para ello, se les facilitará un cuestionario de 10 (diez) preguntas relacionadas con el tema mencionado, todo es en base a su experiencia, no siendo necesario tener un conocimiento científico del mismo. La idea es que sea un intercambio activo y enriquecedor, ameno y con respeto. Contando con la opción de preguntar si cuenta con alguna inquietud tanto en el inicio del proceso como cuando el mismo este en transcurso, o cuando usted lo considere oportuno.

Puede contar con la opción de elegir libremente si participar o no, sin coerción, ni intimidación, Ni por incentivos indebidos.

La entrevista será semi-dirigida, técnica que deberán cumplimentar. Cumpliendo dicho objetivo, se asegura el amparo por el secreto de la información facilitada, es decir queda bajo protección de confidencialidad la información brindada a la entrevista. No siendo entregada, ni difundida a otros, solamente será utilizada a fines educativos e investigativos.

Cada participante, firma en conformidad si lo ha elegido, y se lleva una copia del documento. Si no es de su consentimiento puede abstenerse, negándose.

Desde ya, se agradece.

Acepto las condiciones de la investigación.

Firma:.....

Aclaración:.....

Lugar:.....

Fecha:.....