

primeros años

creciendo juntos

Guías para trabajar con las familias los contenidos de los programas de TV

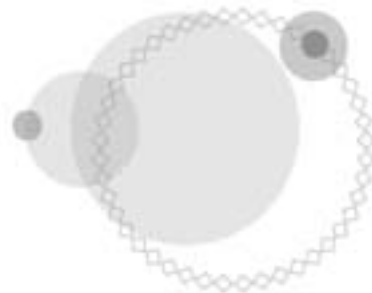


Contiene DVD
del Programa de TV



Ministerio de
Educación
Presidencia de la Nación

- Los chicos van al jardín
- Los chicos tienen la palabra
- Alimentación y salud



Presidenta de la Nación

DRA. CRISTINA FERNÁNDEZ

Ministro de Educación

PROF. ALBERTO SILEONI

Secretaria de Educación

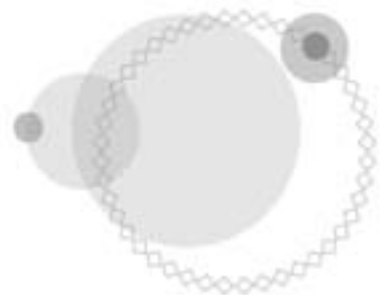
PROF. MARÍA INÉS ABRILE DE VOLLMER

Subsecretaria de Equidad y Calidad

LIC. MARA BRAWER

Director Nacional de Políticas Socioeducativas

PABLO URQUIZA



Programa Nacional de Desarrollo Infantil

Coordinación General

Lic. Mariana Moragues

Coordinación Pedagógica

Lic. Nancy Mateos

Elaboración y Redacción

Lic. Clarisa Label, Prof. Cecilia Maneiro, Lic. Nancy Mateos

Corrección y adaptación: Prof. Silvia M. C. de Delucchi

Diseño y comunicación visual: Mariana Avico

Equipo Técnico del Programa de Desarrollo Infantil

Prof. Cecilia Maneiro

Lic. Graciela Nejamkis

Lic. María Eugenia Waldhuter

Revisión temática a cargo del personal técnico de los Ministerios de Desarrollo Social y Salud de la Nación

Ministerio de Educación de la Nación

Primeros años creciendo juntos: guías para trabajar con las familias los contenidos de los programas de TV.

- 1a ed. 4a reimp. - Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación, 2009.

v. 2, 72 p. ; 26x21 cm.

ISBN 978-950-00-0596-8

1. Desarrollo Infantil.

2. Guías para Padres. I. Título CDD 649

Fecha de catalogación: 07/07/2009

Correcciones de la presente reimpresión

Equipo de producción Gráfica - Editorial DNPS

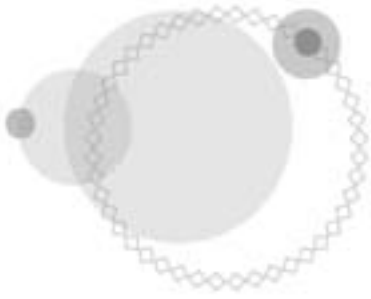
Coordinación: Laura Gonzalez

Carga de correcciones y reordenamiento de archivos:

Verónica Gonzalez - Nicolás Del Colle

Lectura: Laura Arce









Primeros años Creciendo juntos

Guías para trabajar con las familias los programas de TV

INDICE

 Página 4	 Página 11	 Página 26	 Página 50
Presentación	Los chicos van al Jardín	Los chicos tienen la palabra	Alimentación y Salud

Primeros años

Creciendo juntos

Guías para trabajar con las familias los programas de TV

Presentación

La tarea de criar a los niños y niñas en nuestra sociedad es, por lo general, demasiado solitaria y exigente. En la actualidad, las familias se enfrentan cotidianamente con situaciones complejas que, muchas veces, no pueden resolver dentro del grupo familiar. Se hace necesario entonces contar con el apoyo, el asesoramiento, la comprensión de amigos y personas de confianza. Con ellos es posible compartir preocupaciones, situaciones conflictivas, soluciones, experiencias y recursos para resolver los problemas del día a día.

Los programas de TV "Primeros años, Creciendo juntos" y las guías de trabajo son una propuesta para acompañar a las familias en la crianza y el cuidado de sus hijos.

En nuestro país y en América Latina, numerosos equipos de investigación se ocuparon del tema¹ y observaron que, si los adultos que están a cargo de niños pequeños se reúnen en grupos e intercambian experiencias, la relación con los chicos se profundiza y fortalece. Estos espacios que fomentan la reflexión, posibilitan a las familias revisar lo que saben y lo que hacen, revalorizar el patrimonio cultural de cada participante, conocer otros modos de vincularse y elaborar conjuntamente estrategias apropiadas para enfrentar sus dificultades. La intención es pensar juntos, intercambiar ideas, puntos de vista, construir nuevos conocimientos, buscar información, hacer preguntas, plantear dudas y encontrar respuestas entre todos. Se trata de pensar las relaciones entre los adultos, y de estos con los más pequeños, para contribuir positivamente a la calidad de vida de los niños y sus familias.

Objetivos generales

1/ Al respecto se pueden leer los siguientes textos:

- Schlemenson S., Cavalleris S., Di Scala N., Meza A., Pereira M. (2005), *El placer de criar, la riqueza de pensar. Una experiencia con madres para el desarrollo infantil temprano*. Buenos Aires, Ediciones Novedades Educativas.
- Pereira, M. (2005), "Para criarte mejor. Intervenciones en crianza con madres de niños menores de tres años" en Pereira M. (comp.) *Intervenciones en primera infancia. Prevención y asistencia en salud y educación*. Buenos Aires, Ediciones Novedades Educativas.

- Ofrecer a los adultos a cargo de niñas y niños entre 0 y 5 años un espacio de reflexión e intercambio acerca de la crianza de sus hijos más pequeños, para analizar, resignificar y fortalecer sus saberes y prácticas.
- Fomentar la elaboración de estrategias de crianza adecuadas a sus realidades, inquietudes y dificultades.
- Posibilitar en los adultos la recuperación de la cultura y la historia individual y social.
- Favorecer el despliegue de procesos de simbolización de los adultos y los niños y niñas.
- Posibilitar el encuentro con pares en la crianza y el establecimiento de lazos sociales.



Organización de las guías

Las guías son, como su nombre lo indica, una orientación para organizar la tarea con los grupos de adultos utilizando los programas de TV.

Siempre es bueno contar con herramientas que permitan introducir el tema. Por eso les proponemos algunas ideas para que las piensen, las discutan con los compañeros de equipo, las usen para iniciar el diálogo, las modifiquen o inventen nuevas posibilidades.

Cada guía incluye los siguientes títulos:

1. Objetivos

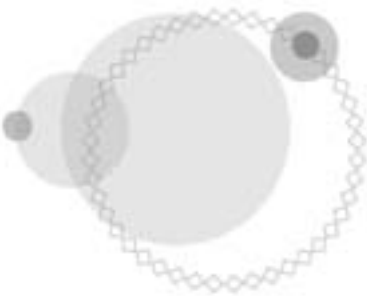
Para cada tema desarrollado en el programa de TV que se selecciona, se plantean una serie de objetivos con la intención de poner de manifiesto qué se quiere lograr a partir del trabajo grupal.

2. Algunas propuestas para la organización de los encuentros

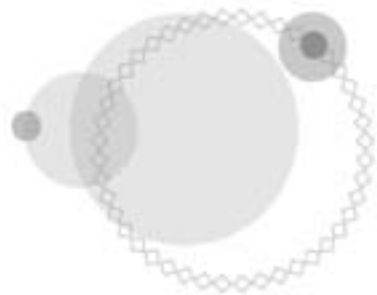
El material presenta ideas para organizar diversas reuniones con los grupos familiares, tomando como eje cada programa de TV. En las guías, las propuestas se han distribuido agrupadas en diferentes temáticas.

Como la duración de las reuniones se acuerda con el grupo, hay que calcular el tiempo que se requiere para mirar el programa de TV, volver a ver las imágenes seleccionadas y realizar las actividades proyectadas. Se estima que el lapso total de reunión puede ser de alrededor de 1 hora y media.

Resulta conveniente que los coordinadores cuenten con una caja o bolsa de materiales en la que puedan incluir papel afiche, marcadores gruesos, cinta adhesiva, tijeras, biromes, hojas, tizas, adhesivo vinílico, revistas. Algunos de estos elementos son necesarios para tomar nota o realizar un registro de lo que van diciendo los participantes. Otros se precisan para efectuar actividades, como armado de carteleras informativas, juegos, difusión de canciones, cuentos, poesías, recetas de cocina.



Imágenes



A veces es difícil disponer de un televisor y un reproductor de video en cada encuentro que se realiza con las familias; entonces, para que el uso de las imágenes no se transforme en un impedimento, se pueden realizar reuniones periódicas en las que se miren los programas completos.

Si lo consideran oportuno, es útil volver sobre aquellas escenas más significativas para los participantes o las seleccionadas por los coordinadores para alguna actividad.

En particular se sugiere la utilización de algunas imágenes del programa de TV como un modo de iniciar el intercambio o bien para analizar entre todos después de haber conversado en grupo acerca del tema. Por ejemplo, el almuerzo de una familia o el relato de una abuela acerca de sus nietos. Las imágenes pueden utilizarse para realizar comentarios, opinar, hacer preguntas vinculadas con el tema, expresar sus creencias, contar vivencias y manifestar sus ideas. En esta instancia se propone detener la proyección sólo en algunas partes del programa de TV, aquellas que consideren relevantes para que los adultos expongan su parecer, sin necesidad de ver todo el programa (al respecto ver punto 2.3.).

Actividades sugeridas

Las propuestas buscan generar el relato de experiencias, la reflexión y el intercambio de opiniones. Escribir, cantar, jugar, leer, contar y hacer en grupo son algunas de las modalidades para que circulen las emociones y las ideas. Se trata de recuperar los propios saberes, la historia, la cultura, encontrar nuevos sentidos a las situaciones cotidianas vinculadas con la crianza de los hijos; aprender de los otros y con los otros, valorar las diferencias, pensarse y pensar juntos para revisar lo que se dice, lo que se cree y construir nuevas respuestas.

Los coordinadores evaluarán, junto con su equipo de trabajo, si el tema, las actividades y las secuencias planteadas responden a las necesidades e intereses de los participantes.

Se sugiere abordar primero los temas sobre la base de las experiencias, ideas y conocimientos de los asistentes. Recién después de este intercambio es conveniente mirar el programa de TV, porque escuchar a los especialistas antes de tener la oportunidad de expresar lo que uno piensa o hace, puede inhibir al grupo. A veces es difícil animarse a opinar después de la explicación de un profesional, ya que puede entenderse que sólo lo que dice el especialista "está bien". En cambio, considerar lo que otros dicen en el programa después de hablar con los compañeros favorece una escucha más activa de otras ideas y ayuda a revalorizar la propia experiencia. También puede resultar un aporte para la modificación de prácticas que resultan inadecuadas.

En los encuentros posteriores, además de las escenas seleccionadas, se pueden volver a mirar aquellas partes del programa que hayan despertado mayor interés entre los participantes. Es importante prever que algunos integrantes del grupo estén interesados en ver el programa completo nuevamente.

Para pensar,
compartir y
comentar

Han sido incluidos algunos recursos como historietas, canciones, cuentos, poesías, reproducciones de obras de arte que pueden ser utilizadas en el encuentro para promover el intercambio, conversar acerca de lo que le sugieren a cada uno, o simplemente para leer y pensar en forma individual.

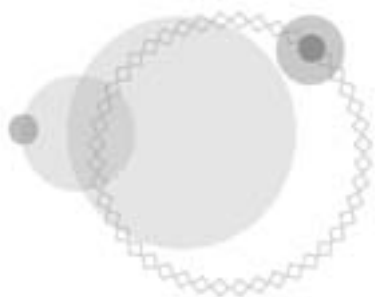
Diálogo con
especialistas

En todos los programas de T.V., la conductora Daniela Fernández charla con un profesional acerca del tema central. En las guías está la transcripción de la conversación con los especialistas que participan en cada programa para facilitar la comprensión y reflexión acerca del tema que se aborda: el coordinador puede volver sobre lo dicho si lo considera necesario o si lo requiere algún integrante del grupo. De esta manera se apunta a vincular el aporte de los especialistas con lo trabajado entre todos, que es otra forma de dialogar.

3. Información para utilizar en la planificación de las actividades

Se ha incorporado una sección en la que algunos temas han sido desarrollados con mayor profundidad. La intención es brindar elementos que enriquezcan, aclaren y orienten a los coordinadores en la tarea de organizar el intercambio entre los adultos.


Para quienes estén interesados en conocer más acerca de los contenidos, al final de las guías van a encontrar un listado de bibliografía y páginas web para consultar. En ocasiones también se incluyen sitios de Internet en los que hay textos, cuentos, acceso a obras de arte, canciones y juegos, que pueden ser utilizados en diversas actividades. Las diferentes formas artísticas son presentadas como una puerta que permite otro modo de conexión con la vida cotidiana. Así se brinda un espacio para vincularse con las familias a través de variadas expresiones culturales. La selección de algunas películas relacionadas con los temas contribuye a la reflexión, habilita la emoción, moviliza el pensamiento, aproxima a los problemas que inquietan adoptando variados puntos de vista. Además, invita a los espectadores a ponerse en la piel de otros, a comprender nuevas perspectivas o bien sentirse identificados, comprendidos, acompañados. Compartir los libros, la música, el cine, la plástica y demás manifestaciones artísticas, es una forma de abrir otras puertas al mundo para los adultos y para los chicos.



La modalidad de intervención

Algunas recomendaciones

A continuación se plantean algunas recomendaciones generales, relacionadas con el abordaje de la tarea. Se trata de una propuesta para que quienes coordinan analicen y discutan cuáles son las formas de intervención que consideran más adecuadas. A través de estas estrategias se pretende establecer con los adultos del grupo una conversación que les permita realizar comentarios, decir y preguntar con libertad.



Los encuentros con las familias se dirigen a generar un espacio que promueva...

- la recuperación de la propia historia
- la reflexión y revisión de las prácticas personales, familiares y comunitarias
- el planteo de dudas y preguntas, más la búsqueda conjunta de algunas respuestas
- la construcción de nuevos conocimientos en relación con el tema.

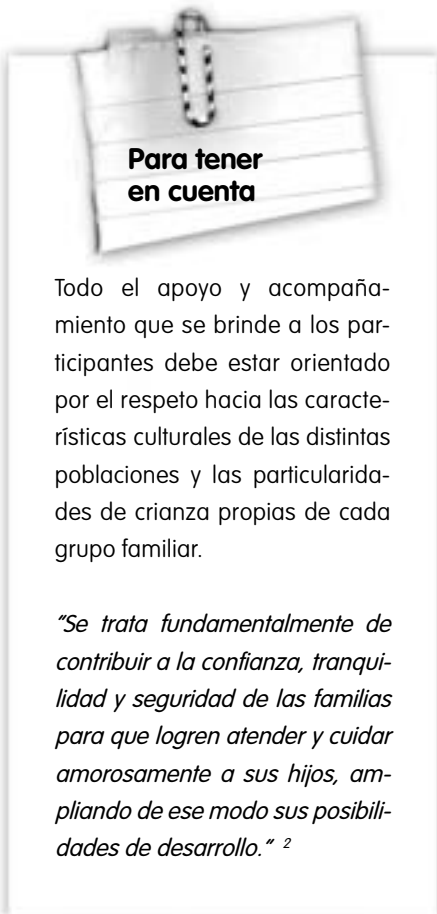
- Los adultos tienen diversas opiniones y experiencias en relación con la crianza de sus hijos pequeños. Animarlos a contar lo que saben o lo que piensan permite acercarse a sus creencias, conocimientos e intereses.

- Escuchar a otros, intercambiar vivencias, opinar, discutir y analizar son formas de aprender en grupo. Pero también se aprende observando, haciendo juntos y reflexionando sobre ese hacer.

- Durante el intercambio entre los participantes, es conveniente superar los propios prejuicios. Probablemente surjan discrepancias o discusiones al compartir las experiencias; lo diverso siempre da pie a ampliar la mirada, conocer otras formas de ver y de actuar. Pero también es necesario tener en cuenta que algunas modalidades de crianza no siempre responden a lo más adecuado. Cuando se produzcan estas tensiones, se sugiere trabajar a partir de preguntas, intentando ampliar y profundizar en el sentido y significación de cada práctica. Por ejemplo: "Cuando ustedes dicen que *el nene se tiene que arreglar solo*, ¿a qué se refieren?"

Es importante que las intervenciones se realicen siempre desde el respeto y la escucha de otras opiniones. Se trata de favorecer la revisión, la reflexión y la búsqueda de los criterios y acciones que tienen como resultado un beneficio para el crecimiento y desarrollo de los niños y niñas, concebidos como sujetos de derecho.

- En ocasiones resulta útil poner a disposición algunos conocimientos que aporten al saber de las familias sobre los temas tratados en el encuentro. Para ello quienes coordinan las actividades cuentan con bibliografía que les permitirá organizar y/o ampliar sus propios conocimientos sobre el tema. También pueden llevar otros materiales para enriquecer el intercambio (cuentos, poesías, canciones, juegos, artículos periodísticos, historietas, imágenes de cuadros, o de esculturas). Cuando algún integrante del grupo plantee una perspectiva que requiera ser discutida o modificada, estos materiales están para orientar y profundizar. Por ejemplo: "Podemos ver qué se dice en este libro, qué dice tal autor, o qué comentan los especialistas en el Programa de TV sobre esto". Y leen juntos un texto breve para después intercambiar en grupo. Cuando el contenido resulta muy difícil, se puede preguntar a los participantes si les interesaría invitar a algún especialista que aporte nueva información.



Para tener en cuenta

Todo el apoyo y acompañamiento que se brinde a los participantes debe estar orientado por el respeto hacia las características culturales de las distintas poblaciones y las particularidades de crianza propias de cada grupo familiar.

“Se trata fundamentalmente de contribuir a la confianza, tranquilidad y seguridad de las familias para que logren atender y cuidar amorosamente a sus hijos, ampliando de ese modo sus posibilidades de desarrollo.”²

- Si en algún encuentro se presenta o se percibe una situación más compleja, se sugiere recurrir al equipo de apoyo para pensar juntos la manera más adecuada de abordarla.
- El trabajo en relación a la crianza suele ser muy movilizador. En ocasiones, al revisar y analizar las propias prácticas, quienes están a cargo de los niños pueden sentir culpa, lo que posiblemente genera inseguridad en su vínculo con los pequeños. Por este motivo y teniendo presente la singularidad de las situaciones familiares e individuales, es relevante descartar la culpabilización. Por el contrario, resulta fundamental fortalecer el lugar de la responsabilidad de los adultos. Si rescatamos la buena intención de las acciones, aun cuando lo que hayan hecho hasta el momento no sea conveniente, los ayudamos a reflexionar y les damos elementos para que puedan modificar sus intervenciones sin sentirse mal. Por ejemplo, si una mamá cuenta que pone a su hijo en el andador, antes de desaconsejar esta práctica se le puede preguntar: “¿Para qué lo ponés en el andador?” De esa manera, en primer lugar se valora su intención de que aprenda a caminar o de cuidarlo de los peligros del ambiente. En segundo lugar, el grupo de pares puede colaborar aportando nuevas ideas: “¿De qué otro modo se les ocurre que se podría ayudar a un chico a que aprenda a caminar o a cuidarlo de los riesgos del ambiente?”
- En caso de necesitar que los participantes traigan algunos elementos para la reunión siguiente (como telas, tijeras, aguja, hilo, ingredientes para cocinar), es útil establecer acuerdos con una semana de antelación.
- Conviene disponer de un tiempo al final de cada encuentro para...
 - hacer una síntesis sobre lo charlado.
 - preguntarles si les interesaría continuar con esta temática en un próximo encuentro (siempre que esto se desprenda de lo planteado en la charla).
 - indagar qué otros temas les gustaría abordar.

Algunas pautas organizativas

Al planear las tareas que desarrollarán con las familias, los coordinadores pueden contar con el apoyo de las organizaciones barriales que ya están trabajando en la zona y conocen a la población del lugar.

Resulta conveniente tener presente que la tarea de coordinación implica:

- Contar con un lugar para los encuentros.
- Acondicionar el espacio para que resulte lo más confortable posible.
- Acordar un horario para que puedan concurrir la mayor cantidad de interesados.
- Una vez establecidos los días y horarios, respetar los acuerdos.
- Difundir la convocatoria a las familias mediante carteles, folletos. Comunicar a los adultos que llevan a sus hijos a los Jardines de la zona, que asisten al centro de salud, a los comedores, centros vecinales; recorrer las casas acompañando a los agentes sanitarios.



2/ Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación (2005): Guía para el equipo de salud “Cuidando al bebé. Para acompañar a la familia en el desarrollo infantil” (2da. Edición) pág. 5.

Y si vienen con sus niñas y niños... ¿qué hacemos?

Es posible que algunas personas tengan que llevar a sus hijos para poder asistir a los encuentros. Sin embargo sabemos que...

- hay algunos temas que no conviene hablar delante de los chicos.
- muchas veces resulta difícil lograr que los adultos participen, se relajen y concentren en el intercambio si al mismo tiempo tienen que cuidar y atender a los niños y niñas. Es frecuente encontrarse con convocatorias para los adultos en las que los chicos se ven obligados a permanecer quietos y callados. Estas situaciones (que terminan enojando a ambos) contradicen en los hechos lo que se intenta modificar respecto de los vínculos, la crianza, las necesidades y los derechos de niñas y niños.

Si la crianza de los pequeños es justamente lo que nos convoca, es imprescindible tener en cuenta las necesidades de los chicos. Por estos motivos es importante prever un espacio en el que se pueda armar un "rincón de juegos" y contar con alguna persona que atienda a las niñas y niños, que juegue con ellos durante el tiempo que dura el encuentro.

Los chicos van al Jardín

Objetivos

Que a través de estos encuentros las familias...

- profundicen sus conocimientos acerca de la importancia que tiene el Jardín de Infantes en el desarrollo y la educación de los niños.
- reflexionen acerca de sus propias inquietudes frente a la decisión de mandar a sus hijos al Jardín de Infantes.

Algunas propuestas para el desarrollo de los encuentros

Recuerdos y experiencias en el Jardín

Imágenes



Desde la ciudad de Gaiman, Provincia de Chubut, María del Carmen y Argentino Williams nos presentan a sus cuatro hijos: Tomás, Rosario, Pilar y Mora.

Nos cuentan su experiencia como padres de niños que han ido y van al Jardín.

Carmen recuerda sus vivencias como alumna del Jardín "Bichito de Luz".

Argentino dice que, aunque le hubiera gustado, él no fue al Jardín cuando era chico porque en su pueblo sólo había Escuela Primaria.

Cuenta que ir al Jardín les abrió a sus hijos otras posibilidades.

Actividades sugeridas

¿Alguno de los integrantes del grupo fue al Jardín? ¿Qué recuerdan de esa experiencia? ¿Tienen ganas de contarla?

Es probable que entre los asistentes haya quienes tengan hijos, nietos o sobrinos de diferentes edades. Seguramente algunos ya concurren al Jardín o a alguna institución infantil, otros permanecen en casa.

En el video, María del Carmen y Argentino cuentan cuáles fueron los motivos por los cuales a ellos les pareció importante que sus hijos empezaran a ir al Jardín.

En el grupo, quienes llevan a sus hijos al Jardín, ¿por qué lo decidieron?

¿Recuerdan cuál era la expectativa familiar antes de tomar la decisión? ¿Tenían temores, dudas?

Una vez que los chicos empezaron a concurrir, ¿que pasó con esa expectativa?

Diálogo con la especialista Any Malajovich¹



Daniela Fernández:

Any, ¿para qué sirve el Jardín de Infantes?

Any Malajovich:

Es la primera separación de la familia. Por lo tanto va a suponer el encuentro con otros chicos, con otros adultos que no son familiares, que es lo que contaba la mamá.

Además, esto... ¿qué va a implicar para los chicos? Ampliar su mundo social, aprender a compartir, aprender a escuchar a los otros, aprender a hablar en grupo de cosas que no son familiares para el resto de los compañeros. Pero además, va a ampliar todo su mundo cultural, va a tener contacto con los libros, con otras músicas, con otros bailes. Va a tener contacto con otras realidades lejanas a su mundo familiar. Los chicos van a ir a visitar un museo, van a ir a visitar seguramente un teatro, a lo mejor van a visitar una granja que no conocen, en función de las posibilidades que tiene el Jardín y el entorno del Jardín. Todo esto está preparado para que ellos puedan empezar a hacerse preguntas y encontrar respuestas a esas preguntas.

Es decir que el Jardín de Infantes es una situación de privilegio para los chicos porque tiene un espacio pensado para ellos y adultos a disposición de ellos, para posibilitarles que realmente puedan iniciar este camino de escolaridad en las mejores condiciones posibles. O sea, poder ampliar el mundo del conocimiento.

^{1/} Ana Malajovich es Profesora Nacional de Educación Preescolar y Licenciada en Ciencias de la Educación (UBA). Coordina el equipo de Producción Curricular para el Nivel Inicial dependiente del Ministerio de Educación del Gobierno Autónomo de la Ciudad de Buenos Aires. Se desempeña como docente titular de la cátedra de "Didáctica del Nivel Inicial" de la carrera de Ciencias de la Educación en la Universidad de Buenos Aires y es autora de diversas publicaciones de la especialidad.

Construir confianza

Imágenes



Diego Peretti, actor, cuenta su experiencia con su hija de 3 años. Diego dice que a Mora le gusta ir al Jardín, que se divierte y que eso le da tranquilidad.

Los chicos van al Jardín

Actividades sugeridas

Aquellos adultos que llevan a los niños (hijos, sobrinos, nietos) al Jardín, ¿qué pueden contar acerca de las cosas de la Institución que les dan tranquilidad? ¿Siempre se sintieron seguros o eso se fue construyendo de a poco? ¿Qué hicieron para lograrlo? ¿En qué contribuyó el Jardín?

¿Qué sintieron cuando dejaron a sus hijos por primera vez allí? ¿Qué pensaban? ¿Qué se imaginaban? ¿Les resultó difícil? ¿Cómo hicieron para resolver las dificultades?

Quienes han tenido alguna experiencia con niñas y niños en el Jardín seguramente recordarán situaciones como las que cuenta esta mamá:

"Tengo un nene de 5 que este año comenzó a ir al Jardín. Al principio le costó. No quería entrar a la sala, lloraba, me pedía que me quedara con él. Ahora se queda lo más tranquilo y feliz. Me doy cuenta de lo importante que es el Jardín para él: aprendió a jugar con otros nenes, un montón de canciones y cada vez que pasamos por la puerta, quiere entrar".

A partir de la lectura de este breve relato, resulta interesante recordar algunas situaciones por las que todos transitamos alguna vez y que nos permiten entender qué les pasa a los chicos cuando llegan por primera vez a un lugar nuevo, con personas que no conocen.

¿Recuerdan cómo se sentían el primer día en un trabajo? ¿Conocían el lugar? ¿Sabían lo que tenían que hacer? ¿Cómo los trataron los compañeros?

¿Alguna vez se mudaron? ¿Cambiaron de casa, de barrio, de provincia o de país? ¿Cómo recuerdan ese proceso? ¿Cuánto tiempo les llevó acostumbrarse al cambio, empezar a sentirse nuevamente "como en casa"? ¿Alguien los ayudó o los acompañó?

Diálogo con la especialista Any Malajovich



Daniela Fernández:

Diego dice que se siente tranquilo con el Jardín. Any, ¿cuáles son las cosas que tenemos que mirar y preguntar cuando decidimos enviar a los chicos al Jardín?

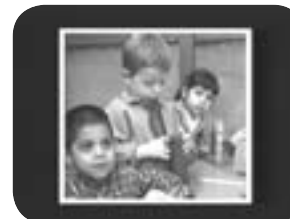
Any Malajovich:

Bueno, es importante primero conocer la Institución, conocer el espacio físico, los materiales, pero fundamentalmente las personas: los maestros, la directora, y poder preguntar acerca de qué tipo de actividades realizan, qué esperan que los chicos aprendan. Cómo resuelven distintos tipos de situaciones, por ejemplo si un chico se lastima, si un chico está enfermo. Cómo se comunican con las familias. Cómo van relacionándose en los distintos momentos del año. Cómo van siguiendo ese pro-

ceso de aprendizaje que van haciendo los chicos. Es decir que este primer encuentro tiene que servirle a la familia para estar tranquila de que esa es una buena Institución para sus hijos, tiene que poder preguntar todo y la Institución tiene que darle respuestas a esas preguntas.

¿Qué aprenden los chicos en el Jardín?

Imágenes



En el Jardín de Infantes N° 4 del Distrito Escolar N° 10 de la Ciudad de Buenos Aires, los chicos de la sala de 3 años participan de un juego-trabajo.

Actividades sugeridas

En la imagen vimos a niños de 3 años muy concentrados pintando, jugando, conversando, disfrazándose, atendiendo a la propuesta de la maestra... En las primeras imágenes, tanto Argentino como su esposa, María del Carmen, enumeran lo que sus hijos aprendieron a partir del Jardín: el gusto por los libros, las noches de cuentos, la curiosidad, el interés por saber y las nuevas preguntas, las historias compartidas a través del libro viajero, las vueltas carnero, la música, los juegos con otros, los disfraces...

Quienes tienen hijos, sobrinos, nietos o vecinos que van al Jardín, ¿qué cambios notan en ellos desde que empezaron a concurrir?
 ¿Qué cosas aprendieron?
 ¿Cambió algo en la vida familiar? ¿Qué cambió?
 ¿Ustedes cambiaron? ¿En qué cambiaron?



Diálogo con la especialista:
Any Malajovich

Daniela Fernández: Any, ¿qué cosas hacen los chicos en el Jardín?

Any Malajovich: Bueno, muchas de las cosas las hemos visto ya en imágenes. Además de jugar, conversar, escuchar a los otros, los chicos van a hacer también actividades que les van a permitir prepararse para su escolaridad posterior. Es decir, van a aprender a escribir su

nombre, van a aprender a contar, van a aprender a escribir números, van a empezar a indagar lo que es el mundo desconocido para ellos. Por ejemplo, el papá nos contaba que los chicos fueron a visitar un museo de Trelew con dinosaurios. Van ampliando el mundo de lo conocido. Fueron al teatro... Es decir, una serie de aprendizajes que tienen que ver con lo que los chicos necesitan por su momento evolutivo, pero también en función de lo que van a necesitar para seguir su escolaridad posterior. Es decir que el Jardín de Infantes toma esos dos aspectos.

Los prepara...

Los prepara para la escolaridad posterior, pero no es solamente preparación. Tiene que ver con lo que los chicos necesitan hoy aprender.

Las dos cosas...

Los chicos también tienen mucho que decir

Imágenes



Los chicos opinan.

En las imágenes ellos nos cuentan el placer que les produce ir al Jardín: porque tiene un campito, hay juegos, se puede correr, tiene 'tierrita', saltan, juegan con amigos, a las escondidas, a la mancha pared, en el arenero, hacen vueltas carnero para atrás, dibujan con lápiz, marcador y crayones, pintan...

Actividades sugeridas

- ¿Por qué creen que a los chicos les gusta realizar estas actividades?
- ¿Qué les gusta hacer a sus hijos?
- ¿Es lo mismo hacer esas actividades solos que hacerlas con otros?
- ¿Es lo mismo compartirlas con otros en una plaza que realizarlas en un Jardín?
- ¿Cuáles son las diferencias, si las hay?

Conocer, acercarse, preguntar...

Imágenes



Paula, la mamá de Sofía conversa con la directora del Jardín al que va a asistir su hija.

Paula pregunta:

¿Qué hacen los chicos en el Jardín?

¿Cómo se entera uno de lo que hacen?

¿Cómo son los primeros días?

Actividades sugeridas

A ustedes, ¿qué les gustaría saber?

Les proponemos visitar el Jardín o los Jardines del barrio, para conversar con las directoras y con las maestras.

Los integrantes del grupo tienen niños que asisten o asistirán al Jardín. Este puede ser un valioso momento para aclarar dudas y conocer más acerca del funcionamiento de la Institución. Muchas veces, cuando uno llega a la escuela, se olvida de las preguntas que quería hacer. Por eso, entre todos pueden pensar y anotar en un listado las dudas que tengan y las consultas que les podrían hacer a la directora y las maestras.

Conocer lo que se hace en el Jardín, saber cómo piensan, charlar acerca de los chicos, plantear sus opiniones es una forma de comenzar a compartir el mismo proyecto educativo.

Las invitamos a averiguar entre todos:

¿Cuántos Jardines de Infantes funcionan en el barrio?

¿Podrían especificar si son del Estado, privados o comunitarios? ¿Los conocen?

¿Qué otras Instituciones organizan actividades para los chicos? ¿Las conocen?

¿Alguna vez charlaron con las personas que trabajan en los Jardines y en las otras Instituciones?

Diálogo con la especialista Any Malajovich



Daniela Fernández: **La directora recién explicaba el funcionamiento de la cartelera y del cuaderno de comunicaciones. ¿Es importante que la familia y el Jardín se comuniquen?**

Any Malajovich: Es muy importante. Es muy importante porque tienen que compartir el mismo proyecto educativo. Entonces, cuanto más acuerdos haya entre el Jardín y la familia, mejor va a ser la educación de los chicos. Las formas de comunicarse van a ser distintas. La directora habló de muchas de ellas, habló del cuaderno de comunicaciones, habló de la cartelera, de las reuniones de padres. Es decir, que son espacios en los que el Jardín comunica a las familias qué

Para pensar,
compartir, comentar...

El 14/12/06 fue aprobada la Ley de Educación Nacional. Esta Ley unifica el Sistema Educativo en el país, aumenta de 10 a 13 años la escolaridad obligatoria, establece la obligatoriedad del secundario y marca el regreso al tradicional sistema de primaria y secundaria.

Les proponemos leer y charlar entre todos acerca de algunos artículos de la Ley:

cosas están haciendo los chicos, cómo las están haciendo, qué logros están teniendo, qué dificultades y cómo se van superando esas dificultades. Y la familia encuentra en este espacio la posibilidad de opinar sobre esto que está enseñando el Jardín, sobre cuáles son sus dudas, sobre cuáles son los aspectos con los cuales no acuerda. Es decir, que en la medida en que podamos establecer este diálogo fluido, va a ser mejor la educación de los chicos.

Capítulo I Principios, derechos y garantías

Artículo 2°. - La educación y el conocimiento son un bien público y un derecho personal y social, garantizados por el Estado.

Artículo 3°. - La educación es una prioridad nacional y se constituye en política de Estado para construir una sociedad justa, reafirmar la soberanía e identidad nacional, profundizar el ejercicio de la ciudadanía democrática, respetar los derechos humanos y libertades fundamentales y fortalecer el desarrollo económico-social de la Nación.

Artículo 4°. - El Estado Nacional, las provincias y la Ciudad Autónoma de Buenos Aires tienen la responsabilidad principal e indelegable de proveer una educación integral, permanente y de calidad para todos/as los/as habitantes de la Nación, garantizando la igualdad, gratuidad y equidad en el ejercicio de este derecho, con la participación de las organizaciones sociales y las familias.

Capítulo II Educación Inicial

Artículo 18. - La educación Inicial constituye una unidad pedagógica y comprende a los/as niños/as de CUARENTA Y CINCO (45) días hasta los CINCO (5) años de edad inclusive, siendo obligatorio el último año.

Artículo 21. - El Estado Nacional, las provincias y la Ciudad Autónoma de Buenos Aires tienen la responsabilidad de:

- a) Expandir los servicios de Educación Inicial.
- b) Promover y facilitar la participación de las familias en el desarrollo de las acciones destinadas al cuidado y educación de sus hijos/as.
- c) Asegurar el acceso y la permanencia con igualdad de oportunidades, atendiendo especialmente a los sectores menos favorecidos de la población.
- d) Regular, controlar y supervisar el funcionamiento de las instituciones con el objetivo de asegurar la atención, el cuidado y la educación integral de los/las niños/as.

Información para utilizar en la planificación de las actividades

El Jardín: ¿para qué?

Nadie plantea dudas en relación con la concurrencia de sus hijos a la escuela primaria; sin embargo, frente a la asistencia al Jardín se hacen escuchar diversas opiniones.

Cada familia toma esta decisión a distintas edades de la vida de sus niños y por variadas razones.

El Jardín es un espacio educativo en el que los derechos de las niñas y los niños tienen un lugar relevante. Allí se construye una oportunidad para el desarrollo integral, el enriquecimiento personal, el aprendizaje.

La Educación Inicial es un derecho de las niñas, los niños y sus familias.

En algunos hogares, no todos están de acuerdo, por eso es útil contar con información, preguntar en los Jardines de la zona, hablar con otras personas que ya están llevando a sus hijos a alguna Institución, consultar acerca de aquello que genera dudas y charlar con las personas de confianza acerca de los temores.

Resulta conveniente saber que desde el año 1993, la concurrencia de las niñas y los niños a la sala de 5 años es obligatoria. Antes de esa edad el ingreso al Jardín es una decisión de las familias. Sin embargo, también es bueno saber que en la nueva Ley de Educación la creación de salas para niñas y niños de 4 años es una obligación para el Estado.

El Jardín Maternal y de Infantes cumplen una función muy importante en la vida de los niños y de sus familias. Se trata de la primera institución educativa y de cuidado que complementa y amplía la función educativa familiar.

El cuidado es entendido como la responsabilidad que asume el equipo de sostener, atender y brindar respuestas a las necesidades de las niñas y niños como sujetos de derecho, en esta etapa de la vida en la que dependen de los adultos para la satisfacción de sus necesidades. Es un período en el que requieren de la protección y seguridad que les brindan los adultos.

El Jardín es un espacio educativo en el que los derechos de las niñas y los niños tienen un lugar relevante. Allí se construye una oportunidad para el desarrollo integral, el enriquecimiento personal, el aprendizaje. La Educación Inicial, que involucra el cuidado, aporta además la novedad de las relaciones con otros adultos y niños. El juego, el lenguaje verbal, los lenguajes del cuerpo, el movimiento, la expresión plástica y musical, el mundo del conocimiento y las diversas experiencias culturales se presentan en el Jardín a las niñas y los niños, no sólo para enriquecer sus vínculos sociales y afectivos, sino para potenciar su pensamiento y sus aprendizajes desde una perspectiva que abarca aspectos emocionales, motrices, intelectuales y expresivos.

Comenzar el Jardín es una oportunidad de enriquecimiento en la vida de toda niña y niño, pero también en la de su familia: una vivencia que puede aportar cambios muy significativos para todos.

¿Qué es el Nivel Inicial?

Es el primer nivel educativo que atiende a los niños desde los 45 días hasta los 5 años de edad inclusive. Desde el año 1993, la sala de 5 años pasó a ser obligatoria. La nueva Ley de Educación Nacional, sancionada el 14/12/06, ratifica dicha obligatoriedad.

En el artículo 24 de la nueva Ley se establece que la organización de la Educación Inicial tendrá las siguientes características:

- Los Jardines Maternales atenderán a los niños y las niñas desde los 45 días a los 2 años de edad y los Jardines de Infantes, desde los 3 años hasta los 5 años inclusive.
- En el mismo artículo se reconocen además otras formas organizativas en función de las características del contexto (ver artículo 24).
- Es importante tener en cuenta que las formas de denominación de los ciclos del nivel varían en las diferentes provincias y jurisdicciones de nuestro país.

Empezar a ir al Jardín: el período de inicio

Seguramente todos habrán atravesado alguna vez por una situación de cambio como una mudanza, un nuevo trabajo, un viaje. Estos hechos tienen en común la experiencia de enfrentarse con lo desconocido, nos acercan a la vivencia del ser extranjero. Aparecen situaciones nuevas, personas extrañas a las que aún no les tenemos confianza, un espacio en el que no sabemos claramente cómo manejarnos, en el que necesitamos de los que ya están para que nos ayuden a entender y nos hagan un lugar.

Aunque se trate de una elección personal, es bueno saber que los cambios muchas veces traen aparejado un conflicto en el que por un lado, "queremos" y por otro "no queremos". Hay quienes se enfrentan a estos acontecimientos con soltura, quienes tienen vergüenza de preguntar, quienes se angustian ante lo diferente, quienes necesitan que los acompañen y quienes, a pesar de la inseguridad o el miedo que a todos nos produce ser el recién llegado, se animan a transitar el inicio sin hacerse mucho problema.

Para las niñas y los niños, comenzar a asistir regularmente al Jardín puede provocar algunas incertidumbres. Todos necesitan de la paciente presencia de los adultos en los que confían para ayudarlos en esta nueva experiencia. Quedarse en un ámbito desconocido puede causar miedo, por eso es necesario que los adultos le den la importancia que esto merece.

¿Cómo podemos ayudar?

También se trata de generar confianza con las personas que están en la Institución, de crear nuevos vínculos con la maestra y con los compañeros. Para que la sala se transforme en "su Jardín", un espacio propio en el que puedan disfrutar y sentirse cómodos, es necesario que se les brinde seguridad y una propuesta que les permita ir separándose de a poco. La claridad y

Todos los niños y las niñas necesitan de la paciente presencia de los adultos en los que confían para ayudarlos en esta nueva experiencia.

Para que la sala se transforme en "su Jardín", un espacio propio en el que puedan disfrutar y sentirse cómodos, es necesario que se les brinde seguridad y una propuesta que les permita ir separándose de a poco.

contención de los adultos resulta fundamental en este proceso. A veces quienes acompañan a los chicos no saben bien qué hacer, qué decir. En esos casos es conveniente pedir ayuda. Por lo general, la maestra o la directora son valiosos interlocutores con quienes consultar.

Es necesario que la actitud de quienes acompañan al niño o la niña en este período sea tranquilizadora y afectuosa. Una forma de bajar la ansiedad de los chicos es conversar con ellos acerca de la nueva experiencia, contarles dónde van a ir, cómo es el lugar, con quiénes van a estar. Llevarlos para que conozcan la Institución, la sala, para que vean a la maestra, para que la docente les muestre los juguetes y les relate cómo es un día en el Jardín. Anticipar, saber, es un modo de construir confianza.

Cada uno tiene su tiempo

Sabemos además que todos los niños y las niñas son diferentes por lo que cada uno resuelve esta situación de un modo particular. Seguramente esa estrategia que resultó con el hermano mayor, no sea la apropiada para la hermanita que ingresa a la sala de 3 años. Algunas mamás cuentan: "Mientras que Facundo necesitaba que me quedara un rato con él dentro de la sala, generalmente hasta que se sentaban a tomar el desayuno, Melina me despedía en la puerta desde los primeros días. Pero a las dos semanas empezó a llorar, porque se dio cuenta de que yo me iba, y necesitó que me quedara por un tiempo acompañándola para llegar a estar tranquila".

En ocasiones, como en el caso de Melina, los chicos tardan en darse cuenta de que el acompañante se va y, cuando toman conciencia de esta situación, comienzan a aferrarse al adulto para que se quede.

Aun para aquellas niñas y niños que años anteriores ya fueron al Jardín, comenzar las clases a veces no es tan sencillo. Es probable que se encuentren con compañeros nuevos, algunos ausentes, otra maestra, un espacio diferente. Para ellos también hay cambios que no siempre son fáciles de procesar.

"Hoy me quedé solito", se escucha decir a algunos nenes cuando por primera vez se animan a quedarse sin su acompañante en la sala. Un "solito" simbólico que da cuenta de un gran paso en la vida de los chicos.



La importancia de conocer la Institución

Para poder brindar seguridad a las niñas y los niños es bueno tener un conocimiento previo de la Institución a la que van a concurrir. Averiguar, preguntar y dialogar con las autoridades y docentes para pedir información, saber cómo trabajan y qué piensan acerca de la educación de los niños, puede ayudar a aclarar dudas.

El encuentro con la novedad

Cuando los niños y las niñas ingresan al Jardín, se encuentran con otros chicos y adultos que tienen diversas experiencias. La presencia de estos "otros" permite conocer nuevas formas de vida, de relación, encontrarse con variadas culturas e intercambiar a partir de las diferencias. Aparece la curiosidad, el querer saber acerca de lo nuevo que aportan los demás. Al mismo tiempo se abre el permiso para la duda, para la pregunta. De este modo se establece la ocasión para cuestionar las certezas familiares, lo aprendido en casa, lo que hasta ese momento era dado por evidente.

**Silvia Schlemenson
señala:**

"Este nuevo espacio, el social, el de la inclusión del niño en el grupo de pares, es el que ofrece la posibilidad del cambio que otorga la oportunidad de pensar de otra manera. La reflexión implica la escisión y, en consecuencia, la puesta en cuestión de uno mismo. Es el inicio del proceso de las modificaciones posibles".

Al tener que considerar las opiniones, las propuestas y las necesidades de los demás, los niños y las niñas se encuentran con la posibilidad de ampliar su visión del mundo, su forma de entender la realidad, sus modos de relación. Ellos necesitan que los acompañen, que los habiliten para pensar diferente, para preguntar, para indagar, para querer saber, para cuestionarse a partir del encuentro con los otros. Pero la salida del hogar, la curiosidad y las ganas de conocer sólo son posibles si confían en los adultos que los cuidan, se sienten queridos, valorados, seguros de sus afectos y de sí mismos. Son las relaciones familiares protectoras las que habilitan al niño para construir nuevos lazos afectivos y descubrir otros espacios sociales.



Es esperable que el encuentro con este mundo nuevo suscite ansiedad no sólo en los niños sino también en los adultos. Tendrán que comenzar a separarse de sus hijos, tolerar que se arreglen sin su supervisión y que durante algunas horas del día no se enteren de lo que ellos hacen.

¿Qué hacen los chicos en el Jardín?

El Jardín presenta particularidades que lo diferencian claramente de los otros niveles educativos. El uso del espacio, la organización del tiempo, las actividades, con-

templán la flexibilidad que requiere el adecuarse a las necesidades de las niñas y los niños, las características de las distintas edades y la comunidad de pertenencia.

Relacionarse con otras nenas y nenes, tomar la leche, lavarse las manos, escuchar a los compañeros, relatar historias, compartir juguetes, jugar con otros, escuchar cuentos, mirar y leer libros, cantar, dramatizar, construir edificios con maderas, son sólo algunos de los aprendizajes que se realizan en el Jardín.



El juego es uno de los ejes de la acción educativa². Mediante esta actividad de vital importancia, las niñas y los niños se comunican con otros, manifiestan sus emociones, expresan sus deseos, desarrollan su imaginación, inventan, exploran, prueban, investigan, aprenden.

En las Instituciones educativas que trabajan con niños pequeños, se ponen a disposición una amplia variedad de elementos, juguetes y espacios para jugar. Se plantean situaciones en las que los niños...

- son protagonistas de las decisiones, asumen roles sobre la base del conocimiento que tienen acerca de las tareas que desempeñan las personas, como cuando juegan a ser albañiles, médicos o almaceneros
- intentan entender acontecimientos de la vida social que representan en el juego, como cuando juegan a que participan en una manifestación en la calle.
- construyen, elaboran y resuelven problemas, crean y establecen relaciones, como cuando hacen un collage. Son las niñas y los niños quienes determinan a qué, cómo y con quiénes quieren jugar. Pero es el docente quien crea las condiciones para que ese despliegue tenga lugar y se enriquezca cada vez más.

“Si entendemos el juego como un producto de la cultura, podemos afirmar que a jugar se aprende y en este sentido se recupera el valor intrínseco que tiene para el desarrollo de las posibilidades representativas, de la imaginación, de la comunicación y de la comprensión de la realidad. Desde la perspectiva de la enseñanza, es importante su presencia en las actividades del Jardín a través de sus distintos formatos: juego simbólico o dramático, juegos tradicionales, juegos de construcción, juegos matemáticos y otros, que se desarrollan en el espacio de la sala y en espacios abiertos”.

*Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología de la Nación
Núcleos de Aprendizaje Prioritarios. Nivel Inicial³*



Uno de los objetivos del Jardín es hacer factible que las niñas y los niños desarrollen sus posibilidades de movimiento, expresión verbal y no verbal, manifiesten sus emociones, se relacionen con sus pares y con adultos, construyan nuevos conocimientos y comprendan cada vez mejor el mundo en el que viven. Con esa intención, además de jugar, se realizan otras actividades que multiplican las experiencias de los niños, despiertan su curiosidad, sus ganas de conocer y saber más, su deseo de aprender y de establecer lazos con los demás.

La plástica, la música, la expresión corporal, la literatura, la matemática, las ciencias sociales y naturales, son algunas de las disciplinas que ingresan a las salas para aportar otros elementos que permiten a los niños ampliar su mundo, su pensamiento y sus recursos para manifestarse y comunicar.

Las salidas del Jardín, las visitas a lugares extraños o conocidos, abren otros modos de conocer, generan interrogantes, despiertan inquietudes, ganas de saber acerca de realidades próximas, lejanas o ajenas a la cotidianeidad.

²/ Para profundizar acerca del juego y su importancia se puede leer la Guía para trabajar con las familias los contenidos del programa de TV “Los chicos juegan”.

³/ <http://coleccion.educ.ar/coleccion/CD4/contenidos/nap/caracteristicas-inicial.html>

¿Qué se enseña en la sala de 5 años?

En el año 2005, el Consejo Federal de Cultura y Educación, el Ministerio Nacional, las Provincias y la Ciudad de Buenos Aires establecieron un acuerdo para que todos los niños y las niñas de nuestro país aprendan una base compartida de conocimientos. Los llamaron "Núcleos de Aprendizaje Prioritarios" y especifican los fundamentos comprometidos como prioridad en la enseñanza de todo el país para cada nivel educativo.

A continuación, se incluye una versión sintetizada de los Núcleos de Aprendizajes Prioritarios en el Nivel Inicial y orientaciones para acompañar a los chicos de la sala de 5 años⁴:

Autonomía y cuidados

En el Jardín se promueve que los nenes y las nenas:

- sean cada vez más autónomos, se manejen con independencia en la sala y en el Jardín de Infantes.
- expresen sus sentimientos, emociones, ideas y opiniones.
- pidan y ofrezcan ayuda.
- tengan actitudes de cuidado con ellos mismos y con los demás.
- conozcan hábitos para el cuidado de su salud, para su seguridad y la de los otros.
- busquen el diálogo para resolver conflictos.
- pongan en práctica valores solidarios.

Juego y movimiento

En el Jardín se promueve que los nenes y las nenas:

- disfruten de jugar.
- elijan distintos objetos, materiales e ideas para enriquecer cada juego.
- participen de diferentes formas de jugar: juegos tradicionales, juegos de construcción, juegos de mesa (cartas, dados, loterías, dominó, etc.), juegos con la palabra (rimas, trabalenguas, adivinanzas), de dramatización y otros.
- exploren, descubran y prueben diferentes formas de moverse para lograr mayor confianza en sus posibilidades de movimiento.
- participen en juegos grupales y colectivos.

4/ Esta versión puede encontrarse en la publicación "Familias con la escuela", Ministerio de Educación Ciencia y Tecnología de la Nación.
En: http://www.mcy.e.gov.ar/curriform/publica/nap/juntos_inicial.pdf

Lenguajes, expresión y arte

En el Jardín se promueve que los nenes y las nenas:

- reconozcan las distintas formas de expresarse con la voz, el cuerpo, el dibujo, las pinturas, el juego dramático ("dale que yo era...", "hacemos de cuenta que...").
- exploren distintos lenguajes artísticos: mirando, entendiendo y produciendo ellos mismos obras de pintura, música, danza, teatro y otros.
- reconozcan que escuchar, hablar, leer y escribir son formas de comunicación.
- participen en conversaciones acerca de sus experiencias y de la vida escolar.
- participen en juegos dramáticos, probando distintos roles y personajes, inventando historias.
- exploren la escritura y la producción de textos.
- escriban su nombre y algunas palabras sencillas.
- dicten textos al docente: relatos, cartas, recetas, cuentos.
- conozcan distintos materiales de lectura de la biblioteca.
- escuchen y disfruten de narraciones orales y lecturas.
- conozcan a algunos artistas y sus obras: plásticos, escritores, otros.
- exploren el uso de algunos números en forma oral y escrita.
- identifiquen distancias y ubicaciones de elementos en el espacio (cerca, lejos, a la izquierda, a la derecha, arriba, abajo) y algunas maneras de medir.

Exploración del ambiente natural, social y tecnológico

En el Jardín se promueve que los nenes y las nenas reconozcan, identifiquen, exploren y descubran:

- que los objetos están hechos de distintos materiales.
- cómo son los materiales, sus características, para qué sirven.
- que hay una gran diversidad de seres vivos y que tienen algunas características en común.
- las partes del cuerpo humano y sus características.
- las instituciones y los espacios sociales.
- el valor de la historia personal y de la historia de su comunidad.
- algunos episodios de nuestra Historia.
- el respeto y valoración por formas de vida diferentes a las propias.
- algunos materiales, máquinas, herramientas, inventados y usados en distintas épocas y culturas.

Para saber más...

Se pueden consultar los siguientes sitios:

"Familias con la escuela", Ministerio de Educación Ciencia y Tecnología de la Nación, en http://imagenes.educ.ar/imagenes/nuevahome/institucional/suplemento_familias_con_la_escuela.pdf

Anexo I Núcleos de Aprendizaje Prioritarios - Nivel Inicial -: http://www.mcyt.gov.ar/curriform/publica/nap/juntos_inicial.pdf

Encuentro Regional De Educación Inicial. "Intercambio para el fortalecimiento de políticas en educación inicial" Ponencia y debate: Valiño, Gabriela, "El juego en la infancia y en el nivel inicial", junio de 2006.

En http://www.me.gov.ar/curriform/publica/inicial_valinio.pdf

<http://www.leer.org.ar>

Textos, cuentos, canciones y juegos

Paz, Octavio: "Desilusiones oportunas", en <http://www.espaciopotencial.com.ar/elpatio/desilusiones.html>

Neruda, Pablo: "En el patio de mi infancia", en http://www.espaciopotencial.com.ar/elpatio/primer_anio/elpatiodemi.html

<http://www.educared.org.ar/cdc/schujer/index.asp>
<http://www.educared.org.ar/cdc/marino/index.asp>

Bibliografía

- Esparza, A. y Petrolí, A. (1983), *La Adaptación en el Jardín de Infantes. Nuestra experiencia*, Bs. As., Industria Gráfica del Libro SRL.
- Hochstaet, Harry (2006), *Aprendiendo de los chicos en el Jardín de Infantes*. Bs. As., Paidós.
- Lomas, Carlos (2003), *La vida en las aulas*. Bs. As., Paidós.
- Ricciutti, H. y Willis, A. (1990), *Orientaciones para la escuela infantil de 0 a 2 años*. Morata.
- Schlemenson, Silvia (1996), *El Aprendizaje: Un Encuentro De Sentidos*, Bs. As., Kapelusz.
- Schlemenson, S. (2001), "El tesoro de la simbolización", en *0 a 5 N° 40, La Educación en los Primeros Años. Desarrollo Cognitivo. La riqueza de un potencial sin límites*, Bs. As., Novedades Educativas.

Cine para pensar

- **La Lengua de las Mariposas**, dirigida por José Luis Cuerda, España, 1999.
- **Ser y tener**, dirigida por Nicolas Philibert, Francia, 2002.
- **Todo comienza hoy**, dirigida por Bertrand Tavernier, Francia, 1999.
- **Ni uno menos**, dirigida por Zhang Yimou, China, 1999.

Los chicos tienen la palabra

Objetivos

Que a través de estos encuentros las familias...

- reconozcan la importancia de favorecer la adquisición del lenguaje en las niñas y en los niños desde que nacen.
- comprendan cómo es el proceso de desarrollo del lenguaje en las niñas y los niños.
- elaboren estrategias para ayudarlos a desarrollar el lenguaje.

Algunas propuestas para la organización de los encuentros

Comunicar, recordar, pensar, nombrar...

Imágenes



En la localidad de Trelew, Provincia de Chubut, Graciela y Cristina Vera, con 5 hijos cada una, tienen muchas anécdotas para compartir en relación con las primeras palabras y la comunicación con ellos.

Actividades sugeridas

¿Cuándo les parece que hay que empezar a hablarle a los chicos? ¿Por qué?
¿Entienden lo que les decimos desde que nacen? ¿Qué entienden?

Alicia Lurié, la especialista convocada para este Programa comenta lo siguiente:

“A veces encontramos mamás que dicen: yo no le hablo porque es tan chiquito que no me entiende. No hablarle puede ser algo que tenga consecuencias graves. Especialmente si uno no le habla por esto, porque piensa que no entiende”.

¿Qué opinan al respecto? ¿Por qué piensan que Alicia Lurié dice eso?
¿Por qué es tan importante el lenguaje? ¿Para qué sirve?

Les proponemos hacer una ronda de anécdotas en relación con las primeras palabras de sus hijos.

El diálogo con la
especialista,
Lic. Alicia Lurié¹,
contiene la siguiente
información:



Creo que es muy importante hablarles desde que están en la panza, principalmente porque eso quiere decir que la mamá imagina un bebé que le va a entender. Y esto es fundamental, porque hablamos para otro que nos entienda. A veces encontramos mamás que dicen: “Yo no le hablo porque es tan chiquito que no me comprende”. Y no hablarle puede tener consecuencias graves. Como si no hubiera ahí una personita que va a ir creciendo, que va a ir hablando, que tiene un nombre elegido por nosotros.

Causa gracia cuando un nene de 3 kilos y medio ya tiene el carné del club de fútbol, la pelota. Es fantástico porque quiere decir que este papá está imaginando un chico grande. Esto contribuye a que los niños vayan hablando, tengan ganas de crecer y de aprender. Significa que los papás los pueden imaginar grandes y hablando.

El desarrollo del lenguaje es tan importante porque constituye la herramienta que tenemos para tres cosas. Una es para pedir, como cuando la señora Graciela dice que la nena pedía agua y seguramente otros objetos también. Pedir es una de las funciones que tiene el lenguaje. También sirve para transmitir emociones. Si el niño tiene miedo o siente alegría, para comunicar sus fantasías. Y, finalmente, el lenguaje sirve para pensar.

Lo más importante es que la mamá se comunique con el niño y él también lo haga de diferentes maneras, con gestos, con llantos, con formas diversas.

1/ Alicia Lurié es Licenciada en Psicología y Psicoanalista. Secretaria Científica del Colegio de Psicoanalistas de Bs. As.

La mirada, el gesto, la caricia, la palabra

Imágenes



Daniel y su hija Camila de 10 meses se comunican. Camila gesticula, emite sonidos y Daniel pone palabras a sus expresiones.

Actividades sugeridas

¿Cómo se comunican los bebés? ¿Ustedes cómo hacen para darse cuenta de lo que les pasa? Y ellos, ¿cómo hacen para entendernos cuando les hablamos?

¿Alguna vez trataron de escuchar una película en un idioma que no conocen? ¿Qué les parece si hacemos la prueba?

La propuesta consiste en ver un fragmento de una película sin traducción y tratar de entender qué pasa, qué dicen los personajes.

Si no conocen el idioma, ¿cómo se dan cuenta de lo que está pasando? ¿Qué elementos los ayudan a comprender?

Después de mirar la escena, la idea es intercambiar con los demás integrantes del grupo las diferentes interpretaciones de la escena que vieron.

También se puede hacer un juego en pequeños grupos. Cada uno tiene que armar una conversación, una poesía o una canción pero que no tenga palabras, sólo se puede utilizar la voz. La pueden alargar, cambiar, hacerla más grave o aguda, repetir sonidos, buscar onomatopeyas, pero... ¡está prohibido usar palabras!

Diálogo con la especialista Lic. Alicia Lurié



Daniela Fernández:

Alicia Lurié:

Alicia, ¿cómo se comunican los chicos antes de aprender a hablar?

El niño normalmente busca comunicarse, mira la cara de la mamá, hace sonidos, Camila nos muestra muy claramente cómo le hace entender al papá lo que no le gusta, lo que quiere y el papá lo comprende y le pone palabras.

Ahora, a veces pasa que el bebé no busca comunicarse y esto sí es un signo de alarma. Esto sí me parece que es una cuestión para tomar en cuenta.

Cuando sí quiere comunicarse, que es lo que generalmente hacen los niños, encuentran formas y es importante entender el contexto en el que esto se da. La palabra va a venir mucho después.

¿Y cuándo empiezan a entender lo que nosotros les decimos?

Muchísimo antes de cuando empiezan a hablar. Comienzan a entender, yo diría muy tempranamente. Comienzan a entender, por ejemplo, por los tonos de voz. Entienden si algo a la mamá la enojó o no, por ejemplo si a uno no le gusta algo, o a uno le asusta algo, rápidamente el niño entiende, desde muy bebé. Pero además entienden la palabra mucho antes de poder hablar, por eso es importante tener cuidado, cuando se está en presencia de los niños, en relación a qué cosas hablamos los adultos. Esto es importante porque a veces está naturalizado. La mamá habla por teléfono con una amiga de todos los problemas que tuvo, cómo peleó con el esposo y demás, y los niños están ahí, y las antenitas de los niños son increíblemente perceptivas. Y captan todo aunque estén jugando y parezca que no dan importancia. Los adultos hablamos como si los niños no estuvieran, como si fueran floreros que andan por ahí, porque total no entienden. En parte es cierto porque muchas veces no entienden muchas de las cosas que hablamos, pero sí las escuchan e intentan entenderlas y pueden entender cualquier cosa. Es como si los indigestáramos de esa manera.

Los chicos tienen la palabra

Para pensar,
compartir, comentar...

El niño tiene derecho a decir lo que piensa con los medios que prefiera.

Art. 13 Convención por los
Derechos del Niño



Autor: REP
Ministerio de Educación Ciencia y
Tecnología de la Nación
En: [http://derechos.educ.ar/
alumno/humor/quieroteta.htm](http://derechos.educ.ar/alumno/humor/quieroteta.htm)

Buscar otras maneras de comunicar lo que nos pasa

Imágenes



En el patio de un Jardín, niños de 2 años discuten y pelean por los juguetes.

Actividades sugeridas

¿Alguna vez presenciaron una situación similar? ¿Ustedes qué hacen habitualmente frente a estas situaciones? ¿Creen que los adultos deben intervenir? ¿Por qué?

Les proponemos analizar esta situación. ¿Qué pasó? ¿Por qué peleaban los chicos? ¿Cuándo intervino el adulto? ¿Cómo fue su intervención? ¿Qué opinan de los resultados?

Seguramente en más de una ocasión, ustedes han escuchado decir: - ¡Son problemas de chicos, que se arreglen solos!

¿Qué opinan ustedes de esto?

¿Siempre hay que dejar que se "arreglen" solos?

¿Cómo se dan cuenta de que es necesario intervenir?

Daniela Fernández:

Esta imagen que estábamos viendo es un ejemplo de para qué les sirve a los chicos el lenguaje. ¿Qué nos puedes decir vos al respecto?

Alicia Lurié:

Sí, es un buen ejemplo. Por un lado creo que es un buen ejemplo, también, la actitud que tenga el adulto. Porque fue la maestra la que propuso: no empujemos, no peleemos, hablemos. Pero además guió la conversación, porque les dijo: "¿Qué pasó? Estás enojado, tuviste bronca", o lo que fuese, pero algo que va ayudando al niño a entender lo que está pasando y a pasar de la acción al hablar. De manera que después puedan hacer algo que es muy importante en los seres humanos, que es negociar. Transmitir y negociar. Yo rescataría fundamentalmente esa actitud del adulto que está hablando, pero además está haciendo.

Si la maestra desde lejos les hubiera dicho: ¡Chicos, no peleen! No...

Creo además que para los chicos es mucho más importante el tono de voz, la manera en la que el adulto se posicionó (ya sea la mamá, el papá, el que fuera). La manera en que se posiciona, se porta frente a la situación es incluso más importante que lo que dice, porque lo que dice va a tener peso, si coincide con eso.

Diálogo con la especialista Lic. Alicia Lurié



Leer, contar, relatar, cantar

Imágenes



Marcela y su hija Martina miran libros y leen juntas.

En otra imagen vemos a Graciela Vera que lee un cuento a su hija de 4 años, quien después se lo cuenta a su hermana mayor.

Actividades sugeridas

¿Ustedes les leen o les cuentan historias a los chicos? ¿Miran fotos juntos mientras les cuentan su historia? ¿Creen que esto es importante? ¿Por qué? Además de leerles cuentos, ¿qué cosas consideran ustedes que se pueden hacer para que ellos desarrollen su lenguaje?

¿A ustedes, alguna vez les contaron anécdotas familiares? ¿Quiénes les contaron las historias de los abuelos? ¿Cómo se enteraron? ¿Les gustaba compartir estos relatos?

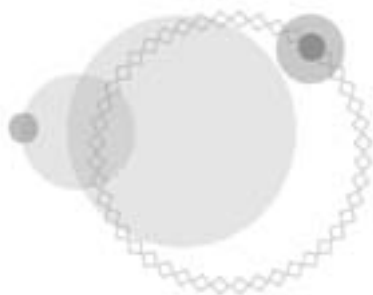
¿Recuerdan alguna historia que les hayan contado a ustedes cuando eran chicos? ¿Por qué la recuerdan? ¿Se animan a contarla? ¿Y a escribirla?

Se puede proponer que en alguno de los encuentros vayan a visitar una biblioteca todos juntos. Recorrer, buscar, preguntar y sentarse a mirar o a leer aquellos libros que les hayan llamado la atención es una experiencia que puede resultar muy enriquecedora para el grupo.

Si los coordinadores pueden, es conveniente que vayan previamente, averigüen los horarios, charlen con la bibliotecaria y le pregunten qué libros le parece que podría poner a disposición. ¿Existirá la posibilidad de asociarse para llevarse libros a las casas?

Y si no hay una biblioteca cerca, ¿cómo se podría armar una?

Los chicos tienen la palabra



Para pensar,
compartir, comentar...

Luna lanar

Letra: Silvia Schujery M. Baggio

Música: M. Baggio

Con la lana tejí la luna
y fue una luna lanar.
La lana tenía un nudo
y fue en la luna un lunar.

En el mar *se* mojó la luna
y *de* blanco *se* tiñó el mar.
Y el beso que vos me diste
fue un beso *de* luna en sal.

Lana lunera
luna lanar
luna redonda
te vi sobre el mar.

Lana lunera
luna lanar
luna redonda
me hiciste cantar.

Cuando los chicos hacen preguntas

Imágenes



Alicia y Graciela Vera en Trelew, Provincia de Chubut, nos cuentan cómo hablan con sus hijos, de qué temas. Cómo nacen los bebés es la pregunta que, según ellas lo expresan, las puso en un aprieto.

También reflexionan acerca de la importancia de escuchar y hablar claramente con los chicos.

Actividades sugeridas

¿Qué cosas les han preguntado sus hijos?

¿Qué piensan que hay que responderles?

¿Consideran que hay temas que son “complicados” o “difíciles” para hablar con los chicos?

¿Y si preguntan algo que no sabemos, qué se puede hacer, según ustedes?

Diálogo con
la especialista
Lic. Alicia Lurié



“Es importante
contestar a los hijos
cuando preguntan.
La pregunta nos da
la medida de aquello
que pueden recibir.”

Alicia Lurié

**Daniela
Fernández:**

Hoy se plantea que los chicos tienen derecho a ser escuchados, ¿qué significa esto?

Alicia Lurié:

Yo retomaría lo que dice la señora Graciela. Por un lado es necesario escucharlos, saber qué les pasa, para comunicarnos. Saber qué les pasa, qué piensan, qué temen, qué cosas les han estado ocurriendo, para que podamos ayudarlos.

Creo que también es importante contestar a los hijos cuando preguntan, pero contestar exactamente lo que preguntan. A veces los papás están con mucha ansiedad sobre el momento en que va a preguntar y sacan la Biblia, más o menos, cuando en realidad el niño preguntó acotadamente. Esto es para tomarlo en cuenta, porque lo principal es que el niño genere la posibilidad de preguntarse. Cuando va armando su pregunta, la va a hacer, le contestaremos dentro de lo que el niño pueda entender, por supuesto, y lo que el niño pudo preguntar. La pregunta nos da la medida de aquello que puede recibir.

Y le tenemos que dar el tiempo de repreguntar.

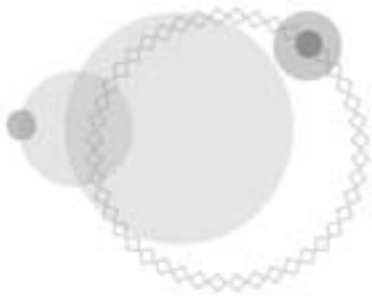
Exacto. Dejarlo que pueda repreguntar. Incluso, si él va elaborando cosas que muestran que está pensando, dejarlo que vaya pensando. No es darle el diccionario.

Todo directamente.

Exacto. Lo importante es que pueda ir pensando, preguntando, armando la pregunta. Es más importante aprender a preguntarse, que las respuestas que después uno tenga. Como herramienta de pensamiento.

¿Qué significa darle la palabra a los chicos?

Imágenes



Un grupo de chicos habla de las cosas que les interesan: sus dientes, sus hermanos, sus primos que los visitan, el Jardín...

Actividades sugeridas

- ¿Para ustedes qué significa darle la palabra a los chicos?
- ¿Creen que hay que tener en cuenta las opiniones de las niñas y los niños?
- ¿Darles la palabra es lo mismo que darles el poder de decisión?
- ¿En qué cosas creen que los chicos pueden decidir? ¿ En qué circunstancias?

Diálogo con
la especialista
Lic. Alicia Lurié



**Daniela
Fernández:**

¿Qué significa darles la palabra a los chicos?

Alicia Lurié:

Básicamente darles la palabra es darles la posibilidad de que hablen, expliquen lo que les pasa, expliquen lo que desean, pero es muy importante diferenciar el darles la palabra, de darles el poder de decisión. Porque hay cosas que el niño va a poder ir decidiendo y a medida que va creciendo, su autonomía va aumentando y hay cosas sobre las cuales no tiene poder de decisión. Sí tiene, por supuesto, ganas de determinadas cosas, deseos de hacerlo, pero va a ser función del adulto no confundir el deseo del niño, con la posibilidad de hacer algo o con la conveniencia de hacer algo. Para eso el adulto va a tener que bancarse, podríamos decir, el enojo, el no poder satisfacer siempre a su hijo, el poder decir "no puedo", no sólo a veces "no corresponde" sino que a veces, quizás corresponde y quizás el adulto no puede. Me parece que es importante darles la palabra, pero no dejarlos abandonados a tener que decidir ellos en cosas que los exceden.

Los chicos tienen la palabra

Para pensar,
compartir, comentar...

Dar la palabra también es:

- Que cuando sea posible, puedan elegir la ropa que se van a poner, alguna comida, a qué van a jugar, quiénes serán sus amigos; también, hacer las cosas a su manera.
- No hablar por ellos: esperar a que digan, que pidan, que expresen sus sentimientos.

Información para utilizar en la planificación de las actividades

Un mundo hecho de palabras

Desde que nacemos, y aun antes, comenzamos a vivir en un mundo de palabras. Todas las personas vivimos en un medio social y cultural, un universo organizado por las estructuras del lenguaje. Éste es portador de significados, es el que nos permite entender, construir sentidos, saber quiénes somos. Además nos precede, es anterior a nosotros: ese lenguaje de origen marca la vida de toda niña y niño, dejando huellas presentes en su constitución, en su conformación como sujeto singular, en su forma de pensar, de ser y de sentir. El lenguaje viene de la mano de la historia familiar, de una cultura, con los relatos de los abuelos, tíos, padres, con las canciones de cuna que arrullan el sueño, con los juegos de crianza, con los poemas y cuentos leídos, heredados o inventados.

El lenguaje es portador de significados, es el que nos permite entender, construir sentidos, saber quiénes somos.

¿Qué es el lenguaje?

Es una producción específicamente humana que nos diferencia de los animales y a través de la cual nos relacionamos. Hablar nos permite comunicarnos con otras personas, decirles lo que pensamos, cómo nos sentimos, qué necesitamos, contarles nuestras fantasías, lo que imaginamos, nombrar las cosas.

El lenguaje es una forma de representación que permite evocar situaciones que no son actuales: cuando recordamos, estamos separando el pensamiento (el recuerdo) de la acción (lo que sucedió). Para realizar cosas concretas, tenemos límites: necesitamos hacerlas aquí y ahora. En un lugar y momento determinados está lo que realmente olemos, tocamos, gustamos, oímos o vemos. Sin embargo, las palabras pueden traer al presente objetos, personas ausentes o sucesos pasados. De la misma manera anticipan lo que deseamos, fantaseamos o pensamos que va a ocurrir. A esta posibilidad de las palabras se la llama simbolización. Y el lenguaje verbal no es la única forma de simbolización. Otras formas son el dibujo, la imagen mental, el juego.

A través de estas herramientas podemos conocer historias pasadas, acceder al conocimiento, generar nuevos mundos y dar un salto a lo que nadie todavía pensó, es decir, no sólo describir lo que existe, sino también inventar lo que no hay.

A través de estas herramientas podemos conocer historias pasadas, acceder al conocimiento, generar nuevos mundos y dar un salto a lo que nadie todavía pensó, es decir, no sólo describir lo que existe, sino también inventar lo que no hay.

“El lenguaje no cumple simplemente una función descriptiva de la realidad existente, sino que además es capaz de crear realidades”.

Silvia Bleichmar

Mucho antes de poder hablar

La comunicación entre el bebé y los adultos comienza mucho antes de que él logre hablar. Si tiene hambre, sueño o está mojado, manifiesta su malestar llorando, haciendo gestos, gimiendo. Estas expresiones adquieren significado para el pequeño a partir de la reacción del adulto, quien intenta comprenderlo y hace algo para calmarlo. Cuando el bebé llora, ese llanto pone en evidencia un sufrimiento y es la mamá, o la persona a cargo de cuidarlo, quien lo interpreta como “uy, está llorando porque tiene hambre” o “protesta porque no quiere estar solo”, es decir que le da un significado. El llanto se establece como un modo de comunicar, porque hay alguien que lo entiende como un intento del bebé de decir algo. Al tratar de comprender qué le pasa, el adulto responde según su propia lógica, construida en el marco de una cultura.

Cuando llora por hambre y la mamá lo amamanta, el bebé se siente satisfecho porque se calma una necesidad biológica. Pero al mismo tiempo que se alimenta, se produce un placer adicional que el adulto acompaña mediante las caricias, la mirada, la palabra: “Bueno Gimena, tenías hambre. Ya estás mejor, ¿no?”.

Estos comentarios y acciones que acompañan al alimento son muy importantes porque, además de garantizar la supervivencia del pequeño, el sostén amoroso que brinda el adulto abre el camino al desarrollo del pensamiento. ¿A qué nos referimos?

Un ejemplo es cuando frente a los quejidos del niño la mamá dice: “Te estoy preparando el puré, en seguida te doy de comer”. Si lo que ella anuncia efectivamente se cumple, el bebé va a ir incorporando la lógica del lenguaje y las próximas veces se va a calmar frente a las palabras del adulto que le anticipan lo que va a pasar. A partir de la palabra sustentada en hechos, el bebé comenzará a soportar cierta dosis de incomodidad y podrá postergar su reclamo por un rato, que en principio será un tiempo breve.

Las primeras significaciones frente a las expresiones de los chicos vienen de las personas que los cuidan. Y es necesario que sea así, ya que el niño va a comenzar a ser su propio intérprete, o sea, a decir las cosas por sí mismo a partir de la adquisición del lenguaje. Para eso es indispensable que antes haya otro que interprete por él: “¿Te asustaste con el ruido? Yo te canto una canción y se te pasa” o “¿Estás aburrido de jugar solo? ¿Querés que juguemos juntos un ratito?”. El adulto que atiende al pequeño lo asiste de acuerdo con su propia historia, desde sus propios anhelos, frustraciones y satisfacciones.



El llanto se establece como un modo de comunicar, porque hay alguien que lo entiende como un intento del bebé de decir algo.

Se trata de un proceso complejo, porque las significaciones que construimos proceden de otro: mamá, papá, los hermanos mayores, los abuelos, son quienes nos explican el mundo cuando somos niños. Luego hacemos propias esas significaciones y más tarde las vamos modificando. A medida que los chicos crecen, las relaciones que entablan con otras personas no familiares aportan nuevas voces, formas diferentes de entender y de hacer en la vida. Esta etapa del proceso resulta una oportunidad de enriquecimiento, de conocimiento, de cambio.

Las niñas y los niños entienden mucho antes de poder hablar. Esta comprensión comienza a construirse desde que nacen. Por eso es tan importante que los adultos que los cuidan les hablen y reconozcan su capacidad de entender desde el primer día de vida. Pensar desde el nacimiento al bebé como un sujeto, como un interlocutor, es indispensable para que sea posible el aprendizaje. **Cuando los adultos no le hablan o le hablan poco porque suponen que "no entiende", se reducen sus posibilidades de desarrollar el lenguaje. Por el contrario, estas se amplían cuando los niños y las niñas viven en un medio en el que los mimos y las caricias van acompañados con palabras cariñosas.**

Las primeras significaciones frente a las expresiones de los chicos vienen de las personas que los cuidan.

Las niñas y los niños entienden mucho antes de poder hablar. Esta comprensión comienza a construirse desde que nacen.

Pensar desde el nacimiento al bebé como un sujeto, como un interlocutor, es indispensable para que sea posible el aprendizaje.



Narrar historias, leer cuentos, entonar poemas, mirar libros junto con las niñas y los niños pequeños es una buena manera de estimular el interés por el lenguaje. Un momento de encuentro en el que la palabra se carga de ternura, acaricia y abriga.

Cuerpo y palabra



En el libro *El cuerpo en la escritura*, Daniel Calmels se pregunta: “¿Existe la posibilidad de trabajar exclusivamente con el cuerpo o con la palabra?”

Si nos ponemos a observar con atención por un lado lo que decimos y cómo lo decimos y, por otro, lo que hacemos, nos daremos cuenta de que cuerpo y palabra se influyen recíprocamente, es decir, interaccionan.

Una palabra de aliento, suave, positiva, puede llevar a relajar el cuerpo, puede tranquilizar, predispone a recibir al otro. Las canciones, las nanas, las rimas, tienen algo así como un poder “mágico”. Hay algo de la memoria corporal, de la memoria afectiva que se activa en el arrullo, que hace que uno acompañe ese recitado, esa canción con un balanceo, con movimientos rítmicos, con caricias. Hay muchos autores que hablan de un “baño de lenguaje”, refiriéndose a las palabras envolventes que de manera acompasada y tierna ofertamos a los niños. Durante los primeros meses es posible ver a los bebés que quedan como hipnotizados, fascinados, con la voz del adulto que les habla y captura su mirada.

Por el contrario, un grito, una palabra fuerte o denigrante, pueden llevar a la tensión corporal, a cerrarse, a resguardarse. El cuerpo también guarda la memoria del maltrato, del silencio, de la indiferencia verbal y de la falta de afecto expresada en palabras. Los chicos juegan con la voz. Descubren los sonidos que pueden emitir. Se apropian de ellos mediante la reiteración. Repiten los sonidos que les salieron por casualidad y les resultaron interesantes, sólo por placer.

La primera aproximación al lenguaje que los bebés realizan vinculada con la producción es un juego donde los sonidos están desprendidos de la significación. Pero cuando la abuela dice, por ejemplo, “mirá cómo está hablando”, es ella, un adulto, quien está interpretando esos juegos sonoros como intentos del bebé por comunicarse. Entonces, lo que antes eran simplemente sonidos, adquieren un nuevo sentido, un valor simbólico: la abuela charla con el bebé que balbucea, como si el pequeño se expresara utilizando palabras.

Rápidamente las niñas y niños pequeños descubren que su voz es un modo de convocar a los adultos queridos y comienzan a utilizarla para lograr su presencia.



La voz es el aspecto corporal del lenguaje: "La voz ocurre antes que la palabra. En el grito, en el silabeo, en la risa está la voz, presente mucho antes que se organice la palabra" (Calmels, 2003:3).

También hay otros modos de comunicarse: con los gestos, la mirada, la sonrisa.

La mirada se vincula con la constitución de sí mismo: "yo estoy aquí porque otro me mira". La mirada otorga presencia. Muchas veces cuando uno se enoja con alguien, evita mirarlo o "le retira la mirada", como una forma de decirle "no existís".

Mirar no es lo mismo que ver. Los bebés aprenden a mirar, a partir de ser mirados. Aprenden a organizar su mirada desde que nacen. En el momento de amamantar al bebé, la mamá busca su mirada, lo mira fijo a los ojos. En ese acto de intercambio ambos quedan "prendidos", conectados por la mirada: el bebé aprende a mirar. La mirada se instala si hay otro que mira al bebé.

Winnicott señala que en el desarrollo emocional, el precursor del espejo es el rostro de la madre. En otras palabras, el niño se ve a sí mismo a través de la mirada de su mamá o de la persona que lo cuida. Esa mirada hace las veces de espejo: un reflejo a partir del cual los chicos van construyendo quiénes son.



Los bebés aprenden a mirar, a partir de ser mirados.



La sonrisa es una forma de dar cuenta del encuentro de miradas, se organiza como una manifestación de reconocimiento, de agrado, de placer. Es una invitación a mirar al otro. Nos señala que vale la pena establecer un contacto con los ojos. La sonrisa del bebé aparece alrededor de los 3 meses como respuesta ante la visión del rostro del adulto puesto de frente y en movimiento: esta es la primera manifestación de conducta activa por parte del niño, dirigida e intencional.

Las situaciones cotidianas como el momento de la comida, de bañarse, los viajes en colectivo o las caminatas, resultan ideales para iniciar una charla con los niños; de este modo favorecemos el desarrollo del lenguaje.

El contacto corporal es una de las primeras formas de comunicación entre el adulto y el pequeño. Ese contacto puede ser agradable y de este modo brindar confianza, generar placer; o ser desagradable y producir incomodidad. La forma de tocar al bebé o al niño puede hacer que se relaje, se sienta tranquilo, seguro; o bien hacer que se ponga tenso, se crispe, se resista, se inquiete, se sienta inseguro.

Es decir que el niño con su comportamiento expresa una respuesta: qué siente al ser tocado, movido, agarrado, alzado, acariciado. Cuando se relaja frente al contacto, está indicando que confía en el adulto. La confianza es un sentimiento que se construye a partir de la seguridad y el trato respetuoso que le brinda el adulto. Por eso, al tomar a la niña o al niño en brazos, vestirlo o desvestirlo, cambiarle los pañales, es fundamental tener en cuenta que allí hay un sujeto que siente y percibe las emociones y la intencionalidad de quien se le aproxima.

Cuando un niño o una niña comienzan a hablar, lo hacen utilizando el idioma con el que se les habló, la lengua de sus orígenes, la de las figuras más cercanas. Hablar implica un largo proceso en el que los niños realizan un esfuerzo representativo, pasando del placer de oír, al deseo de entender y de comunicar.

El lenguaje es un objeto cultural que ya está elaborado socialmente, así que para hablar con otro, los niños tienen que aprender ciertas reglas que les permitan establecer una comunicación con los demás.

La forma de tocar al bebé o al niño puede hacer que se relaje, se sienta tranquilo, seguro; o bien hacer que se ponga tenso, se crispe, se resista, se inquiete, se sienta inseguro.

La confianza es un sentimiento que se construye a partir de la seguridad y el trato respetuoso que el adulto le brinda al niño o a la niña.





Un recorrido de la mano de los adultos

Hablar implica un largo proceso en el que los niños realizan un esfuerzo representativo, pasando del placer de oír, al deseo de entender y de comunicar.

Al principio el adulto hace la pregunta y da la respuesta por el niño, dándole un sentido a los gestos o balbuceos del bebé.

La mamá dice: "Hola Nicolás, ¿cómo te despertaste hoy?". Y ante la sonrisa del bebé responde: "¡Qué linda sonrisa, estás contento!"

En la medida en que el niño puede ir asumiendo un lugar más activo, el adulto "se corre" dejando que el pequeño hable por sí mismo. Pero al mismo tiempo, le vuelve a plantear un nuevo desafío que invita al niño a realizar nuevos aprendizajes. Veamos un ejemplo:

Marcela lee un libro con ilustraciones junto con su hija Martina. Mientras va leyendo, Marcela le señala las imágenes.

Marcela: **¿Esto qué es?**

Martina: Miau, miau.


Marcela: **Claro, es un gato. ¡Muy bien!**

Avanzando algunas páginas, vuelven a encontrarse con la ilustración del gato y Marcela vuelve a preguntar: **¿Y esto qué era?**

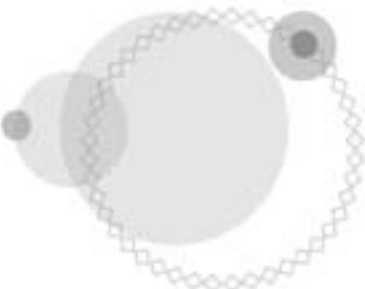
La intención de Marcela es que Martina llegue a decir "gato" en lugar de "miau, miau".



Los chicos tienen la palabra



**Escuchar: disponerse
a recibir la palabra
del otro**



Daniel Calmels señala que escuchar es diferente de oír. Escuchar implica disponerse a recibir la palabra del otro, darle un lugar en mi pensamiento. Cuando escucho al otro, le estoy diciendo que lo que tiene para decir es importante para mí. Es una forma de valorarlo como sujeto. **Para que un niño quiera hablar, tiene que haber alguien que lo quiera escuchar.**

De las primeras palabras a estructuras más complejas

Las primeras expresiones verbales de los niños son palabras que equivalen a una frase completa, lo que se llama palabra-frase. Es decir que cuando un niño dice "agua", puede significar que tiene sed y quiere tomar agua, que está viendo un charco de agua, que reconoce un envase que contiene agua... El sentido de la palabra-frase que utiliza la niña o el niño sólo puede entenderse en el contexto en que se expresa.

Además, muchas veces se requiere del auxilio de quienes habitualmente cuidan al niño, porque se trata de significados construidos en situaciones específicas. Así, la tía que vino de visita necesita de la explicación de la abuela para entender que, cuando Emiliano dice "luna", quiere que le canten la canción de la luna.

Aunque el pequeño no puede todavía expresar la oración completa, ese significado transmitido en una sola palabra sólo puede ser comprendido por el adulto si este supone que detrás de esa palabra hay un pensamiento más complejo.

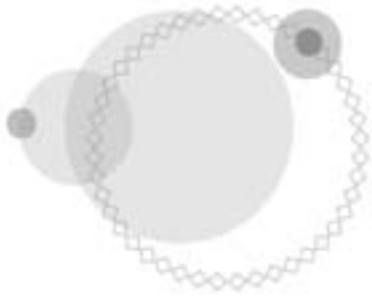
Estos aprendizajes son posibles cuando los adultos les hablan a los niños con estructuras completas, y no con palabras sueltas o deformadas en su pronunciación.

Luego, los chicos pasan a utilizar frases con una estructura mínima de dos palabras. Por ejemplo, dicen "nena muñeca" para avisar que quieren la muñeca, o "¡muñeca mía!", para señalar que no tienen ninguna intención de prestársela a la vecina. Sucesivamente irán transformando esa estructura base: "dame muñeca", "muñeca grande", "la muñeca", "muñeca allá", "la muñeca de Ailén".

Todo este desarrollo surge como consecuencia de la necesidad del niño de comunicar lo que quiere o necesita cada vez con mayor precisión. Esto requiere de un esfuerzo de organización interna por el que deben buscar los medios apropiados para lograr que los entiendan.

Al mismo tiempo, en su intento por comprender, los chicos van asimilando las nuevas palabras a los conceptos ya aprendidos. Facundo, de 2 años, le dice a su mamá que quiere la "múscula" verde, refiriéndose a la remera sin mangas que le acaban de regalar. O descubren ciertas reglas que nos causan mucha gracia, pero expresan todo lo que saben en relación con el uso del lenguaje. Como cuando dicen: "el camión está rompido" o "¿quién ponió la mochila ahí?"

Además, estos aprendizajes son posibles cuando los adultos le hablan a los niños con estructuras completas. Por ejemplo: al identificar un pollito que pasea por el jardín, Agustina dice "pío, pío" y su papá le responde "sí, ese es un pollito". Este intercambio en el que los adultos "traducen" las expresiones de los niños utilizando palabras y frases completas, los ayuda a comprender las reglas del lenguaje, posibilita que adquieran nuevos significados y realicen construcciones sintácticas cada vez más ricas y variadas.



Cada uno tiene su tiempo

Como en todos los aprendizajes, cada niño avanza a su propio ritmo. Hay bebés que antes del año pronuncian algunas palabras, mientras que otros no lo hacen hasta casi los dos años. Sin embargo, todos entienden lo que se les dice mucho antes de poder hablar.

La organización del mundo y los afectos a través de la palabra

Nombrar los objetos, nombrar el cuerpo, las situaciones, las vivencias, los afectos...

Ponerle nombre a las cosas nos permite comprender, descubrir, comparar, organizar: "este es un pantalón, te lo regaló el tío Gabriel, después te lo pongo y vamos a pasear". "Con este algodón te voy a limpiar la cola porque está sucia. Te levanto las piernas, ¿me dejás?"

Elena Stapich² propone una actividad muy sencilla para hacer con los bebés:

Se puede hacer "una recorrida por la casa (...)" para revisar los objetos que la pueblan, nombrándolos, explicando para qué se usan. El adulto puede decir al bebé: "Este es un armario. ¿Lo abrimos para ver qué hay adentro? ¿Qué es esto? Escobas para barrer el piso, un cepillo para limpiar, baldes para poner el agua, palanganas, trapos de piso (...)" O bien: "Esta es una foto del abuelo Mario cuando era chiquito. Está llorando... Hace puchero... ¿Qué le pasará? ¿Estará enojado?"

2/ Stapich, Elena (1996): *Con Ton y con Son*. Aique, Bs. As., Pág. 35.

Cuando los niños todavía no pueden nombrar los acontecimientos por sí mismos, son los adultos que los cuidan quienes se ocupan de hacerlo por ellos. Son los otros los que le dicen: "¿Estás muy contento porque te divierte jugar con el abuelo?", o "¿Te asustaste con el ruido que hizo el vaso cuando se rompió?". A partir de esa denominación, el niño podrá relacionar esa vivencia con el sentimiento de "estar contento" o "haberse asustado", y tendrá palabras para expresar sus propias emociones.

Por ejemplo, cuando algo nos enoja, hablar de lo que nos pasa sirve para reemplazar la acción por el decir. Nos permite comunicar de un modo socialmente aceptado³ nuestro disgusto sin pegar, sin golpear o lastimar a los demás. Podemos decir: "¡Esto me enoja mucho!", lo que es muy diferente de responder con un golpe. En el video se observa una escena en la que un grupo de niños "pelean" por un objeto. Es el adulto el que interviene en este caso para ayudar a los chicos a decir por sí mismos lo que sienten. Mediante la palabra los orienta y les plantea alternativas para resolver la situación, para habilitarlos a construir sus propias significaciones.

El niño habla por sí mismo

En una primera etapa, los adultos nombran a interpretan en lugar de los pequeños. Más tarde ellos podrán decir, relatar y contar por sí mismos. El lenguaje verbal es una herramienta que permite a los individuos darse un lugar en el mundo y diferenciarse de los otros. Potencia además el pensamiento y la reflexión.

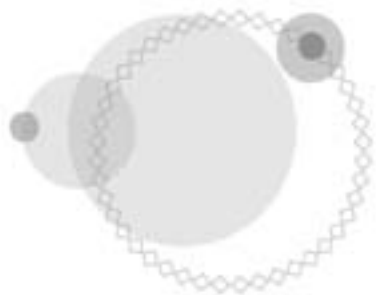
Con la adquisición del lenguaje, las niñas y los niños comienzan a preguntar. "¿Qué es esto?" suele ser la frase más escuchada por quienes rodean a los niños de alrededor de 2 años. La pregunta les permite ampliar sus conocimientos y apropiarse del mundo de significados, saber el nombre de las cosas. Al poder nombrar lo que antes era in-nombrable, el sujeto se transforma en enunciante. O sea, en alguien que puede decir por sí mismo.

Para que una niña o un niño se exprese, para animarse a preguntar y pedir información, tiene que sentirse valorado. Tiene que tener la oportunidad de decir con su propia lengua, utilizando las modalidades familiares, las formas de su comunidad de pertenencia que hablan de su historia como sujetos sociales. A partir del tercer año suele hablarse de la etapa de "el porqué". Los chicos formulan esa pregunta reiteradamente, con la intención de comprender "el para qué". Todavía no pueden comprender las causas de los acontecimientos, pero sienten mucha curiosidad por conocer. No necesitan que les demos argumentos demasiado complicados. Simplemente desean una respuesta clara y verdadera. En este proceso, los adultos podemos ayudarlos fomentando su interés por saber, su capacidad de interrogar y de plantear problemas espontáneamente.

El lenguaje verbal es una herramienta que permite a los individuos darse un lugar en el mundo y diferenciarse de los otros.

3/ Para profundizar sobre este tema se puede consultar la Guía "Los límites"

Las preguntas de los chicos: un impulso hacia el conocimiento



Cuando les permitimos preguntar, intensificamos en ellos el deseo por conocer, por aprender, aunque a veces no sepamos qué y cómo responder.

“Hablar con el niño, relatarle aspectos esenciales de su historia personal y la de sus progenitores, parece ser uno de los factores que incrementan la curiosidad y el deseo de enriquecer conocimientos, siempre que estos relatos sean verídicos y autoreferenciales”, señala Silvia Schlemenson⁴.

Entre esos relatos, uno de los que genera en niños y niñas más curiosidad, mayores deseos de saber, es el que se vincula con el propio origen. Los chicos suelen pedir en reiteradas ocasiones que les cuenten historias de cuando ellos eran chiquitos. Para estas reconstrucciones necesitan de los testimonios familiares. Por eso suelen hacer la misma pregunta a los padres, abuelos, tíos, hermanos y todos los que hayan sido testigos de algún acontecimiento de sus primeros años. Años de los cuales no pueden dar testimonio por sí mismos. Aquí también necesitan de la palabra, del discurso de los otros para construir su propio saber. Un conocimiento sobre sí mismos que se constituye a través de lo que dicen otras personas significativas, aquellos que los cuidan y asisten amorosamente. Ese saber acerca de su pasado es el que les permite proyectarse hacia un futuro.

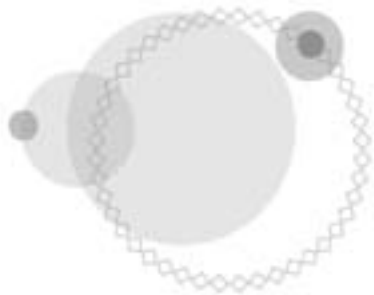
Por otro lado, el permiso para la curiosidad es el que abre paso a las preguntas. Interrogantes que, en la búsqueda de respuestas, generan nuevos intereses que van más allá de los muros del hogar, abriendo un camino hacia el mundo social. Y dando paso al mismo tiempo al pensamiento reflexivo.

Cuando les permitimos preguntar, intensificamos en los niños el deseo por conocer, por aprender, aunque a veces no sepamos qué y cómo responder. Sus inquietudes requieren de contestaciones sinceras y verdaderas, que no den más información de la que solicitan. Si un niño no queda conforme con la respuesta, va a volver a preguntar. También es posible que interroge a diversas personas sobre un mismo tema y que en esa exploración detecte la existencia de contradicciones o diferencias. En esos casos conviene señalar que no todas las personas piensan del mismo modo, sin descalificar a quienes opinan de manera diferente.

Cuando el interés se vincula con asuntos que desconocemos, es bueno plantearle que necesitamos averiguar para contestarle; o bien, si resulta factible, proponerle investigar juntos, leyendo en algún libro, acudiendo a la biblioteca o preguntando a otra persona que pueda brindar la información en cuestión. Presentarle alternativas para aclarar las dudas es un modo de potenciar el deseo de saber.



4/ Schlemenson, S. (1999): *Los niños toman la palabra. Estrategias para el desarrollo de la capacidad narrativa en niñas y niños pequeños*. UNICEF, Buenos Aires. Pág. 29.



Dice Rosa Montero:

"El arte primordial es el narrativo porque, para poder ser, los seres humanos nos tenemos previamente que contar. La identidad no es más que el relato que nos hacemos de nosotros mismos"⁵.

Las preguntas sobre el origen de la vida

"¿De dónde vienen los niños?" es una pregunta que muchas veces genera incomodidad y promueve dudas en los adultos que, en ocasiones, no saben qué y cómo responder.

En primer lugar, es importante entender que estos interrogantes son absolutamente normales en todos los niños, quienes desean saber acerca del origen de la vida y del sexo. La curiosidad sexual comienza antes del tercer año y se inicia como todo intento de conocimiento: quieren saber cómo nacemos, por qué los hombres y las mujeres son diferentes. A esta edad los niños y las niñas empiezan a mirarse, observarse; también se tocan y exploran las sensaciones de su cuerpo.

Entonces, ¿cómo responder a sus preguntas?

En fundamental no eludir la respuesta ni engañar a los pequeños. Esto podría llevarlos a construir una idea equivocada, perjudicial para su desarrollo. Por este motivo, es fundamental responder con sinceridad y sencillez, teniendo en cuenta la edad de la niña o el niño y su capacidad de comprensión.



5/ Montero, Rosa (1998): *La hija del canibal*, Espasa Calpe, Bs. As. Pág. 17. Karol, Mariana (1999): "La constitución subjetiva del niño"

Para saber más...

Se pueden consultar los siguientes sitios:

"Todo chico es en potencia inteligente. ¿Cómo se construye el pensamiento?" Entrevista a Silvia Bleichmar, en <http://www.clarin.com/diario/2000/01/02/i-01801d.htm>

"Cantos y cuentos en el jardín maternal". Conferencia de Lidia Blanco y Laura Devetach, en <http://www.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/cepa/lblancoconf.pdf>

Bogomolny, María Inés: "Leer es contagioso. El inicio del camino lector: los mediadores y sus huellas", en http://www.el-libro.com.ar/archivo_documental/PDFs/011-Bogomolny.pdf

Blanco, Lidia: "Los bebés y la lectura" en http://www.educared.org.ar/infanciaenred/educrianza/2007_02/editorial.asp
http://www.educared.org.ar/infanciaenred/Educrianza/2007_02/temario/01.asp

Textos, cuentos, canciones y juegos

<http://www.imaginaría.com.ar>
<http://www.forodeilustradores.com>
<http://www.cuatrogatos.org>
<http://www.chicosyescritores.org/mesa.php>
<http://www.educared.org.ar/cdc/>
<http://www.educared.org.ar/guialetras/>
<http://www.luispesceffi.com/cancionero/>

Quino (1973), *10 años con Mafalda*, Bs. As, Lumen.

Cine para pensar

Algunas películas vinculadas con el tema :

- **El silencio**, dirigida por Mohsen Makhmalbaf. Irán, 1998.
- **La manzana**, dirigida por Samira Makhmalbaf. Irán, 1998.

Bibliografía

- Bruner, J. (1998), *Realidad mental y mundos posibles*. Barcelona, Gedisa.
- Calmels, Daniel (2003), "Juegos de crianza. Intervenciones o Interferencias". Conferencia dictada en la Escuela de Capacitación Docente CePA, GCBA. En <http://www.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/cepa/calmelsconf.pdf>
- Devetach, Laura (1996), *Oficio de palabrera. Literatura para chicos y vida cotidiana*. Bs. As., Colihue.
- Karol, Mariana (1999), "La constitución subjetiva del niño". En *De la Familia a la Escuela. Infancia, socialización y subjetividad*, Bs. As., Santillana.
- Montes, Graciela (1999), *La Frontera Indómita. En torno a la construcción y defensa del espacio poético*. Méjico, Fondo de Cultura Económica.
- Montes, Graciela (2001), *El corral de la infancia*. Méjico, Fondo de Cultura Económica.
- Rodari, Gianni (1985), *Gramática de la fantasía. Introducción al arte de inventar historias*. Cataluña, Reforma de la Escuela.
- Schlemenson, S. (1999), *Los niños toman la palabra. Estrategias para el desarrollo de la capacidad narrativa en niñas y niños pequeños*. Buenos Aires, UNICEF.
- Schlemenson, S. (2004), *Subjetividad y lenguaje en la clínica psicopedagógica*. Bs. As., Paidós Educador.
- Stapich, Elena (1996), *Con Ton y con Son*. Bs. As., Aique.
- Spitz, René (1974), *El primer año de vida del niño*. México, Fondo de Cultura Económica.
- Tardos, Anna (1992), "La mano de la educadora" en *Rev. Infancia*, N° 11, Bs. As.
- Winnicott, D. (1971), *Realidad y juego*. Barcelona, Gedisa.

Alimentación y Salud

Objetivos

Que a través de estos encuentros las familias...

- comprendan la importancia de una adecuada nutrición para el crecimiento y desarrollo de las niñas y los niños.
- conozcan las recomendaciones de los especialistas para lograr una nutrición adecuada a las diferentes edades y características culturales de la población.
- realicen, en la medida de lo posible, ajustes en la alimentación familiar a partir de estos consejos.
- conozcan las medidas preventivas necesarias para la preparación y conservación de los alimentos.

Alimentación y Salud

Algunas propuestas para la organización de los encuentros

Comer bien, comer variado

Actividades sugeridas

Se sugiere comenzar el encuentro partiendo de las costumbres alimentarias de los participantes, formulando algunas preguntas para trabajar en pequeños grupos. Después de este intercambio se pueden ver las imágenes para seguir pensando y charlando.

¿Cómo es la alimentación de sus familias? ¿Qué suelen comer? ¿Qué preparaciones y/o alimentos son los más comunes?

Entre todos pueden ponerse de acuerdo y escribir las comidas de un día típico.

¿Por qué eligen esos alimentos?

Enumeramos algunos ejemplos de ideas que pueden surgir:

- Los gustos: "Como a mis hijos no les gusta el pescado, trato de reemplazarlo por otras carnes y de esa manera se equilibra su dieta".

- Los precios de los alimentos: "Como no les gustan las verduras y la carne está muy cara, comen arroz, fideos y polenta... ¿será lo mismo?".
- Las rutinas fijas: "Como hoy es jueves, cocino puchero".
- Los consejos de las publicidades: "Para que mis chicos crezcan sanos y felices tengo que darles todos los días el producto que dicen en la tele".
- La disponibilidad de algún alimento en la casa: "Hoy cocino algo con lo que tengo, mañana veré".
- Los caprichos de los chicos: "Si no le hago salchichas con papas fritas, llora y no come".
- Lo que alimenta más a los chicos.

Durante el intercambio de opiniones, sería conveniente profundizar en cada una de estas situaciones, analizando en conjunto los aspectos favorables y los que no lo son. Es posible que en la charla surjan muchos temas, por eso resulta conveniente anotar lo que dicen los participantes y, si el tiempo disponible no alcanza, retomar lo expresado en otros encuentros.

Imágenes



Margarita Riquelme es mamá de 7 hijos y vive en Posadas provincia de Misiones. Daniela le pregunta a Margarita: "¿Si vos tuvieras que anotar todo lo que comieron durante el día, qué dirías?". Margarita describe un posible menú para la semana y dice: "Procuró que coman variado"

¿Qué significa "comer variado"?

¿Es importante comer variado? ¿Por qué?

¿Qué piensan de lo que vimos en el video?

¿Cómo podríamos elegir y combinar los alimentos para tener una alimentación completa y variada?

En este punto, se propone retomar las ideas aportadas anteriormente y trabajar los contenidos de grupos de alimentos que se presentan en la última sección de esta guía y en los textos de la bibliografía.

Si sus hijos comen habitualmente en el Jardín o en algún lugar que no sea su casa, ¿están ustedes al tanto del menú?

¿Saben si el menú en esas instituciones tiene los nutrientes adecuados? ¿Es variado y tiene todos los grupos de alimentos?

¿Cómo podríamos complementar lo que comen allí, con las comidas que hacemos en casa?



En el programa, una licenciada en nutrición explica entre otras cosas qué significa comer variado.

Diálogo con la especialista Alicia Lopresti¹



Daniela Fernández:

Alicia Lopresti:

Alicia, ¿qué te pareció la huerta y lo que cocinó Margarita?

Me pareció fantástico. Es un ejemplo de cómo aprovechar el ámbito en que viven, la articulación con sus vecinos. Cómo comenzaron: prestándose las semillas. Cómo ahora tiene una gran variedad de alimentos que, evidentemente los usa, porque vos estuviste con ellos.

Sí, ¡estaba riquísimo!

Y evidentemente lo que cuenta es así, lo pudimos ver ahora. Y además, qué selecciona y qué pone en esa mesa. Utiliza variedad de lo que dispone de la tierra, pero además le agrega cereales y algunas veces por semana le pone legumbres y utiliza las aves que está criando también.

Completo.

Es un hermoso ejemplo.

Y para los que no tenemos esa posibilidad física de la huerta, ¿cómo hacemos? ¿qué es comer bien?

Tratar de adquirir y seleccionar para la compra, que es muy importante, una gran variedad de alimentos. Comer bien significa comer un poco de cada cosa. Pensando desde los cereales, algo de legumbre, leche o yogurt que puede ser casero o quesos, y algo de carnes y huevos. También agregarle aceite a las comidas, si es posible crudo. Los dulces podríamos dejarlos de lado, pero son ricos, entonces no olvidarlos. Y una gran variedad de frutas y verduras.

Eso es comer bien. Comer bien variado. O sea, que en un plato no haya tanto de un solo tipo de alimento, que no deje que entren los demás.

Muchas cosas diferentes en un mismo plato.

Eso sería comer bien.

¿Para qué sirve alimentarnos bien?

En los chicos, para crecer. Y en todos, para prevenir enfermedades. Y si vienen, afrontarlas de la mejor manera. Para curarse mejor. Para compartir, y tener el placer de la mesa, de estar alrededor de la mesa. Para mantener la temperatura de nuestro cuerpo. Como base es eso... para tener energía y tener capacidad de aprendizaje en los niños y en los adultos también.

1/ La Licenciada Lopresti es Coordinadora del Área de Nutrición del Plan Nacional de Seguridad Alimentaria del Ministerio de Desarrollo Social de la Nación.

Para resolver juntos

La huerta y otras propuestas

Podemos ver una experiencia participativa de familias de Misiones, que encontraron una manera de organizarse, adecuada a su realidad. Esta propuesta puede servir como disparador para que sea implementada en los ámbitos de cada uno.

Imágenes



En Posadas provincia de Misiones, Margarita Riquelme nos muestra la huerta que armó con sus vecinos y cuenta cómo la hicieron.

Actividades sugeridas

- ¿Piensan que es posible organizar y realizar una propuesta similar en este lugar?
- ¿Conocen ustedes otros vecinos que hayan llevado adelante proyectos de este tipo?
- ¿Han participado en alguno?
- Además de la huerta, ¿qué otras ideas se les ocurren para contar con mayor variedad de alimentos?
- ¿Qué dificultades les parece que podríamos tener en un proyecto colectivo?
- ¿Cómo podríamos superarlas?
- ¿Alguna vez tuvieron inconvenientes para organizarse con vecinos y/o amigos para comprar juntos o realizar alguna actividad?
- Si es así, ¿encontraron algunas soluciones?

La cultura y su transmisión

Tradiciones e identidad

Imágenes



Margarita también describe el desayuno y cuenta que cuando vuelven de la escuela, todos ayudan a preparar el almuerzo. Plantea que para ella es muy importante que estén todos juntos en el momento de la comida porque es una oportunidad para el diálogo: "Ellos me dicen lo que les pasa, yo les digo lo que a mí me pasa. Con ellos hablo de todo".

¿Ustedes qué opinan?

Actividades sugeridas

Esto que dice Margarita a veces es difícil de lograr.

No siempre es posible que estén todos juntos para comer. Y en ocasiones, durante esa reunión, hay quien no quiere o no tiene ganas de contar lo que le pasa.

¿Cómo es la comunicación de ustedes con sus hijos? ¿Y entre ellos?

En sus casas, ¿encuentran un momento para comer juntos? ¿Quiénes se reúnen?

¿De qué charlan?

Las tradiciones culturales y familiares también se transmiten a través de la comida. Las recetas que pasan de padres a hijos, el tipo de alimentos que se consumen, la manera de cocinarlos y comerlos, son parte de la herencia que nos constituye. Son parte de nuestra identidad.

¿Qué comida es la que más les gustaba cuando eran chicos?

¿Quién se las preparaba?

¿Por qué la recuerdan especialmente?

¿Ustedes, aprendieron a hacerla?

Cómo mejorar la calidad nutricional de las comidas

Imágenes



Andrea cocina arroz con leche para sus hijos.

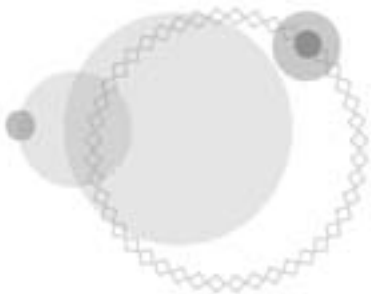
Actividades sugeridas

¿Qué trucos utiliza Andrea para hacer el arroz con leche más nutritivo?
¿Qué otros trucos podemos utilizar?

¿Qué ingredientes les agregarían a las siguientes comidas para hacerlas más nutritivas? (Según lo que exprese el grupo, se puede ayudar con las siguientes opciones)

- puré
- polenta
- flan.....
- yogur
- guiso
- manzana rallada
- fideos
- milanesas

¿Podrían hacer un recetario nutritivo para compartir con otros vecinos a partir de estas ideas?



Diálogo con la especialista Alicia Lopresti



**Daniela
Fernández:**

¿Se pueden aprender algunos trucos para enriquecer las comidas haciendo algún agregado?

Alicia Lopresti:

Yo creo que Andrea es un buen ejemplo: Primero, utilizó leche en polvo para agregar a la leche líquida, o sea que le puso casi doble cantidad de leche. Y luego le agregó manzanas.

Es un truco fantástico para un desayuno o una merienda bien reforzada.

Otro truco que podemos hacer es agregarle huevos a las preparaciones, agregarle leche en polvo a los purés. Cocinar la polenta o los fideos en leche para enriquecer sin aumentar la cantidad, en el mismo volumen. Darle una mayor densidad nutricional, quiere decir que tenga más nutrientes en el mismo volumen.

En el mismo pedacito, un cóctel nutricional.

Sí, agregándole aceite a todas las preparaciones, que tienen ácidos grasos, esenciales para el crecimiento del niño. No pueden faltar en ningún puré, en ninguna preparación. Agregar leche, huevos, frutas, que es lo que esta mamá nos mostró.

La vimos sentarse y compartir el momento de la comida con los chicos. ¿Esto es importante?

Es un momento de aprendizaje para ambas partes. Para los chicos que están comiendo algo nuevo, quizás, y para la mamá, para ver como lo están haciendo. La comida va junto con la contención y el amor. O sea, que esto de compartir debe empezar desde los primeros años.

¿Cuándo nos damos cuenta de que un chico no está bien alimentado y qué hacemos en este caso?

Bueno, no es algo tan lineal, pero si observamos que deja de hacer alguna de las comidas o vemos que no tiene voluntad, deja de jugar, o se empieza a enfermar, uno puede pensar que tiene que ver con la alimentación. Un niño tiene que tener varias comidas en el día, o sea que con simple observación la mamá tiene que tener las alertas. Es por algo que está rechazando la comida: es que no está bien alimentado. Si la mamá no puede prepararle o acercarle los alimentos necesarios, podría ser una alerta de que ese niño necesita mejorar su alimentación.

A la hora de cocinar...

La higiene, la manipulación y conservación de los alimentos

Actividades sugeridas

¿Cuáles creen que son las medidas de higiene, manipulación y conservación de alimentos importantes a la hora de preparar las comidas? ¿Por qué? (Se sugiere anotar los aportes en un afiche).
¿Qué dificultades tienen para ponerlas en práctica?

Imágenes



En Florencio Varela, Provincia de Buenos Aires, la nutricionista Nelly Nuñez y un grupo de mamás describen qué medidas de higiene tienen en cuenta a la hora de cocinar.

Actividades sugeridas

Comparar los aportes de los integrantes del grupo con lo que recomiendan las mamás del video.

Las mamás recomiendan:

No fumar cuando se cocina.

Tener el cabello recogido.
Higiene de manos y uñas.

Utilizar lavandina para desinfectar.
Hervir el agua cuando no es potable.

Lavar las verduras con agua potable.

Limpiar muy bien la cocina y los utensilios: cubiertos, recipientes, ollas.

No dejar que entren animales en la cocina.

No toser o estornudar cuando se está cocinando.

No guardar los alimentos hervidos en ollas de aluminio. Utilizar recipientes enlozados o de vidrio.

En la misma escena escuchamos algunas recomendaciones para cocinar los alimentos:



VERDURAS

Lavarlas con agua potable

Cocinar papas, zapallitos zapallos con cáscara

Cocinarlas al vapor

Cocinarlas y consumirlas en el momento

¿Cómo lo hacen ustedes?
¿Por qué se dan estas recomendaciones?

Les proponemos que...

- piensen en formas de conservación, manipulación y preparación de los alimentos
- intercambien formas de preparar los alimentos de la manera que consideran más adecuada y segura
- analicen qué tenemos que mirar de los distintos alimentos frescos y envasados para usarlos tranquilos
- charlen acerca de qué hay que tener en cuenta antes de consumirlos
- intercambien trucos y consejos útiles

CARNES

LÁCTEOS

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

ENLATADOS

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

Luego del trabajo de los participantes, resulta conveniente cerrar el encuentro con las imágenes del diálogo con la nutricionista referido a las recomendaciones acerca de la manipulación y preparación de los alimentos.

Diálogo con la especialista Alicia Lopresti



**Daniela
Fernández:**

Viste que una de las mamás decía que uno pensaba que cocinando mucho las verduras era mejor y ahora sabemos que no, porque se pierden nutrientes. ¿Qué cosas tenemos que aprender para comer mejor? ¿Se puede aprender a comer mejor?

Alicia Lopresti:

En general las familias saben cómo comer, pero sí podemos hacer algunas recomendaciones para mejorar eso, para optimizarlo, y las formas de cocción es interesante tenerlas claras. Podemos, por ejemplo, como decía esta señora, hervir la acelga en poca agua o arriba del colador y el colador dentro de la cacerola, con agua. Fantástico.

Así, mantenemos mejor los nutrientes que tiene. No destruimos tanto las fibras, que también ayudan para la función intestinal. Por lo tanto es una forma mejor de cocinarlo. También hirviendo algunos vegetales que tienen cáscara, con su cáscara después de lavados. Si vos hervís una papa con cáscara, cuando la pelás vas a ver que no es tan blanca como cuando la hervís en agua, es amarilla y eso es porque tiene sales minerales que las resguardan por no estar cortada y por estar con cáscara.

¿Y cuál es la importancia de la higiene y conservación de los alimentos?

Evitar las enfermedades transmitidas por alimentos. Las mamás nos planteaban el cuidado personal, el lavado de uñas, la higiene personal que es muy importante. No toser, no fumar, el cabello. Hablaron también de la higiene de la planta física, pequeña o grande, lo que tengamos. La mesita, el piso, la higiene de los equipamientos. De lo que usamos nosotros para cocinar, los cubiertos, las cucharas.

No podríamos pensar en usar un cuchillo para cortar alimentos ya cocidos, para cortar alimentos crudos, porque puede contaminar al que ya está listo para comer. O sea, que si tenemos un solo cuchillo, lo lavamos, pero no usarlo indiscriminadamente.

No mezclar en una tabla alimentos crudos y cocidos, eso es muy importante para evitar enfermedades transmitidas por alimentos.

El momento de la comida

¿Cómo es el momento de la comida en sus familias?

Imágenes



La familia de Margarita comparte la mesa con sus vecinos.

Actividades sugeridas

Sobre la base de lo observado en esta escena, ¿qué opinan acerca de los siguientes temas?

1. Los chicos son los encargados de poner la mesa.

¿Qué tipo de tareas pueden ser realizadas por los chicos dentro de una familia? ¿Por qué?
¿Creen que es conveniente que los chicos colaboren en las tareas de la casa? ¿Por qué?

2. Los chicos beben agua durante la comida y la panera está al alcance de todos.

¿En sus casas también ponen el pan y el agua para usarse durante la comida?
¿Les parece bien que los chicos empiecen comiendo pan y tomando agua?
¿Qué lugar ocupa el adulto en la formación de hábitos alimenticios?

3. Magalí come en un momento con cuchara grande y en otro momento con la mano.

¿Qué les parece lo que se ve en el video? ¿Qué experiencia tienen en relación a un niño que empieza a comer solo?

Para pensar juntos

Magalí está aprendiendo a comer sola. Está creciendo y en ese camino explora los sabores, las temperaturas, los olores y las texturas de los alimentos. También prueba las herramientas más adecuadas para poder comerlos. A veces come con la mano y a veces se anima con la cuchara. Con una cuchara chica, adecuada al tamaño de su boca, le resultaría más fácil aprender.



¡Llegaron los postres!

Imágenes



Margarita, con sus vecinos Francisco Rivero y Valentina Da Rosa, conversan sobre las golosinas y los alimentos dulces que piden los chicos. Entre las cosas dulces que preparan para ellos, nombran el arroz con leche, licuados, jugos y golosinas caseras.

Actividades sugeridas

¿Es necesario incorporar azúcar en la dieta de los chicos?
¿Por qué?
¿Preparan ustedes alimentos dulces para sus hijos?
¿Cuáles?

Seguramente entre las preparaciones nombradas se han encontrado con alguna que les resultó novedosa, fácil, económica y sin duda, muy sabrosa. Les proponemos que armen un recetario de postres y "golosinas nutritivas" para compartir.

¿Recuerdan alguna comida que les gustaba mucho cuando eran pequeños?
¿Quién se las preparaba?



¡Y después de todas las comidas, especialmente de los dulces, recuerden que es muy importante lavarse los dientes para evitar las caries!

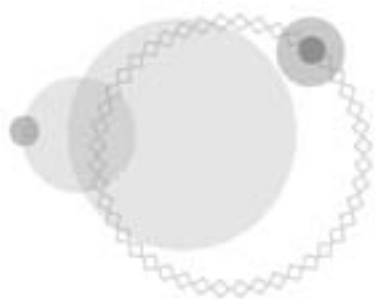
Información para utilizar en la planificación de las actividades

La alimentación

Desde el comienzo de la vida, alimentación y afecto van juntos. Cuando la madre amamanta a su hijo, no sólo está ofreciendo alimento. El contacto con la piel, el calor de su cuerpo, las caricias, la mirada, la palabra, ofertan seguridad, contención y una cantidad de vivencias que de a poco le van a permitir comprender y darle sentido al mundo. Esta relación en torno a la alimentación se inicia en el momento del nacimiento y deja huellas, al igual que las diversas experiencias durante los primeros años de vida.

El tipo de alimentos que consumimos, su preparación y la organización de las comidas son parte de lo que somos como sujetos, son parte de nuestra historia, de nuestra identidad, de nuestra pertenencia cultural.

Por diferentes motivos la alimentación, a veces, no es la más adecuada. En esto pueden incidir las dificultades económicas, las costumbres, los gustos, las creencias individuales y sociales. Aun así, casi siempre es posible mejorar lo que se consume para estar más saludables.



Antes del primer año

- Durante los primeros 6 meses de vida, el bebé sólo necesita ser alimentado con leche materna. No hay que darle agua, tés, ni jugos. La leche de la madre es el alimento más completo, ya que le brinda los nutrientes y la protección que requiere el pequeño para crecer y desarrollarse saludablemente. Así, es la mamá quien le transmite al bebé sustancias que lo protegen de las enfermedades más comunes. Pero además, el contacto con su piel, el calor que le transmite, su manera de sostenerlo, sus caricias, su mirada, sonrisa y palabras, le brindan la seguridad y el amor que favorecen el intercambio. De esta manera se establece una fuerte relación afectiva de gran importancia para el desarrollo saludable del niño. Al amamantar, madre e hijo construyen un lazo único, un fuerte vínculo amoroso.

El padre, o quien desempeñe esa función, podrá ayudar, contener y acompañar a la mamá para que se sienta tranquila y sostenida. Es muy importante tratar de lograr tanto para la madre como para el hijo que el momento de dar la teta sea placentero para ambos y, en lo posible, libre de exigencias y tensiones.

Si por algún motivo esta posibilidad se complica, además de consultar con el pediatra o con el equipo de salud, es conveniente pedir ayuda a otras madres o contactarse con algún grupo que pueda transmitir su experiencia sobre este tema.

- A partir de los 6 meses, además de la leche materna, el bebé necesita comenzar a incorporar otros alimentos.

Si por alguna razón la madre no puede o no quiere amamantar a su bebé, es necesario consultar con el equipo de salud acerca de la forma de alimentación más conveniente para que el bebé crezca saludable.

Daniela Fernández:

Cuando los chicos empiezan a comer comidas, ¿es necesario seguir dándoles la teta? ¿Por qué?

Alicia Lopresti:

La recomendación es teta exclusiva hasta los 6 meses. Cuando empezamos a darle comida a los niños, debemos darles porciones pequeñas. Empezamos con una comida y siempre el postre tiene que ser la teta. Inclusive las recomendaciones actuales hablan de la teta hasta los 2 años, pero no exclusiva. Es muy importante la incorporación de alimentos.

El aceite siempre en los purés. Carne para evitar las anemias, pequeñas cantidades. Una cuchara, dos cucharas de carne picada molida, los purés, las frutas.

¿Y por qué hay que seguir dándole la teta?

Porque tiene una composición ideal para la edad de ese niño, tiene todos los elementos para prevenir enfermedades y además es un contacto con la madre higiénico, económico y muy saludable.

Alicia Lopresti
recomienda



¿Qué alimentos hay que incorporar?

De acuerdo con la edad, se van agregando los siguientes:

A partir de los 6 meses:

- frutas bien maduras pisadas, ralladas o en compota
- jugo de naranja o mandarina colado y diluido en agua
- zapallo, zanahoria, papa o batata en puré con aceite o manteca
- yema de huevo bien cocida y picada
- maicena, polenta y arroz blanco bien cocido
- carnes rojas, pollo sin piel o hígado bien cocido y cortado chiquito o rallado
- morcilla sin partes duras

De los 7 a los 8 meses:

- fideos finos, sémola, harina de trigo, avena y cebada
- pan, bizcochos y galletitas de agua
- yogur, que puede ser casero, queso fresco, gelatina con leche
- acelga, espinaca cocida y pulpa de zapallitos

De los 9 a los 12 meses:

- remolacha cocida, tomate sin piel y choclo pisado
- queso rallado
- dulce de batata y membrillo
- todas las frutas en trocitos.
- huevo entero, bien cocido y picado o en preparaciones
- pastas rellenas y guisos con pocos condimentos
- pescados, cuidando muy bien de retirarles las espinas



No es necesario poner sal a las comidas del niño, ya que los alimentos la contienen en cantidades suficientes.

Durante el primer año de vida evitar:

- fiambres, hamburguesas, salchichas y otros embutidos
- salsas muy elaboradas (caldos en cubitos, sopas de sobre)
- comidas muy condimentadas y picantes
- té de yuyos
- miel
- soja o preparados con soja (hasta cumplir los dos años)
- gaseosas o jugos artificiales
- productos salados tipo copefín como chizitos, papas fritas
- alimentos fritos todos los días (sólo hasta 2 veces por semana)
- postres lácteos comprados (son mejores los caseros, que no tienen conservantes)
- golosinas

Probar y acostumbrarse a los nuevos sabores

Incorporar nuevos alimentos lleva tiempo. Por lo general a los bebés les cuesta aceptar sabores y texturas desconocidos. Por eso hay que darles pequeñas cantidades sin forzarlos, con mucha paciencia y cariño.

Si al principio rechazan algún alimento, no importa. Se lo pueden ofrecer nuevamente más adelante.

Durante los primeros dos años necesitan la presencia y atención de un adulto responsable que los ayude, acompañe y asegure su adecuada alimentación. Una actitud positiva hacia el niño favorecerá una adecuada nutrición.

Alicia Lopresti recomienda:



Daniela Fernández:

Sabemos que los chicos tienen que ir incorporando alimentos de a poquito. No podemos darle un guiso de repente. ¿Cómo es esto? ¿Por qué no podemos?

Alicia Lopresti:

Porque su organismo no está preparado todavía para digerir todos los nutrientes y las formas de preparación más complejas. Entonces, es un aprendizaje: tiene que ser de a poco. Es un gran aprendizaje de la vida. Ir conociendo sabores, ir conociendo texturas, inclusive poderlos dejar que toquen, huelan, y miren los alimentos nuevos. No mezclarlos todos. Las consistencias tienen que evolucionar de purés y papillas a sólidos, por lo tanto es un trabajo y un proceso lento, que es la forma de ir creciendo y desarrollándose.

Comer bien, comer variado

A partir del año, los niños pueden comer los mismos alimentos que el resto de la familia y además compartir la mesa con todos.

Una alimentación equilibrada requiere la incorporación de los 6 grupos de alimentos:

1. Cereales:

(arroz, avena, cebada, maíz, trigo), sus derivados (harinas y productos elaborados con ellas: fideos, pan, galletas, etc.) y legumbres secas (arvejas, garbanzos, lentejas, porotos, soja). Son fuente principal de hidratos de carbono y fibra.

2. Verduras y frutas:

son fuente principal de vitaminas (C, A y otras), de fibras y de sustancias minerales, por ejemplo potasio, magnesio, etc.

3. Leche, yogur y queso:

nos ofrecen proteínas completas de muy alto valor y son fuente principal de calcio.

4. Carnes y huevos:

nos ofrecen las mejores proteínas y las carnes son fuente principal de hierro.

5. Aceites, frutas secas, semillas y grasas:

son fuente principal de energía y de vitamina E. Los aceites son indispensables para nuestra vida. La grasa de origen animal no lo es.

6. Azúcar y dulces:

dan energía y son agradables por su sabor, pero no nos ofrecen sustancias nutritivas indispensables.

El momento de la comida

Las comidas pueden ser una ocasión para el encuentro y el intercambio. Se favorece el desarrollo si durante esos momentos los niños y las niñas son respetados, tenidos en cuenta, se les tiene paciencia, se les explica, se responde a sus preguntas, se les brinda la posibilidad de probar, hacer por sí mismos y equivocarse.

Al compartir la mesa, los niños aprenden costumbres, tradiciones, creencias y hábitos alimentarios de su familia

Los chicos pueden participar activamente de los tiempos y espacios que implican alguna organización familiar en relación con la comida. Se pueden dividir algunas tareas para que el trabajo no recaiga en una sola persona. En ese sentido y dependiendo de la edad de los chicos, pueden ayudar a poner el mantel, llevar algunos cubiertos, las servilletas, el pan, algún elemento de plástico, etc. Además de posibilitar a los niños ampliar su desarrollo y fortalecer su autoestima, la distribución de actividades predispone mejor a los adultos para atender las necesidades de los pequeños.



La importancia de las rutinas

Es bueno establecer cierta regularidad en los horarios y en la organización vinculada con la preparación y el momento de la comida.

¿Por qué?

Cuando los chicos son chiquitos, las rutinas los ayudan a comprender y organizar el mundo, les dan seguridad porque les permiten anticipar qué es lo que va a venir, qué es lo que va a pasar. La capacidad de esperar no se aprende por decreto, se construye sobre la base de la confianza en la persona que brinda los cuidados. Si los chicos sienten que los adultos satisfacen sus necesidades, se establece un vínculo de confianza. Si cuando el bebé tiene hambre, hay un mayor que tiene la comida lista, a medida que vaya creciendo va a poder ir ampliando progresivamente su posibilidad de esperar.

¿Cuándo pueden empezar a comer solos?

Por lo general son los mismos chicos los que manifiestan la iniciativa de empezar a hacer las cosas por sí mismos. Quieren agarrar la cuchara, el vaso, usar la servilleta, etc.

¿Cómo ayudarlos en este proceso de aprendizaje?



Es importante acompañarlos simplificándoles las tareas para que puedan solos:

- Utilizar una cuchara pequeña y fácil de agarrar que el niño o la niña pueda meterse en la boca. Por lo general, una cuchara grande lleva a que toda la comida termine en el piso.
- Siempre que el niño o la niña lo requieran, se pueden utilizar 2 cucharas: una para que el chico intente aprender a usarla y otra para que el adulto asegure la alimentación sin coartarle la iniciativa.
- Servirle porciones reducidas.
- Cortar trozos pequeños que pueda tragar con facilidad.
- Servirle poca agua para que aprenda a controlar el manejo del vaso.

Para aprender a comer solos es importante brindarles seguridad, tenerles paciencia, dejarlos probar y equivocarse. Recuerden que como en todos los aspectos de la vida de los niños, es fundamental apoyarlos y alentarlos en sus logros, alegrarse por lo que pueden hacer y no enojarse o retarlos por lo que no saben o aún les resulta difícil. Lograr nuevos aprendizajes requiere del acompañamiento y valoración de los adultos.

Los hábitos también se aprenden: a medida que los chicos van creciendo y se van desarrollando, están en condiciones de realizar progresivamente nuevos aprendizajes en relación con el momento de la comida. Si se tienen en cuenta la edad, las características particulares de cada chico y la organización familiar, de a poco van a lograr sentarse a la mesa junto con el resto de la familia. También van a poder esperar que todos terminen de comer, aprender a comer sano y variado, y regularizar los horarios de las comidas.



Estrategias para facilitar el acceso a los alimentos

Una de las propuestas incluidas en el video es la puesta en marcha de huertas familiares o comunitarias. Si en el trabajo grupal surgió interés en esta idea, podría avanzarse en un proyecto, a partir de la reflexión:

- qué sería necesario para llevar adelante la idea
- qué dificultades ven para concretar el proyecto
- cómo podrían superarse
- quiénes participarían
- dónde podría instalarse la huerta
- cómo obtener recursos (herramientas, semillas, etc.)

Pensar entre todos alternativas a las limitaciones que surjan. Por ejemplo, ante la falta de terreno:

- Trabajar varias familias en un terreno y compartir las cosechas.

- Localizar al dueño de algún terreno baldío en la zona, pedirle que lo preste para armar la huerta y ofrecerle productos a cambio.

- Solicitar a la municipalidad el permiso necesario para utilizar un terreno fiscal.



Otra alternativa que puede aparecer es la organización de compras comunitarias. En ese caso, también se sugiere intercambiar ideas acerca de los aspectos para tener en cuenta y las dificultades que pueden presentarse en una propuesta de este tipo. Por ejemplo:

- qué elementos se requieren
- qué obstáculos pueden presentarse
- quiénes participarían
- dónde se podrían hacer las compras (¿Hay en el barrio algún mayorista de productos de almacén, un mercado central de frutas y verduras, granjas, frigoríficos, huertas, quintas, etc.?)
- qué alimentos se comprarían
- cuál sería el costo por familia
- qué ahorro significaría
- cómo se administraría el dinero
- qué registros se llevarían
- cómo se repartiría la compra

Para saber más...

Sitios de interés vinculados con el tema:

http://www.desarrollosocial.gov.ar/tren_social.asp

<http://www.desarrollosocial.gov.ar/Planes/PA/calabaza.asp>

http://www.msal.gov.ar/hm/Site/promin/UCMISALUD/publicaciones/pdf/PDF_Padres_baja.pdf

http://www.sap.org.ar/staticfiles/publicaciones/ediciones/alim_0a2.pdf

http://www.infanciaenred.org.ar/educrianza/2006_12/temario/02.asp



Se pueden consultar los siguientes textos:

- Educando a los más chicos. "Alimentarse es más que comer", *Cuadernos para familias N° 6* y "El momento de la comida", *Cuadernos para familias N° 7*. Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología de la Nación, Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación, Ministerio de Desarrollo social de la Nación.
- *Guías Alimentarias para la Población Infantil. Orientaciones para padres y cuidadores*. Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación.
- *Guías Alimentarias para la Población Argentina. Manual de Multiplicadores*. Bs. As., 2002.
- "Comer Juntos. Alimentar, acompañar, nutrir...", *Colección Cuadernos de trabajo*. Bs. As., Ministerio de Desarrollo Social de la Nación y UNICEF, 2005.

Cine para pensar

- **La fiesta de Babbete**, dirigida por Gabriel Axel. Dinamarca, 1987.
- **Como agua para chocolate**, dirigida por Alfonso Arau. España, 1992.
- **Chocolate**, dirigida por Lasse Hallström. Estados Unidos, 2000.
- **La sal de la vida**, dirigida por Tassos Boulmetis. Grecia, 2003.