

PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA EDUCACIÓN PREESCOLAR AYUDEMOS A LOS NIÑOS A CRECER FUERTES

HEALTH PROMOTION IN PRESCHOOL EDUCATION LET'S HELP CHILDREN GROW STRONG

María Antonella Briceño Piccioni
antonellabriceno@gmail.com
Tesista para optar al título
Licenciada en Educación Peescolar
Facultad de Humanidades y Educación
Universidad de Los Andes
Mérida edo. Mérida

Mery López de Cordero
mmlmdc@gmail.com
Código ORCID: 0000-0002-1220-0427
Facultad de Humanidades y Educación
Universidad de Los Andes
Mérida edo. Mérida

Recepción: 08-02-2024
Aceptación: 1-03-2024

RESUMEN

El siguiente artículo aborda la importancia de la salud infantil en el bienestar de los niños, enfocándose en el papel crucial de la educación preescolar en la promoción de hábitos saludables, resaltando aspectos como alimentación saludable, prevención de enfermedades, seguridad personal y educación en emergencias. Se analiza el rol fundamental de los docentes en la promoción de la salud, junto con estrategias pedagógicas y el uso del juego como recurso efectivo en la promoción de la salud. El artículo busca proporcionar un marco integral para el diseño de programas de promoción de la salud en entornos educativos preescolares, con el objetivo de contribuir al desarrollo pleno y saludable de los niños en sus primeros años de vida.

Palabras claves: Promoción de la Salud, Salud, Educación Preescolar, Promoción de la salud en la educación preescolar.

SUMMARY

The following article addresses the importance of child health in the well-being of children, focusing on the crucial role of preschool education in promoting healthy habits, highlighting aspects such as healthy eating, disease prevention, personal safety, and emergency education. The fundamental role of teachers in health promotion is examined along with pedagogical strategies and the use of play as an effective resource in health promotion. The article aims to provide a comprehensive framework for designing health promotion programs in preschool educational settings, with the goal of contributing to the full and healthy development of children in their early years of life.

Key words: Health Promotion, Health, Preschool Education, Health promotion in preschool education.

INTRODUCCIÓN

En el contexto de la educación preescolar, la promoción de la salud se reconoce como un elemento crucial para el crecimiento y desarrollo integral de los niños. Sin embargo, esta labor va más allá de simplemente transmitir conocimientos sobre hábitos saludables; requiere de un enfoque que reconozca la salud como un derecho de cada individuo, especialmente de los niños. Este artículo examina varios aspectos vinculados a la promoción de la salud en el ámbito de la educación preescolar, abordando tanto aspectos teóricos como aplicados, dirigido especialmente a las educadoras de este nivel educativo.

Este artículo comienza con el concepto de promoción de la salud, destacando su carácter preventivo y su enfoque en el empoderamiento de las personas para tomar decisiones saludables. Se explora cómo la promoción de la salud se entrelaza con la educación preescolar, subrayando la importancia de integrar prácticas de cuidado y prevención desde los primeros años de vida.

También se analiza el rol crucial de la educación para la salud como elemento fundamental de la promoción de la salud en la etapa preescolar. Se identifican los principales temas y áreas de intervención que deberían contemplarse en los programas educativos, desde la alimentación saludable hasta la prevención de lesiones y el uso adecuado de sustancias nocivas.

Asimismo, se aborda la importancia de promover hábitos saludables y brindar una atención integral que favorezca su bienestar físico, emocional y social. Se exploran las estrategias para la enseñanza de educación para la salud en la etapa preescolar, reconociendo el juego como un recurso pedagógico fundamental para transmitir conocimientos y promover comportamientos saludables de manera lúdica.

Además, es importante mencionar que este artículo se presenta como una herramienta de reflexión y acción para las docentes de preescolar, con la finalidad de contribuir a su formación integral y proporcionarles recursos y orientaciones para promover la salud y el bienestar de sus alumnos. Cabe destacar que este artículo tiene como objetivo cumplir con el trabajo final del grado para obtener el título correspondiente a la Licenciatura en Educación, mención Educación Preescolar, y su contenido se orienta hacia la investigación y reflexión crítica en torno a la promoción de la salud en la educación preescolar.

LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LOS ESPACIOS ESCOLARES

La promoción de la salud, es una práctica que está destinada a mejorar el bienestar físico y psicológico de una persona, grupo de personas o comunidades, teniendo como uno de sus principales enfoques el prevenir problemas de salud antes de que ocurran, a través de acciones que comprendan entre muchas otras, el promover comportamientos de vida saludables, fomentar controles periódicos médicos e implementar aquellas medidas que reduzcan los factores de riesgo de enfermedades.

Requiere de la implementación de diversas estrategias como la creación de planes, programas o campañas de prevención, a corto y largo plazo. Implica la colaboración entre gobiernos, especialmente aquellos miembros de la Organización Mundial de la Salud (desde ahora OMS), entre individuos, comunidades, profesionales de la salud, educadores de todas las etapas, de diversas organizaciones, y de todos aquellos que juegan un papel esencial en el mantenimiento de la salud, en particular la de

los niños. Además, la promoción para la salud reconoce la importancia de integrar la educación para la salud en los currículos escolares y en las prácticas educativas cotidianas, no solo como una materia aparte, sino como un enfoque integral entre todas las áreas de estudio y actividades escolares.

EDUCACIÓN Y SALUD

La educación proporciona conocimientos sobre riesgos de salud y enfermedades, formando a las personas en los saberes necesarios para adoptar estilos de vida apropiados para prevenir enfermedades. Los beneficios para la salud, si existe una adecuada educación, se observan en el desarrollo de habilidades y buenos hábitos para el mantenimiento de la salud, en otras palabras, tiene un efecto sobre la prevención y el comportamiento saludable a lo largo de la vida.

La educación, en este aspecto, se concentra en el desarrollo de habilidades y la transmisión de conocimientos y actitudes relacionados con la salud, haciendo a las personas más capaces de entender sus necesidades de salud y ayudándolos a la toma de decisiones en cuanto a la misma y a mejorar sus comportamientos. De modo que la educación tiene el potencial para mejorar la salud, proporcionar bienestar y una mejor calidad de vida; es la base fundamental para enseñar comportamientos y prevenir o retrasar la aparición enfermedades prevenibles y lesiones; por esto su relación con aspectos fundamentales de la vida.

La educación para la salud es un componente de la promoción de la salud, ya que es el proceso por el cual las personas aprenden sobre aquellos factores que contribuyen con el fomento, el mantenimiento o la recuperación de su salud, teniendo por objeto mejorar el acceso a la información para dar a las personas un mayor control sobre su salud y bienestar. El concepto se ocupa no sólo de la difusión de los temas de salud, sino también busca impartir habilidades y conocimientos para la seguridad de la vida y sobre cómo prevenir enfermedades. Según la OPS (2022):

La educación orientada a la salud implica generar intencionalmente situaciones de enseñanza mediante una comunicación diseñada para fortalecer las competencias en salud, abarcando el enriquecimiento del saber y la transferencia de conocimientos prácticos que fomentan el bienestar tanto a nivel individual como comunitario. (p. xii)

El objetivo es suscitar la adquisición de conocimientos para el desarrollo de las habilidades necesarias para una vida saludable por medio de la integración de la educación y la promoción de la salud en las instituciones educativas y en los currículos escolares, como base para el aprendizaje y para la adquisición de capacidades durante la escolarización, puesto que sólo en el ámbito escolar se tiene la oportunidad de tener un público al que se le pueda transmitir conocimientos de la manera apropiada.

Tal como menciona la UNESCO en la Estrategia de la UNESCO sobre educación para la salud y el bienestar (2017) “Una educación de calidad es el cimiento de la salud y el bienestar. Para llevar una vida productiva y saludable cada individuo debe poseer los conocimientos necesarios para la prevención de enfermedades y patologías”. (p. 1). La educación tiene como objetivo, promover el desarrollo integral de niños, facilitando el despliegue de sus capacidades; en consecuencia, debe asumir un proceso educativo integral en el cual, por una parte, atiende los aprendizajes y el desarrollo de lo lúdico, cognitivo, lingüístico, motriz, afectivo y social; pero también debe preocuparse por la satisfacción de las necesidades corporales y los aspectos que se refieren a la salud, la higiene y la alimentación.

PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EDUCACIÓN PREESCOLAR

La educación preescolar atiende a niños con edades comprendidas entre 3 a 6 años o hasta su ingreso en la Educación Primaria; busca favorecer el proceso de construcción del conocimiento para que los niños desarrollen habilidades que les permitan una mayor autonomía personal y desarrollar conocimientos sobre diferentes aspectos de la cultura y la sociedad en la que se encuentran, teniendo en cuenta que el crecimiento y el desarrollo obedecen a aspectos genéticos, biológicos, ambientales que influyen e interactúan con ellos.

La promoción para la salud, en las aulas de educación preescolar consiste en difundir información sobre enfermedades y sus tratamientos de una manera instructiva, propiciando el aprendizaje de contenidos referentes a hábitos saludables, de aspectos relacionados con las lesiones y su prevención, así como también de actitudes y situaciones que pueden afectar el bienestar integral de los niños. De la misma manera, involucra todos aquellos esfuerzos e iniciativas que son llevadas a cabo para promover el bienestar físico, mental y social de los niños, dentro de una institución educativa. Es decir, los programas de salud escolar tienen como objetivo crear un ambiente de apoyo para el aprendizaje de la salud y que al mismo tiempo aborde las principales necesidades de salud de los niños de esa comunidad escolar.

La promoción de la salud en la educación, apunta al bienestar de los niños a través del incremento del nivel de salud de la población estudiantil para la reducción de la enfermedad. Resalta la necesidad de realizar una educación sobre salud lo más temprana posible, que no incluya solamente peligros, sino que sea integral, es decir, que provoque cambios en ellos, en cuanto a su opinión y actitudes.

PROGRAMAS DE SALUD EN EDUCACIÓN PREESCOLAR

Una manera de poder lograr los objetivos de la promoción de la salud en preescolar es a través de los programas de salud, ya que los mismos constituyen una estrategia clave para prevenir riesgos significativos para la salud. Como explican de Lama y Fernández (1992), "Un Programa de Salud (PS) es un conjunto de acciones protocolizadas que tienen por finalidad promocionar la salud en un grupo de población (...)" (p.39) Los programas de salud en el aula de preescolar son un marco para evaluar necesidades y comenzar un proceso hacia una mejor salud para los niños. Ese programa, establece acciones en las que los docentes actúan para proporcionar un conjunto de estrategias y actividades para desarrollar la adquisición de autonomía en temas importantes que enriquezcan el estado de salud y, por consiguiente, alcanzar una mejor calidad de vida.

El objetivo es crear una conciencia en cuanto a la salud, logrando cambios en las actitudes para que exista un disfrute óptimo de la misma, a través de la incorporación de hábitos, habilidades, destrezas, actitudes y valores, siendo muchas veces necesario crear cambios en el comportamiento de los niños, para que puedan tanto mejorarla como mantenerla.

Los cambios en el estilo de vida de los niños pueden darse a través de una combinación de experiencias de aprendizaje que aumenten los conocimientos, la motivación y desarrollen habilidades y, lo más importante, que a través de la promoción de hábitos saludables se puede evitar el consumo de sustancias tóxicas para salud, la propagación de enfermedades transmisibles, entre otros,

evitándose de esta forma todas aquellas situaciones que producen las enfermedades que podrían prevenirse fácilmente.

Para poder lograr lo anteriormente señalado, Rodríguez, (1987) menciona, “Los objetivos de educación para la salud dirigidos a los niños deben incluir el entendimiento de las amenazas a corto plazo para su salud y supervivencia, tales como las infecciones, accidentes, enfermedades venéreas, alcoholismo y contaminación ambiental” (p.19) Para esto, en la etapa preescolar, el contenido que se presenta referente a la salud, debe propiciar el desarrollo de habilidades y competencias que les permita a los niños la conformación de hábitos saludables, tomando en consideración una serie de aspectos que involucran las características específicas del niño de esta etapa. Entre ellas, la presentación de un programa organizado y consecutivo, donde todos los temas necesarios a ser presentados y las situaciones de aprendizaje se desarrollen, siguiendo un orden.

Sobre esto, Brown, (2002), señala:

Los programas que tienen más éxito con los niños de escuela infantil tal como fueron desarrollados por M. Montessori, son aquellos que desarrollan un currículum que es tanto ordenado como secuencial. ...existen pruebas de que el aprendizaje programado ha tenido éxito en adultos tanto para los adultos como para los niños, y especialmente para éstos, la mejor manera de aprender es con un currículum secuenciado (p.12).

Los programas de la salud en el preescolar deben asegurarse de que los niños crezcan y se desarrollen en entornos que promuevan su bienestar integral desde los primeros años de su educación formal, presentando actividades acordes a su desarrollo evolutivo, que sean además ordenados y que, por el estado de vulnerabilidad de los niños, se desarrollen preferiblemente en colaboración entre educadores, profesionales de la salud y padres.

¿QUÉ DEBERÍA CONTENER UN PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD EN PREESCOLAR?

Tomando en consideración todo lo anteriormente señalado, se establece cuáles deberían ser los temas necesarios y más importantes que se deben presentar en la etapa preescolar, que representan las bases de la promoción de salud y que, además, resultarían determinantes para lo que podría ser la actitud futura de los niños hacia la salud:

HÁBITOS SALUDABLES

Los hábitos son rutinas, que se aprenden principalmente en la primera infancia y que se repiten a lo largo de la vida como un mecanismo estable. “Los hábitos son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales y que durante la infancia contribuyen a un desarrollo y crecimiento óptimo, así como una maduración biopsicosocial” (Macías, Gordillo p.12). En su mayoría, los hábitos son, de alguna manera, culturales y son construidos en cada aula de preescolar en relación con las necesidades y realidades del grupo de niños. En las aulas, se enseñan y se practican de formas diferentes, y la idea es que a través de actividades sencillas se favorezcan, mejoren o profundicen sin que sean enseñados de manera monótona y arbitraria, ya que podría ser contraproducente para los niños.

Alimentación saludable

Los niños en edad preescolar tienen necesidades nutricionales específicas que son cruciales para su crecimiento, desarrollo y bienestar general. Estas necesidades alimenticias son satisfechas a lo largo de la vida a través del establecimiento de hábitos alimentarios saludables.

Varios expertos en el área de la puericultura y de la nutrición infantil han encontrado que una alimentación saludable durante la primera infancia es vital para favorecer el crecimiento, la actividad física y cognitiva y el desarrollo de los tejidos y órganos del cuerpo (Macias et al. 2005). Los niños en edad preescolar necesitan una cantidad suficiente de proteínas para el desarrollo muscular, la función inmune y el mantenimiento general de su cuerpo. Los carbohidratos proporcionan una fuente primaria de energía, por lo que es necesario el consumo de cereales integrales, las frutas, las verduras, además las legumbres son fuentes saludables de carbohidratos que también ofrecen vitaminas y minerales esenciales. Las grasas saludables son cruciales para el desarrollo del cerebro y la absorción de vitaminas. Los niños deben consumir además grasas como aguacates, nueces y semillas. El calcio es esencial para el desarrollo de huesos y dientes fuertes. Los productos lácteos, las leches vegetales fortificadas y las verduras de hojas verdes son buenas fuentes de calcio. El hierro es necesario para la formación de glóbulos rojos y la prevención de la anemia por deficiencia de hierro. Por lo que es importante consumir alimentos ricos en hierro como carnes magras, aves, pescado, cereales fortificados y legumbres (Ramírez et al. 2005).

Cada país, por medio de sus ministerios de salud y dietética, presenta una herramienta visual de salud pública que es utilizada por las organizaciones de salud o las instituciones educativas para promover hábitos alimenticios saludables, en la que se enfatiza la importancia de los diversos grupos de alimentos y el control de las porciones. Y aunque no es necesaria la utilización de esta herramienta en preescolar, sí es importante tener una representación visual de una dieta equilibrada y saludable para presentar a los niños, con el objetivo de ilustrar las proporciones de los diferentes grupos de alimentos que deben estar presentes en una dieta diaria.

Como docentes debemos enfocarnos en crear un ambiente positivo en nuestras aulas de preescolar a la hora de comer, que fomente la exploración de diferentes alimentos. Debemos ayudar a modelar conductas alimentarias saludables e involucrar a los niños en actividades relacionadas con la alimentación apropiada para su edad, enmarcando la alimentación saludable como un aspecto positivo y agradable de la vida diaria para que no cause rechazo.

Actividad física y ejercicios motores

La promoción de la salud involucra muchos aspectos de la vida que se deben considerar en las aulas de preescolar, pero, el caso específico de la actividad física es importante porque incorpora el juego, las actividades sociales al aire libre y los ejercicios. El ejercicio es una herramienta muy importante para el desarrollo del niño, ya que el mismo se considera un medio de exploración en cuanto a lo cognitivo, de interacción social, de expresión emocional y de salud física. En cuanto a la salud, la práctica regular de la actividad física desde la infancia ayuda al fomento de este hábito, y a que los niños aprendan desde temprana edad la importancia que tiene para la salud el mantener un estilo de vida activo y a cuidar su cuerpo, para reducir el riesgo de desarrollar ciertas enfermedades crónicas en un futuro. Además, ayuda al desarrollo de su cuerpo, a fortalecerlo, ayuda a promover la coordinación motora, aspecto importante durante las primeras etapas del desarrollo infantil, así como a la estimulación de sus sentidos.

Aseo e higiene personal

La higiene se refiere al conjunto de prácticas de aseo, pulcritud, cuidado y limpieza que se llevan a cabo para la conservación de salud. Estas prácticas implican el cuidado de la piel, oídos, lavado de manos, control de esfínteres e higiene bucal dental. La higiene personal se considera uno de los hábitos saludables fundamentales que los niños deben aprender desde una edad temprana, ya que juega un papel muy importante en el mantenimiento de su salud a lo largo de su vida. Muchas enfermedades que en el caso de los niños pueden ser mortales, como es el caso de la diarrea, pueden ser prevenibles solo con el adecuado lavado de manos.

Los niños en edad temprana son vulnerables al abandono de las prácticas de higiene personal debido a su naturaleza. Los malos hábitos higiénicos en edades escolares se deben a la falta de conciencia sobre los beneficios que las prácticas de cuidado y limpieza personal tienen para la salud de las personas.

La higiene personal tiene dos aspectos, el personal y el ambiental. El objetivo de los planes de salud en las aulas de preescolar es promover los estándares de limpieza personal, que se deben llevar a cabo diariamente, en diferentes oportunidades durante el día y bajo condiciones que no sean monótonas o carentes de sentido para los niños, sino creando actividades interesantes que enfatizan la importancia de los hábitos de higiene personal, incluido el lavado de manos, el cuidado bucal y la limpieza general, estableciendo además rutinas para las prácticas de higiene durante las horas escolares. En el aula de preescolar también se debe crear un ambiente de apoyo donde los niños se sientan cómodos hablando sobre higiene.

Los docentes de preescolar siempre deben recordar que las prácticas de higiene son habilidades para la vida y, por su importancia, debemos enmarcar la educación en cuanto a higiene como un proceso de desarrollo de habilidades, tal como otras habilidades necesarias durante el desarrollo de los niños. Lo importante es animar a los niños a seguir sus rutinas de higiene y a que entiendan que la limpieza es parte fundamental de nuestro bienestar y, aunque los niños en edad preescolar no comprenden completamente las conexiones entre la enfermedad y estos hábitos, debemos siempre tener presentes cuáles conocimientos errados sobre salud y malas prácticas de higiene personal contribuyen a las morbilidades de enfermedades como diarrea, infestación por lombrices o piojos, infecciones, entre otras enfermedades.

ENFERMEDADES

Una enfermedad es una condición patológica que se encuentra en alguna parte de nuestro cuerpo, que se puede presentar por diversas causas, y suele caracterizarse por síntomas, signos y alteraciones específicas en el funcionamiento normal del organismo (Fortuny y Gallego, 1988). Existen enfermedades que los niños son más propensos a padecer y que, en algunos casos, ocurren con cierta frecuencia. Entre ellas: gastroenteritis, varicela, resfriados, estreñimiento, alergias, infecciones, piodermatitis, parasitosis, eruptivas.

Enseñar a los niños acerca de las enfermedades, es hablar con los niños de ciencia. La ciencia nos ayuda a entender mejor el mundo que nos rodea, y en el caso de su enseñanza a niños, su contenido debe establecer una conexión entre conceptos y la aplicación práctica científica. Su enfoque no se centra principalmente en la información, y no porque no sea importante, sino porque la meta es que

los niños comiencen a comprender algunos conceptos básicos y cómo se conectan en el mundo en el que viven. Con ello se contribuye a sentar las bases de los conocimientos de salud necesarios para que cuiden y entiendan mejor de su salud, en tanto que muchas de las enfermedades más comunes en la infancia temprana son prevenibles. Además, ayudamos a que comprendan mejor lo que podría suceder en caso de contraer una de estas enfermedades.

INMUNIZACIONES Y VACUNAS

La inmunización es el proceso por el cual una persona queda protegida contra una enfermedad mediante la vacunación. La vacuna es el preparado que se utiliza para estimular la respuesta inmune de nuestro cuerpo contra las enfermedades que, durante el acto de vacunación, se administran mediante inyecciones con aguja, aunque algunas pueden administrarse por vía oral o rociarse en la nariz.

Hay numerosas enfermedades causadas por patógenos que pueden ser prevenidas a través de las inmunizaciones. Las vacunas entrenan nuestro sistema inmunológico para defenderse de invasores peligrosos y es necesario que, en las primeras edades, se cumplan con los esquemas de vacunaciones establecidos por la Organización Mundial de la Salud y los organismos médicos nacionales.

La inmunización es necesaria, pero por su misma naturaleza puede representar momentos de tensión y nerviosismo en niños de edades tempranas. Por lo que es importante hablar con los niños acerca de la importancia que tienen en nuestra vida, y de cómo preparan al cuerpo para combatir las enfermedades de manera más rápida y efectiva.

SEGURIDAD PERSONAL

La salud no sólo se refiere a la ausencia de enfermedades, sino también de heridas y de la prevención de situaciones que pongan nuestra vida en riesgo; la promoción de la salud enfatiza la importancia de adoptar medidas preventivas y promover estilos de vida saludables. Contempla además, prácticas y comportamientos destinados a minimizar los riesgos y mantener nuestro bienestar.

La edad preescolar es el momento en el que los niños comienzan a explorar el mundo que los rodea de manera más independiente. Enseñarles sobre la prevención de lesiones ayuda a crear conciencia sobre algunos de los peligros potenciales que existen; en tal sentido, también promueve comportamientos seguros en ellos, para lo cual es importante crear un entorno seguro y abierto para la comunicación, que asegure a los niños a sentirse cómodos al hablar de temas de seguridad personal.

APRENDER DE EMERGENCIAS Y PRIMEROS AUXILIOS

Ser capaz de reaccionar a situaciones de emergencia, y a cómo proporcionar primeros auxilios esenciales o buscar asistencia con prontitud es crucial para preservar nuestro bienestar. Una emergencia de salud, como un desastre natural, un brote de enfermedad o un ataque, pueden ocurrir en cualquier lugar y en cualquier momento, y los niños por su naturaleza son siempre más vulnerables que los adultos durante las emergencias.

A la mayoría de los niños se les puede enseñar a manejar los aspectos básicos de las situaciones de emergencia. El primer paso es definir qué es una emergencia real y la diferencia que existe entre un problema y una emergencia. Un problema es una situación que requiere ayuda, pero no necesariamente servicios de emergencia. Por otro lado, una emergencia implica una situación que demanda asistencia inmediata, ya sea de la policía, los bomberos o atención médica inmediata a través de paramédicos. Por las características de los niños preescolares el tema de emergencias y primeros auxilios se debe enseñar de manera práctica para desarrollar en ellos las habilidades necesarias que podrían necesitar usar en determinados momentos de emergencia. Además, es importante tener conversaciones para poder prepararlos para que puedan actuar durante los peores escenarios posibles de forma independiente y con confianza.

Entre algunos de los temas que debemos enseñar referente a las emergencias, encontramos:

- Emergencias: ¿Qué son?, ¿Cuándo?, ¿Dónde?, ¿Qué hacer?
- ¿Cómo llamar a emergencias? ¿Quiénes están para ayudarnos?
- RCP (Respiración Cardiopulmonar)
- Atragantamiento: mantener la calma, ¿qué hacer?
- Fracturas y torceduras, cortes, arañazos y abrasiones, conmociones
- ¿Qué hacer en caso de incendio?
- ¿Qué hacer en caso de sismos?
- Quemaduras: ¿qué hacer? ¿por qué nos duele tanto? ¿Cómo curarnos?
- Shock (anafiláctico): ¿qué es y qué hacer?
- Prevención de mordeduras y picaduras

CONSUMO DE SUSTANCIAS NOCIVAS Y LAS ADICCIONES

La prevención del uso de sustancias nocivas, adicciones y comportamientos relacionados en niños de edad preescolar es esencial para establecer una base sólida para su salud y bienestar a lo largo de la vida. En los planes de salud debemos introducir conceptos básicos de salud, incluyendo lecciones simples sobre el cuerpo, la importancia de una alimentación saludable y otras actividades positivas para nosotros, pero debemos incluir también conceptos sobre aquellas sustancias que causan efectos negativos en nuestra salud y que son perjudiciales para nosotros, como las sustancias que tienen propiedades adictivas, como la nicotina, el alcohol y las drogas ilícitas.

La educación y los programas de prevención de la salud juegan un papel crucial en la prevención del abuso de sustancias, al proporcionar a los niños conocimientos necesarios y desarrollar el camino para una conciencia para tomar decisiones informadas y resistir las presiones del consumo de drogas. La mejor forma es ayudando a los niños a comprender de las implicaciones que tiene en nuestro cuerpo el consumo de drogas.

Un plan de promoción de la salud en preescolar, con los temas anteriormente mencionados es una estrategia integral diseñada para promover el bienestar de los niños de preescolar, durante la escolaridad y en los años posteriores a la misma. Este plan presenta los temas en educación para la salud más importantes que se deben conocer en ésta etapa, promoviendo la actividad física, una alimentación balanceada y prácticas saludables y de prevención. Es en el preescolar, donde se establecen las bases del cuidado de la salud que se profundizará más adelante con temas más específicos. Lo principal es fomentar la conciencia sobre la importancia de la salud y capacitar a los niños para tomar decisiones informadas.

LA ENSEÑANZA SOBRE LA SALUD EN LA EDUCACIÓN PREESCOLAR

Brown (2002), plantea:

¿Cómo enseñamos a los niños? La respuesta es que en realidad no les damos clases, sino que les proporcionamos un entorno que les estimule y permita que ellos aprendan por sí mismos. Este entorno debe ser lo suficientemente rico e interrumpido como para que promueva el crecimiento y el aprendizaje (p.14).

Se trata entonces de acercar los temas a los niños de manera que tengan la oportunidad de participar en las actividades, de descubrir a través de la exploración, de observar y ordenar los aspectos que estén relacionados con su realidad, además que tengan la oportunidad de asumir tareas relacionadas y de intercambiar sus puntos de vista con el grupo de clase. El proceso de enseñanza debe propiciar oportunidades para que el niño goce de posibilidades para la expresión y movilidad corporal. En otras palabras, que tenga la capacidad de utilizar no sólo su cuerpo, sino que pueda gestualizar, que permitan y potencien en el niño la capacidad de crecer en un clima seguro, de aceptación, rico en experiencias y que alimenten la capacidad de maduración y desarrollo como ser integral.

En el nivel preescolar, la acción educativa es diferente a la que se lleva a cabo en otros niveles educativos por las características particulares de este grupo etáreo, y los objetivos que orientan dicha acción son de naturaleza muy especial. El niño que asiste al preescolar está en pleno desarrollo y se encuentra en una etapa en la que recién inicia en la comprensión de sí mismo y del mundo físico y social que lo rodea. Teniendo en cuenta estas características, los objetivos que se plantean en la etapa preescolar se orientan fundamentalmente a estimular el desarrollo de su personalidad sin exigir más de lo que el niño pueda comprender y hacer de acuerdo a sus habilidades.

En palabras de Brown, (2002):

Cuanto más conocimiento adquieren, más fundamentación tienen para desarrollar nuevos conceptos. Al tocar, manipular, experimentar, sentir, etc., se hacen mas capaces de integrar información en conceptos preexistentes. De esta manera amplían y profundizan su comprensión del mundo que los rodea (p.8).

Es decir, el desarrollo integral de los niños está en directa relación con la mayor cantidad de experiencias que tengan con materiales, objetos, instrumentos, recursos, imágenes, tendrán cada vez más conocimientos, que se harán cada vez más complejos y podrán relacionar con aspectos de su vida cotidiana.

ROL DOCENTE EN LA PROMOCIÓN DE SALUD

Díaz y Hernández citado por Parra (2014), mencionan:

El docente se constituye en un organizador y mediador en el encuentro del alumno con el conocimiento y su función primordial es la de orientar y guiar la actividad mental constructiva de sus alumnos, a quienes proporcionará una ayuda pedagógica ajustada a sus competencias (p. 157).

Los docentes juegan un papel central en la enseñanza, sirven de ejemplo y pueden desempeñar un rol importante en la promoción de la salud. Parte del trabajo docente, es ayudar a que los niños tomen decisiones conscientes sobre salud a lo largo de su vida, cómo, por ejemplo, comer alimentos saludables y ser físicamente activos.

De igual manera, Stant, (1972), explica:

Las maestras deben estar permanentemente alertas para satisfacer las necesidades y los intereses de los niños. Al mismo tiempo, deben acordarse de impulsarlos a aprender cosas nuevas mediante la introducción de lo desconocido en el programa. Esto hace que los niños se percaten del mundo que los rodea y las posibilidades de mantener los ojos y los oídos abiertos a nuevos hallazgos, nuevos descubrimientos. El cumplir con esta responsabilidad constituye un desafío; el hacerlo bien es lo que otorga valor a la enseñanza (p.30).

La labor en cuanto a la promoción de la salud en las aulas de preescolar, no es sencilla. Existe una gran cantidad de temas que se deben presentar a los niños, y hay, además, aspectos sobre su desarrollo físico que deben ser atendidos. El docente de preescolar, entre sus deberes, tiene una labor preventiva de la salud, razón por la cual debe desarrollar las acciones necesarias para detectar en los niños cualquier situación de problema en su desarrollo, proporcionando soluciones a su alcance o remitiendo a profesionales especializados. Además, es su deber tener siempre presente en su actividad diaria la necesidad de lograr, como parte del proceso formativo integral, que cada niño tenga la posibilidad de evitar todos aquellos aspectos negativos que pueden ocasionar una mala salud física o mental. Entre algunas de las tareas que los docentes deben realizar en cuanto a la prevención de enfermedades y promoción de la salud, se encuentran:

- Promover la adopción de hábitos saludables en cuanto a lo nutricional, la higiene y cuidado del cuerpo, limpieza, deposiciones diarias, ejercicio físico y descanso.
- Supervisar el crecimiento, a través de la toma de medidas de talla-peso
- Detectar precozmente patologías y enfermedades frecuentes, para poder orientarlos a acudir a los especialistas respectivos en búsqueda de soluciones
- Vigilar el desarrollo psicomotor y alteraciones en la conducta
- Mejorar el nivel nutricional a través de recomendaciones a los padres
- Atender al cumplimiento del calendario de vacunas
- Planificar actividades para la promoción de la salud, cuidado del ambiente, importancia de la vida sana, al aire libre, y sin consumo de sustancias nocivas, involucrando a familias y comunidades.

Es por esto, que los docentes para promover las prácticas de salud, deben tener un extenso conocimiento del tema y así poder difundir esa información, desempeñándose como facilitadores de experiencias de aprendizaje que conduzcan a la formación integral de los niños, centrándose en sus características y necesidades, sin dejar de contemplar la inclusión de todos aquellos aspectos necesarios para el desarrollo de actitudes y la adquisición y consolidación de la salud.

Los docentes deben concebir una planificación que contemple de forma funcional todas aquellas áreas de la educación como las matemáticas, las ciencias, la historia y las artes, sin desatender la vigilancia del desarrollo del niño y de todos aquellos temas relevantes para la salud. Por tales razones, los docentes deben poseer conocimientos que les permitan elaborar planificaciones eficaces para propiciar la adquisición de conocimientos, habilidades y actitudes, a fin de promover la formación integral del niño.

Se deben seleccionar y adecuar los contenidos de salud más importantes para desarrollarlos en el aula, planteándose la utilización y aplicación de una variada gama de estrategias didácticas, como juegos, canciones y recursos didácticos que garanticen la transferencia de conocimientos

y favorezcan la ejecución del proceso de enseñanza- aprendizaje, contribuyendo a que el niño de preescolar construya las bases que le permitirán tener una salud futura.

Además, deben elaborar y ejecutar evaluaciones de las acciones llevadas a cabo para poder determinar y conocer el impacto y la calidad de las actividades presentadas en el aula, así como también el logro de los objetivos planteados.

Igualmente, se deben desarrollar acciones para lograr la integración de los padres a fin de propiciar la cohesión de los temas vistos en clase con las acciones que los niños llevan a cabo en sus hogares, para fomentar el desarrollo de la adquisición de hábitos para la conservación de la salud, de manera que el niño no sólo obtenga habilidades y conocimientos, sino que los ponga en práctica en cada ámbito de su vida.

ESTRATEGIAS PARA LA ENSEÑANZA DE EDUCACIÓN Y PROMOCIÓN PARA LA SALUD EN LA ETAPA PREESCOLAR

Rodríguez, (1987), enfatiza, “El aprendizaje debe ser significativo para los alumnos, de modo que los métodos en educación para la salud comienzan con la selección del material que se va a enseñar y la forma cómo se va a aprender” (p.9).

El contenido de los temas de salud a ser presentados debe favorecer el contacto de los niños con realidades diversas, desarrollando temas relevantes para la salud, que al mismo tiempo sean interesantes y accesibles. Una guía de promoción de la salud en Educación Preescolar debe ofrecer indicaciones y propuestas suficientes para que los docentes tengan ideas con las que empezar y en las que profundizar.

En el nivel preescolar la idea de lo que se enseñará debe girar en torno a favorecer situaciones de enseñanza que permitan a los niños manifestar, desarrollar y enriquecer sus conocimientos e ideas acerca de la salud. Por esta razón, por tratarse de niños en las primeras etapas del desarrollo, la aproximación a todos estos conocimientos consistirá en abordar aspectos de la vida cotidiana, por medio de lo lúdico y lo concreto, para que, a través de estas situaciones de enseñanza, puedan establecer comparaciones entre los conceptos explicados en el aula y lo que ellos conocen y han visto en su vida.

ASPECTOS A CONSIDERAR POR LOS DOCENTES:

- No existe ningún juego o actividad que se pueda usar siempre y en cualquier circunstancia, casi nunca se encontrará una actividad aplicable a todos los grupos de niños y fines que se buscan conseguir.
- En cada salón de clase el docente y su grupo de niños crean un ambiente particular que ofrece un contexto particular para el desarrollo de las actividades, haciéndolas únicas, diferentes a como se llevan a cabo en otros salones.
- No es recomendable realizar las actividades de manera rutinaria, es decir, de manera que para el niño lo realice de forma automática, sin razonamiento de lo qué está haciendo y por qué.
- Las actividades poseen diversos grados de complejidad y necesitan diferentes recursos para llevarlas a cabo.

- Es importante tener presente que los niños no realizarán las actividades de forma idéntica, en la misma secuencia o en el mismo período del año escolar, debido a las diferencias individuales, los niveles de desarrollo, los intereses y las necesidades de cada grupo.

PREPARACIÓN DE LOS TEMAS SOBRE SALUD

Antes de llevar a cabo actividades sobre salud en el salón de clases, es importante hacer un diagnóstico de las necesidades e intereses que los niños tienen respecto al tema, reuniendo además toda la información necesaria para determinar la etapa de desarrollo en la que se encuentran. Se debe investigar en relación con los conocimientos que los niños tengan sobre los diferentes temas de salud que se van a presentar, así como también conocer sus entornos familiares. Igualmente, durante el diagnóstico el docente debe:

- Indagar sobre lo que los niños saben de los temas, preguntándoles sobre ellos.
- Durante la presentación de los temas darles correcta información a los niños porque éstos pueden saber algunas cosas de manera incorrecta o incompleta.
- Mantener siempre un lenguaje sencillo, sin tener que infantilizar el vocabulario, es decir, se deben explicar los temas en un nivel que el niño pueda entender.

Después de realizar el diagnóstico y planificar las actividades en el aula, se inicia la presentación de los temas. Para ello, es necesario preparar una variedad de información y actividades que apoyen la labor docente y permitan acercar la información, que se considera importante sobre salud a los niños, de una manera agradable.

El conjunto de actividades que se presenten tiene como objetivo promover la salud para niños de edad preescolar, pero, además buscan:

- Propiciar que el niño cuide de su salud, no porque es una obligación que los docentes y sus padres les imponemos sino, porque está convencido de que es un beneficio cumplir con los hábitos de salud.
- Facilitar en el niño la comprensión de que cuidar de sí mismo y de su salud no se hace para recibir la aprobación de otros sino, porque es necesario hacerlo.
- Orientar a los niños hacia el cuidado y respeto hacia su bienestar como un estilo de vida que se debe llevar a cabo más allá del salón de clases.

Los temas que se presenten deberían estar correctamente estructurados, así como también las actividades relacionadas con los mismos y deberían contener:

- 1. Nombre:** permite identificar la actividad
- 2. Objetivo:** permite conocer las competencias que queremos que los niños hayan alcanzado luego de llevada a cabo la actividad
- 3. Información para la docente:** guía de preguntas y conceptos básicos.
- 4. Información para los niños:** Conjunto de temas estructurados de acuerdo a su etapa cognitiva
- 5. Actividades sugeridas:** consiste en las acciones a llevar a cabo por los niños y por el docente para alcanzar el objetivo propuesto en relación con los temas de salud.

LO LÚDICO EN LAS ACTIVIDADES Y LOS TEMAS SOBRE SALUD A PRESENTAR EN EL AULA DE PREESCOLAR

Cada una de las actividades relacionadas con la salud que se le presentan a los niños debe tener determinado un propósito de porqué debemos realizarla. Al identificar este objetivo la docente podrá hallar la forma más clara de transmitir conocimientos a los niños; en esta definición, el cómo debería hacerlo es tan importante como el para qué hacerlo. Ya hemos mencionado que el niño en sus primeros años aprende a través de la lúdica por lo que los temas de salud se deben enseñar, como cualquier otro tema, a través del juego (Partida, 2022)

El juego es un término usado para describir una gran cantidad de actividades que, usualmente, se asocian con el placer y el disfrute recreativo y que es comúnmente asociado con los niños. En razón de los múltiples conceptos que el término “juego” tiene, es necesario advertir que, a los efectos del presente trabajo, nos referiremos a la acepción del juego infantil, entendida como una actividad que se da de forma espontánea en los niños, no se encuentra condicionada y en ella se siente libre de actuar como quiere. Produce placer, debido que proporciona satisfacción inmediata y para el niño significa su mundo, es la actividad más placentera y gratificante que realiza.

Las actividades lúdicas son una herramienta poderosa para enseñar temas de salud a los niños en edad preescolar. A través del juego, los conceptos de salud se arraigan en la mente de los niños de forma más duradera, lo que les permite internalizar y aplicar esos conocimientos en su vida diaria. Estas actividades no solo facilitan un aprendizaje significativo y promueven la participación activa, sino que también contribuyen al desarrollo de habilidades sociales y emocionales, así como al desarrollo físico de los niños. En conjunto, hacen que el proceso de aprendizaje sea más memorable y divertido para los niños.

Debido a la importancia del juego, durante la presentación de los temas de salud siempre se deben preparar un conjunto de actividades lúdicas para ayudar en el desarrollo de las actividades y en el entendimiento de los mismos. Estos recursos o actividades lúdicas, la mayoría de las veces deben ser preparados por el docente de acuerdo a las necesidades, intereses y características del grupo de niños a los que se les presentarán las mismas. Es importante mencionar que entre las actividades lúdicas que se presentan para enseñar temas de salud, se deberían incluir canciones, poemas, cuentos, juegos de imágenes, juegos de roles, obras de teatro, inclusive actividades de arte y manualidades. Todas estas actividades lúdicas pueden ser enfocadas en los diferentes temas de salud para así ayudar a los niños a comprender sobre estos temas de manera práctica y divertida.

LOS RECURSOS DIDÁCTICOS EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL PREESCOLAR

Otros medios útiles y necesarios en el proceso de enseñanza y aprendizaje son los recursos didácticos. Estos son utilizados por los docentes al momento de exponer a sus alumnos un determinado tema. Sobre esto menciona Solves, (2000), “Los recursos didácticos son un soporte en el desarrollo de las planificaciones planteadas, ayudan a los docentes a comunicarse con sus alumnos, presentando modelos concretos de un tema” (p.22). Mediante su uso, los docentes proponen una experiencia directa con el tema, orientando la información y permitiéndoles experimentar, entretenerse y aprender de una manera más dinámica. Los docentes guían el desarrollo infantil, seleccionando y adaptando, los temas y materiales a las planificaciones de acuerdo a los intereses,

necesidades y capacidades de los niños. Por lo que se hace necesario el acercamiento a objetos que permitan a los niños establecer relaciones, a través de la manipulación de los mismos.

Al respecto Brown (2002), indica. "...la utilización de objetos reales y concretos es esencial en la enseñanza de las ciencias en la educación infantil. El niño necesita tener el objeto para poder sentir y ver sus propiedades de una manera activa" (p.11). Los recursos didácticos en la enseñanza de conocimientos de salud y prevención de enfermedades y lesiones, permiten que los niños tengan sus primeros contactos con estos importantes temas justamente a través de sus sentidos, del contacto directo con sus manos, con lo tangible.

El mismo autor señala que "Los niños pequeños no aprenden cuando les presentamos algo que no les interesa, simplemente lo dejan de lado. Sobre todo, les interesan los materiales y objetos que atraen y captan su atención" (p.10). Los recursos didácticos son una herramienta poderosa para enseñar temas de salud a los niños en edad preescolar, en tanto que facilitan un aprendizaje significativo, promueven la participación activa, desarrollan habilidades sociales y emocionales, contribuyen al desarrollo cognitivo y hacen que el aprendizaje sea más memorable y divertido para ellos.

Por esta razón, se propone aprovechar los recursos e incorporarlos en las actividades permitiendo que los niños interactúen con ellos, creando divertidas sesiones educativas en el aula. La utilización de recursos didácticos por parte del docente presenta una propuesta de aprendizaje diferente, que se encuadra en el juego, como estrategia didáctica ideal de la Educación Preescolar.

Entre los recursos didácticos encontramos tanto recursos materiales como recursos literarios, lo importante es que al momento de implementar las actividades de promoción de la salud, usemos todas aquellas estrategias que ayuden al niño a entender los diversos temas. Podemos usar entre muchos otros recursos, maquetas, dioramas, dibujos y pinturas, láminas, vídeos educativos, animaciones, presentaciones digitales, collages, cuentos, kits de primeros auxilios para niños y y otros materiales manipulativos que permiten a los niños explorar los conceptos de salud y fomentar su participación activa durante la presentación de los temas.

Es necesario que los docentes seleccionen y utilicen los recursos didácticos de manera creativa y adaptada a las necesidades e intereses de los niños, y así promuevan un aprendizaje significativo y estimulante. Partir de cada uno de los temas que debería contener un plan de promoción de la salud en preescolar, que se proponen en este trabajo para ser desarrolladas en el aula, pueden surgir diferentes actividades originales, producto de la creatividad y las experiencias tanto de los niños como de los docentes.

Además del uso de recursos lúdicos y didácticos para la enseñanza de la promoción de la salud en preescolar, una actividad que no se puede olvidar durante el planteamiento de los temas de salud en el aula preescolar, es el momento de recuento. El recuento para los niños de preescolar es un momento necesario en cada jornada para propiciar la estimulación y consolidación del conocimiento impartido, y propiciar que los niños apliquen lo aprendido en un contexto diferente al del salón de clases.

Es importante mencionar que lo recomendable es, en cada nueva clase, retomar lo visto el día anterior, para lo cual es factible asignar una tarea para el hogar para concluir con cada tema. Es

importante además, que el docente realice preguntas que ayuden al niño a analizar qué hicieron, qué es nuevo, qué les gustó y qué no les gustó, qué entendieron, conversar sobre qué van a hacer en sus casas, todo esto luego de realizar las actividades.

Es necesario e importante tomar en cuenta, al momento de plantearse las actividades y los temas sobre salud a presentar en el aula de preescolar, la participación de la familia y el hogar. La familia es la institución natural a quien corresponde educar al niño; y es uno de los entes más importantes de la promoción de la salud, por ello es fundamental que tal tarea comience en el hogar y en el preescolar se mantenga y se profundice en los diferentes temas necesarios. Ello es necesario en tanto que existe una relación directa entre la salud de la familia y la salud del niño, porque la alteración de la salud de un miembro de la familia, puede afectar la salud del grupo familiar. Y es que la familia funciona como un todo, y cualquier circunstancia, condición o situación que afecte la salud de uno de sus miembros, afectará al conjunto.

Esta relación entre los integrantes de la familia y la promoción de la salud, se conoce como salud familiar. La familia constituye uno de los ambientes en el que la enfermedad ocurre, por lo cual, es importante que se orienten las acciones necesarias para que los programas de salud escolares incluyan a la familia, debido a que si el nivel educacional presente en el hogar es inadecuado, puede favorecer el desarrollo de prácticas nocivas para la salud que afecten al niño.

Como señala Rodríguez, (1987).

Un programa de educación para la salud debe comenzar, para tener éxito, en la casa del niño durante su infancia, de modo que las actitudes y prácticas de los padres son determinantes poderosas de los conocimientos del niño, de sus actitudes y de su comportamiento en relación a su salud (8).

Los padres y las familias, por su relación de crianza y manutención de los niños, deben desarrollar acciones semejantes a las que ejercen los docentes en las aulas de preescolar, particularmente, en nutrición, supervisión del desarrollo, prevención de las enfermedades infecciosas y, fundamentalmente, en todos aquellos aspectos donde los valores familiares son especialmente importantes, por ejemplo, la sexualidad, la prevención del SIDA, el tabaco, el alcohol y las drogas.

Es por esto, que los programas de educación para la salud son más eficaces si los padres están involucrados, puesto que pueden complementar lo que los niños están aprendiendo en la escuela, durante las conversaciones y actividades en el hogar, creando de esta forma interés y motivándolos para un mejor cuidado de su salud.

El docente en su labor debe proponerse desarrollar vínculos de apoyo entre el hogar y el preescolar; es importante proporcionar información básica acerca de las decisiones saludables, porque el objetivo de la educación para la salud no es sólo aumentar el conocimiento sobre temas en los niños sino, crear actitudes positivas hacia el bienestar propio y, también, promover un comportamiento saludable. Si en los hogares estas actitudes no son llevadas a cabo será difícil para los niños mantener estas habilidades durante su vida.

Como docentes debemos compartir información de salud con los padres, para que podamos trabajar en conjunto ayudando a los niños y creando para ellos un ambiente más seguro y saludable. Es decir, debemos contribuir a unificar las experiencias familiares con las preescolares, reconociendo que el hogar es el núcleo principal de desarrollo de los niños.

CONCLUSIONES

Como se ha presentado en este artículo, la importancia del rol de las docentes de educación preescolar en la promoción de la salud de los niños en edad temprana es vital. Es así debido a que la impronta educativa durante los primeros años escolares, apunta a generar un impacto positivo en los niños a lo largo de su vida. En tal sentido, la educación en cuanto a la salud es extensa, no solo porque entre las labores del docente se encuentra la de supervisar el desarrollo y el crecimiento de los niños, sino por su labor preventiva de la salud, y porque debe ser el facilitador de experiencias de aprendizaje de la salud, lo que les exige poseer un conocimiento extenso de temas sobre salud.

El aula de preescolar es el lugar propicio para la promoción y fomento de la salud puesto que este nivel educativo busca promover en los niños su desarrollo integral, así como también la construcción del conocimiento; y en estas primeras etapas, cuando los niños comienzan a descubrir el mundo que los rodea, es importante influenciar la toma de decisiones positivas sobre la salud, creando en muchos casos cambios en su comportamiento, favoreciendo de la misma forma la autonomía de los niños.

Así surge la importancia de incluir en el currículo de preescolar un programa de promoción de la salud que aborde diversos aspectos: desde hábitos saludables y la prevención de enfermedades comunes, hasta la prevención de lesiones y el uso de sustancias nocivas, ya que la enseñanza de estos temas apuntan a mejorar la salud. Los reconocidos autores en el campo, usados como referencias en esta investigación, indican que la intervención educativa temprana en la formación de hábitos saludables de por sí posibilita una mejor calidad de vida.

Se concluye además que el juego es un recurso didáctico fundamental en la enseñanza de la salud en el preescolar porque promueve el aprendizaje significativo, facilitando, además, la internalización de conocimientos saludables de manera lúdica y efectiva. Al mismo tiempo es necesario crear y utilizar diversos recursos didácticos para promover y enseñar en los niños los conceptos de salud, de manera práctica, para promover su participación activa durante la exposición de los temas, creando así un ambiente de apoyo para el aprendizaje, indispensable durante la enseñanza en las primeras etapas de escolarización.

Este trabajo sugiere como su punto más importante la implementación de un programa de acción de promoción de la salud en el preescolar, que contemple la inclusión de hábitos saludables, la prevención de enfermedades comunes y lesiones, es decir, el fomento de un ambiente seguro y saludable, recalcando que estos temas representan un conjunto y que no son excluyentes los unos de los otros, todos debe ser incluidos durante la etapa preescolar. Este programa debe ser, además, diseñado pensando que no se trata sólo de transmitir información sino de generar un cambio de actitudes y comportamientos en los niños, por lo que se hace necesario que, en lo posible, se plantee de manera participativa, involucrando a docentes y padres, representantes y responsables, que debe ser adaptado a las necesidades y contextos específicos de cada aula de preescolar. En definitiva, se insta a que la promoción de la salud en el preescolar sea una prioridad en los programas educativos, reconociendo el papel fundamental de las docentes y el potencial transformador de esta etapa en la formación de hábitos y actitudes saludables que perduren a lo largo de la vida.

María Antonella Briceño. *Tesista para optar al título de Licenciada en Educación Peescolar en la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Los Andes.*

Mery López de Cordero. *Lcda. en Letras; Abogada; Estudios Especiales correspondientes al Componente Docente; Diploma de Estudios Avanzados en Educación y Democracia; Doctora en Educación y Democracia: Universidad de Barcelona-España; Decana encargada de la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Los Andes; Profesora Titular e Investigadora adscrita del Departamento de Administración Educativa de la Escuela de Educación de la Universidad de Los Andes y autora de diversos artículos y de un libro relacionados con la educación, los derechos humanos, la ciudadanía, democracia y convivencia, entre otros.*

REFERENCIAS

- Brown, S. (2002). Experimentos de Ciencias en Educación Infantil. España: Narcea, S.A. de Ediciones. https://books.google.com.pa/books?id=FmITdXFQc10C&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- De Lama, G., Fernandez, J. (1993) Manual de Puericultura. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Oviedo
- Fernández Toral, J y de Lama Suárez, G. (1992). Manual de puericultura. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Oviedo
- Fortuny M., Gallego J. (1988). Educación para la Salud. Revista de Educación, núm. 287, 287-306 <http://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulosre287/re28713.pdf?documentId=0901e72b813c300e>
- Llamas Ruiz, M. (2009) "Teorías sobre el juego. Enseñanza y aprendizaje a través del juego". Innovación y experiencias educativas. 1-16. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csif/revista/pdf/Numero_22/MIGUELJOSE_LLAMAS_1.pdf
- Macias M, Adriana Ivette, Gordillo S, Lucero Guadalupe, & Camacho R, Esteban Jaime. (2012). Eating habits in school-age children and the health education paper. Revista chilena de nutrición, 39(3), 40-43. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182012000300006>
- Matos, N., Perdomo, O. y Sánchez, L. (2016) Empleo del método lúdico en la formación de sentimientos y cualidades del niño preescolar. EduSol, vol. 16, núm. 54, pp. 38-49. EduSol, vol. 16, núm. 54, pp. 38-49 <https://www.redalyc.org/journal/4757/475752820029/html/>
- Organización Panamericana de la Salud. (2022). Directrices de la OMS sobre los vicios de salud escolar. Organización Panamericana de la Salud. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56726/9789275325865_spa.pdf
- Parra, K. (2014) El docente y el uso de la mediación en los procesos de aprendizaje. Revista de investigación (Instituto Pedagógico de Caracas). Vol. 38, (Nº 8), 155-180
- Ramírez Gómez, H., Gómez Ramírez J., y Posada Díaz A. (2005) El niño sano. Editorial médica Panamericana S.A.
- Rodríguez, R. (1987). Salud Escolar. Venezuela: Consejo de Estudios de Postgrado ULA.
- Solves, H. (2000). El Centro de Recursos didácticos hacia una comunidad de lectores. Argentina: Ediciones Novedades Educativas.
- Stant, M. (1972) El niño preescolar: actividades creadoras y materiales para juego. Argentina: Editorial Guadalupe.
- UNESCO. (2017). Estrategias de la UNESCO sobre la Educación para la salud y el bienestar: Contribución a los objetivos de desarrollo sostenible. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000246453>
- Partida, José. (2022). El juego en el preescolar desde la fenomenología del mundo social. México: Revista Latinoamericana de Estudios Educativos. Vol. LII, núm. 1, pp. 321-350. <https://www.redalyc.org/journal/270/27068693008/html/>