

Manual de Capacitación en Educación Inicial y Parvularia

Unidad V

Elementos de Nutrición del Niño y la Niña hasta los Seis Años

Y

Acompañamiento Técnico en el Aula

***“Nosotros, docentes y directores,
no podemos guiar a nuestros estudiantes hacia un aprendizaje profundo
si nosotros mismos no vamos hacia éste”***

Barbara Gottessman
Directora del Grupo Consultivo Contactos Educativos y
Profesora Asociada en la Universidad San José, California

Presentación

¡Hemos llegado a la V Unidad!

A medida que hemos ido avanzando en el desarrollo del Manual de Capacitación en Educación Inicial y Parvularia hemos reafirmado el concepto de integralidad de los seres humanos, y la importancia de un enfoque integrado en toda iniciativa de formación de las personas encargadas de hacer posible su educación.

La quinta Unidad está enfocada en la reflexión sobre los procesos de evaluación profesional en el ámbito educativo y su relación con el desarrollo profesional, proponiendo al mismo tiempo una estrategia amigable y posible de implementar a la que nombraremos como Acompañamiento Técnico entre Colegas.

Otro de los temas a tratar es la nutrición y su incidencia en el desarrollo y aprendizaje, examinando las necesidades y particularidades de los diferentes grupos de edad comprendidos en el rango de cero a seis años y proporcionando información de apoyo para promover estrategias de mejoramiento de la calidad de la alimentación de los niños y niñas de las escuelas parvularias y Centros de Atención Inicial.

Con estas dos temáticas pretendemos haber realizado un abordaje global de las diferentes áreas del desarrollo infantil invitando a los participantes en este proceso a continuar en su autoformación siempre en la búsqueda de beneficiar a la población infantil comprendida en el grupo de edad antes mencionado.

OBJETIVOS

General:

Fortalecer la capacidad técnica de los y las participantes en temas de Educación Inicial y Parvularia.

Específicos:

- Incrementar conocimientos sobre el desarrollo y la salud de niños y niñas menores de seis años.
- Promover prácticas de nutrición mejoradas.
- Proveer de herramientas técnicas para apoyar el trabajo docente.
- Proveer de técnicas prácticas para el trabajo en aula.

INDICE

	No. Pág.
Presentación.....	2
Objetivos	3
Índice.....	4
I. Nutrición y Desarrollo.....	5
I. a. Nutrición y conceptos relacionados.....	5-6
I. b. Nutrición y Desarrollo Infantil.....	7-8
Actividad 1.....	9
I. c. Lactancia materna, su importancia y ventajas.....	10-11
I. d. Recomendaciones alimenticias por grupo de edad.....	11-18
Actividad 2.....	13
Actividad 3	16
I. e. Alimentación del niño y la niña con enfermedad.....	19
I. f. Desnutrición y su impacto en el desarrollo.....	19-20
I. g. Recomendaciones Generales para lograr una Alimentación Saludable	22
I. h. Recetas de alto valor nutritivo y de bajo costo.....	23-24
II. Acompañamiento Técnico entre Colegas.....	25
II.a Consideraciones generales	25
• De la supervisión al acompañamiento técnico entre colegas.....	25
II.b . Niveles de Acompañamiento	27
Actividad 1.....	28
• Razones que justifican el enfoque de acompañamiento.....	28
Actividad 2.....	30-31
II. c. Fases para el establecimiento de un programa de acompañamiento Técnico entre Colegas.....	32
Actividad 3.....	34
II.d. Recomendaciones Generales para la implementar exitosamente la estrategia ATEC.....	35
Actividad 4.....	37-38
II.e. Documentando el proceso de acompañamiento técnico entre Colegas.....	38-40
II.f. Los Roles de los Participantes.....	41
• Temas en los que los docentes comúnmente solicitan apoyo.....	42
Bibliografía.....	43

I. Nutrición y desarrollo*:

El estado nutricional de la población de un país es un indicador de su desarrollo. Al referirnos específicamente a la niñez, el estado nutricional de la población infantil es una preocupación de los gobiernos y los organismos de ayuda humanitaria. Esta preocupación se basa en que por Derecho Humano todos los niños y niñas tienen derecho a una alimentación que les asegure la buena nutrición y como consecuencia su desarrollo integral.

Esta sección pretende generar motivación y sensibilizar sobre la importancia del tema y la búsqueda y puesta en práctica de nuevas estrategias que promuevan prácticas mejoradas de nutrición en las familias de niños y niñas menores de seis años.

I. a. Nutrición y conceptos relacionados:

Para apropiarnos del concepto nutrición, primeramente definiremos algunos términos asociados a ésta o que frecuentemente se mencionan como sinónimos y que son clave al tratar este tema:

ALIMENTACIÓN: Es el proceso mediante el cual el organismo obtiene e ingiere los alimentos que le garantizarán una vida sana y activa.

ALIMENTO: Es todo producto natural o elaborado que contiene sustancias nutritivas.

CALIDAD DE UN ALIMENTO: Es la condición propia de un alimento, determinada por características tales como:

- ✓ **Valor nutritivo:** se refiere a la cantidad de proteínas, grasa o carbohidratos, vitaminas y minerales que le aportan al organismo.
- ✓ **Una producción segura en todas sus fases:** son las condiciones de seguridad y salubridad, desde la producción hasta la preparación de los alimentos.
- ✓ **Características organolépticas agradables:** textura, consistencia, temperatura, olor, color y sabor.

*Toda la información presentada en esta sección ha sido elaborada según lineamientos del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de El Salvador.

- ✓ **Inocuidad:** Es la ausencia de elementos o compuestos que arriesgan la vida y/o salud de los consumidores.

NUTRICIÓN: *Es el proceso por el cual el organismo digiere, absorbe, transporta y utiliza las sustancias nutritivas de los alimentos y excreta las que no le son útiles.*

Los conceptos anteriores entonces, son básicos para formular los siguientes:

Buena nutrición: se define como la relación armónica entre la disponibilidad y el consumo de alimentos con el funcionamiento del organismo.

Malnutrición: es el estado de desequilibrio entre el funcionamiento interno del organismo y el aporte o utilización de nutrimentos. En esta categoría se encuentran tanto las personas desnutridas como las que están en el lado opuesto: las que tienen sobrepeso u obesidad.

Podríamos entonces concluir, considerando los conceptos anteriores, que el estado nutricional de las personas está determinado tanto por la condición propia de su organismo y su capacidad para aprovechar las sustancias nutritivas, como por la calidad y cantidad de los nutrientes que ingiere.

Importancia de una buena nutrición

Una buena nutrición asegura un buen desarrollo en toda su dimensión. Las personas con una buena nutrición tienen mayor disposición para participar plenamente de todas las actividades y oportunidades que ofrece la vida familiar, escolar, académica y social. Por el contrario, una alimentación inadecuada ya sea en calidad o cantidad es causa de desequilibrio en el organismo y está asociada con:

- ✓ Mayor frecuencia de enfermedades infecciosas (diarrea e Infecciones respiratorias), debido a un deficiente sistema inmunológico.
- ✓ Mayor probabilidad de un niño o niña de morir por alguna enfermedad infecciosa.
- ✓ Alteraciones en el crecimiento físico, emocional e intelectual y en el desarrollo social.
- ✓ Disminución en la capacidad de concentración y aprendizaje en las actividades escolares.
- ✓ En los adultos la desnutrición es causa de bajo rendimiento productivo, lo que repercute en el desarrollo económico y social de las familias, las comunidades y el país.

I.b. Nutrición y Desarrollo Infantil

Son varios los factores que intervienen en las diferentes capacidades del niño y niña para integrarse con éxito en todas las tareas que implica su desarrollo: cognitivas, motoras, verbales, Etc. y desempeñarse de igual forma a nivel escolar.

La nutrición en los primeros años de vida está estrechamente relacionada con el desempeño en los años posteriores. La desnutrición afecta el desarrollo intelectual de niños y niñas.

En esta sección nos referiremos específicamente al factor nutrición y su incidencia en el desarrollo infantil, no solo físico sino también cognitivo.

Vale la pena entonces preguntarnos: ¿Desde cuándo comienzan los efectos de la nutrición en el cerebro? La respuesta según el NFSM¹ - de la Universidad de Mississippi - es desde antes del nacimiento, con la nutrición de la madre. Por ello, se promueve que las mujeres en edad fértil tengan una dieta adecuada, cuidando el consumo de proteínas e ingiriendo suplementos de ácido fólico, vitaminas, hierro y otros minerales; **siendo de suma importancia** que durante el embarazo se asegure la nutrición y salud óptima de la madre para el desarrollo del potencial genético desde el momento de la concepción.

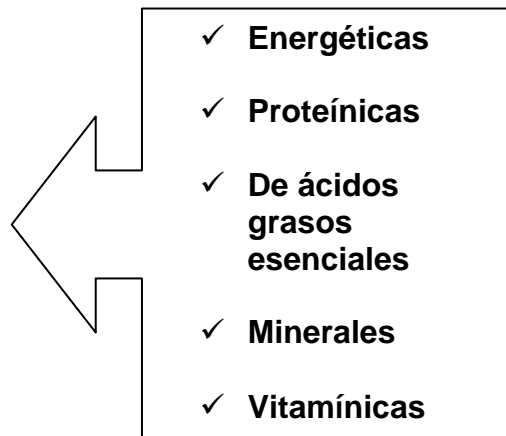
Posteriormente al nacimiento, la lactancia materna es la mejor fuente de nutrientes para el desarrollo del niño/a durante los primeros meses. Situación que deberá ir cambiando y ampliándose de acuerdo a los requerimientos.

Nutrición, embarazo y lactancia:

Durante el embarazo las necesidades nutricionales para apoyar el desarrollo del feto son mayores para la mujer. Dependiendo del peso que tiene antes de quedar embarazada así será la demanda de calorías: si su peso es inferior al que debe tener, su demanda será mayor y si se encuentra con un peso mayor su demanda será menor.

¹ Nacional Food Service Management Institute

Las necesidades de la mujer embarazada pueden clasificarse en:



Todas estas necesidades se cubren con una alimentación adecuada, que se puede lograr siguiendo las siguientes recomendaciones:

- Ponerse en manos de personal preparado o especializado (control prenatal y parto) para recibir asistencia o detectar problemas o insuficiencias en ella o su bebé.
- Cuidar la alimentación, ya que se ha comprobado su importancia para el crecimiento y desarrollo del feto.
- Evitar drogas, fumar, tomar alcohol y café ya que pueden producir problemas en el crecimiento fetal y algunas complicaciones serias como el aborto.
- Evitar riesgos al exponerse a radiaciones (rayos X) o al manipular equipos o sustancias químicas que pueden causar problemas en el desarrollo del feto.
- Evitar actividades que produzcan emociones fuertes.
- Ante cualquier malestar, sangramiento, dolor de cabeza intenso, fiebre u otros, acudir a un centro de salud, porque puede ser peligroso y hasta ocasionar la muerte.

Los controles son importantes para detectar y prevenir algunas condiciones que podrían afectar la salud y el desarrollo del feto, una de ellas es la anemia, condición que causa una formación deficiente del feto, debilidad, decaimiento y baja capacidad física, los niños pueden nacer antes de tiempo o con bajo peso y padecer las consecuencias asociadas a esta condición. En el peor de los casos el feto puede fallecer antes del nacimiento y existe un mayor riesgo de mortalidad materna.

La nutrición de la madre determina la salud del feto antes y después del nacimiento: si la mujer tiene un estado nutricional adecuado y una dieta variada y suficiente, que le aporte energía y nutrientes, tendrá un embarazo sano y dará a luz un niño o una niña sanos. Por el contrario si padece desnutrición y su dieta es insuficiente, su estado nutricional se deteriorará más con el embarazo y dará a luz un niño o una niña con bajo peso al nacer.

En general se recomienda que durante el embarazo, la mujer:

- Consuma alimentos que contienen calcio, hierro y vitaminas
- Tome suplementos de hierro prescritos durante todo el embarazo pero especialmente en el segundo y tercer trimestre.
- Ingiera más alimentos que contengan hierro y frutas y vegetales ricos en vitamina **C** pues ésta ayuda al cuerpo en la absorción del hierro
- Prepare e ingiera alimentos con sal yodada.
- Ingiera alimentos que contengan Acido Fólico: naranja, espinaca, brócoli, arvejas y otros vegetales de color verde oscuro, maní, lentejas. Durante el embarazo deberá tener una ingesta de al menos 400 microgramos extra de esta vitamina por lo que deberá ingerir suplementos vitamínicos prescritos que la contengan y así evitar malformaciones en el niño.
- Coma un poco más de la cantidad que comía antes de quedar embarazada: más comida o una tortilla más y entre las comidas comer un refrigerio que puede ser fruta, una porción de pan dulce, un pan con queso o frijoles, Etc.

ACTIVIDAD 1:

Objetivo: reflexionar sobre algunas prácticas comunes en la atención de la mujer embarazada.

Indicación: Escriba sus comentarios sobre las siguientes expresiones populares considerando los conceptos e ideas presentadas este documento:

• **Una amiga a una mujer embarazada:**

“Tenés que comer por dos niña”

“Lo mejor es que tomés sólo sopas de hojas y nada de cosas con grasa”

I. c. Lactancia Materna, su importancia y ventajas

Considerando que la alimentación inapropiada representa al menos un tercio de la malnutrición y contribuye significativamente a la morbilidad y la mortalidad de menores de cinco años; la protección, la promoción y el apoyo de la alimentación del lactante se constituyen en la nueva estrategia mundial para prevenir la malnutrición y asegurar un crecimiento y un desarrollo infantil saludable².

Numerosas investigaciones, demuestran la importancia de la lactancia materna en el desarrollo intelectual. Los niños y niñas que reciben leche materna son más inteligentes y esto incluye mejores habilidades cognitivas, de lenguaje, lectura y otros, además les protege de muchas enfermedades y es el alimento completo, sobre todo en los primeros 6 meses de vida.

En innumerables textos de salud se valora la importancia de la leche materna como el alimento que por excelencia proporciona a los niños y niñas los nutrientes y anticuerpos esenciales para su desarrollo sano. Estos tratados enfatizan en que durante los primeros 6 meses de nacido el/la lactante no necesita de otros alimentos: la leche materna proporciona todos los nutrientes que un niño o niña necesita en ese período.

Entre los componentes de la leche materna, según las más recientes investigaciones, los ácidos grasos esenciales son de importancia en el desarrollo del sistema nervioso y como consecuencia intervienen en el desarrollo posterior de la inteligencia y el lenguaje³.

Otras ventajas de la lactancia materna:

Los y las lactantes que se alimentan con leche materna en forma exclusiva presentan menos casos y de menor gravedad de diarreas, infecciones de oídos, erupciones cutáneas y meningitis bacterial.

²Cumbre Mundial en favor de la Infancia(1990), reafirmada en la Conferencia Internacional sobre la Nutrición(1992)

³www.pulevasalud.com. Nutrición. Libro blanco de los omega-3

La recuperación de la mujer después del parto es significativamente mejor y más rápida cuando amamanta. Además las mujeres que amamantan recuperan más rápidamente el peso que tenían antes del embarazo y no padecen de obesidad.

Adicionalmente están las ventajas de los factores de higiene y salud, y la economía en los recursos familiares.

Los efectos de la lactancia materna se relacionan tanto con las propiedades nutricionales como con los factores emocionales, incluyendo el vínculo afectivo (relación de afecto) asociados con el proceso de la lactancia materna y la interacción madre-niño(a).

Algunas desventajas del uso del biberón o “pacha”:

- ✓ Se contaminan fácilmente con el contacto y propician infecciones poniendo al/la lactante en riesgo de enfermedad.
- ✓ Provocan problemas en las encías y en la boca
- ✓ Se necesita invertir tiempo
- ✓ Las fórmulas lácteas no reemplazan a la leche materna y son de alto costo


Entre algunas recomendaciones para las mujeres que están lactando podemos mencionar:

- ✓ Comer una porción extra en cada comida o un refrigerio.
- ✓ Tomar un vaso de líquido después de cada vez que de pecho (atole, agua o refresco).
- ✓ Es importante que durante la lactancia, la familia comparta los quehaceres del hogar procurando que la madre tenga el tiempo suficiente para amamantar al niño a libre demanda.

I. d. Recomendaciones alimenticias por grupo de edad

El objetivo de esta sección es ofrecer orientaciones sobre la alimentación adecuada de los niños y las niñas de más de seis meses de edad para garantizar su desarrollo sano, considerando que el desarrollo de un(a) bebé está íntimamente relacionado con la calidad de los alimentos que recibe desde los primeros meses de vida.

Con este enunciado: ***Si están sanos crecen bien***⁴, el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social define una serie de acciones encaminadas al aseguramiento de una población infantil sana.

EDAD	RECOMENDACIONES PRINCIPALES
<p data-bbox="240 531 743 569">NIÑAS Y NIÑOS DE 0 A 6 MESES</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ponerse el niño al pecho inmediatamente después del parto ▪ Desde que nace hasta alrededor de los 6 meses, darle sólo leche materna, sin ni siquiera agua, por lo menos 12 veces en 24 horas. ▪ Dar el pecho hasta que se vacíe, porque la última leche es más rica en nutrientes. ▪ Alternar los dos pechos. Se debe iniciar, con el pecho con el que el bebé terminó en la vez anterior. ▪ Mostrar a la madre cómo sacarle el aire al bebé adecuadamente después de cada vez que le de pecho.

Importante:

En los primeros meses la madre deberá responder a las necesidades de su bebé cada vez que éste/a lo demande y procurar que el niño o niña no pase más de dos horas sin tomar el pecho.

⁴ Manual de la Consejera Voluntaria MSPAS. Gerencia de Atención Integral en Salud a la Niñez.

ACTIVIDAD 2:

Objetivo: reflexionar sobre el tema de la lactancia y algunas prácticas populares.


Indicación: escriba un comentario sobre las siguientes situaciones considerando la información presentada en este documento:

- **La abuela a la madre de una lactante de dos meses:**

“Dale agua en pachita para la sed”:

- **El padre de un recién nacido dice a la madre:**

“Dejalo aguantar hambre un poquito, sino se va a mal acostumbrar”



EDAD	RECOMENDACIONES PRINCIPALES
<p data-bbox="272 407 544 470">NIÑAS Y NIÑOS DE 6-8 MESES</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ofrecer a los niños y niñas jugos de frutas: papaya, mango, melón: En un principio deberán ser mezclados con agua hervida fresca, después de 5 días deberán dársele en forma pura. ▪ Iniciar introducción de otros alimentos como: papa, plátano, arroz, tortilla, camote, frijoles colados, papaya, ayote o zanahoria en forma de puré espeso. ▪ Otros alimentos recomendados son los purés de frutas o papillas de arroz, cebada o maíz. También purés de papa u otros tubérculos de la región. Se recomienda mezclar con aceite, algún caldo o margarina para que su consistencia sea más aceptada por el niño(a), se puede mezclar con leche – es mejor si es leche materna. ▪ Iniciar con pequeñas cantidades hasta lograr que coma por lo menos, 3 Cdas. de comida 3 veces al día. ▪ Si la madre tiene disponibilidad de alimentos, recomendar iniciar un alimento por dos o tres días y luego introducir otro tipo. ▪ Empezar a comer purés de vegetales verdes o amarillos que son recomendables por su contenido de vitamina A. ▪ No agregar sal ni condimentos. ▪ Si rechazan algunos alimentos espere de 7 a 10 días y ofrézcalos de nuevo. ▪ Mezclar los alimentos que rechaza con los que le gustan. ▪ Continuar dando el pecho, procurando al menos, unas 6 – 8 veces en 24 horas.

Una de las principales recomendaciones es que el hecho de pasar a una alimentación complementaria no significa en modo alguno suspender la lactancia materna. Por el contrario, la ingestión de otra clase de alimentos complementa pero no sustituye los aportes de calorías, vitaminas, minerales y proteínas que la leche materna proporciona a los niños de esa edad.

A los seis meses de edad ya ha desaparecido en los niños y niñas el reflejo de protección de la lengua que hace que empujen hacia fuera los alimentos sólidos. Es hasta entonces que están preparados para ingerir comidas en forma de puré.


Iniciar con la alimentación complementaria antes de esa edad tiene desventajas tales como:

- Aumento de riesgos de infecciones y alergias
- Disminución de la producción de leche materna
- Reducción de la absorción del hierro de la leche materna
- Interferencia en el comportamiento alimentario del bebé

EDAD	RECOMENDACIONES PRINCIPALES
<p data-bbox="272 310 544 373">NIÑAS Y NIÑOS DE 9 A 11 MESES</p>  	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aumentar gradualmente la comida hasta lograr que coma por lo menos 4 cucharadas soperas de comida más un cuarto de tortilla o un pan en cada comida. ▪ Dar de comer cinco veces al día: tres comidas formales y dos refrigerios. ▪ En cada refrigerio dar una fruta, un pan dulce u otro alimento. ▪ Dar por lo menos una comida frita al día ▪ Incluir en su alimentación diaria, alimentos ricos en hierro como: espinaca, frijoles, huevo*, hígado y otros menudos. ▪ Incluir por lo menos un alimento rico en vitamina “A” y/o hierro, zinc, como: mango, papaya, zanahoria, ayote, hojas de mora, espinaca, hígado de pollo, azúcar con vitamina “A”, arroz, cereales. ▪ Que tenga su propio plato a la hora de comer. ▪ Preparar los alimentos con hierbas de olor (cilantro, perejil, apio u otros) en lugar de usar cubitos o consomés artificiales. ▪ Pueden comenzar a comer carne o pollo y puré de frijoles. Se recomienda moler la carne o deshilarla para que la mastiquen y traguen, aprovechando así los nutrientes de ésta. ▪ No dar bebidas gaseosas u otros refrescos artificiales, ni golosinas, porque tienen muchos químicos que producen alergias y demasiada azúcar que daña los dientes. ▪ Continuar dando de mamar, por lo menos 4 – 6 veces en 24 horas.

*Introducir huevo solamente si no se dispone de otra fuente de proteína animal-MSPAS

En esta edad se recomienda que el niño(a) tome sus alimentos sin mayor ayuda pero siempre acompañado o vigilado o los adultos.

EDAD	RECOMENDACIONES PRINCIPALES
<p style="text-align: center;">NIÑAS Y NIÑOS DE 1 A 2 AÑOS</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Incorporar al niño o niña a la comida familiar e ir aumentando la cantidad hasta lograr que coma por lo menos 5 cucharadas en cada comida. ▪ Dar de comer 5 veces al día: 3 comidas formales y 2 refrigerios. ▪ Dar por lo menos un alimento frito al día ▪ En cada refrigerio dar una cuarta parte de tortilla con una cucharada de la comida que tenga o un pan dulce o una fruta. ▪ Incluir en su alimentación diaria, alimentos ricos en hierro como: espinaca, frijoles, huevo, hígado y otros menudos. ▪ Incluir por lo menos un alimento rico en vitamina “A” y/o hierro, zinc, como: mango, papaya, zanahoria, ayote, hojas de mora, espinaca, hígado de pollo, azúcar con vitamina “A”, arroz, cereales. ▪ No dar bebidas gaseosas u otros refrescos artificiales, ni golosinas, porque tienen muchos químicos que producen alergias y demasiada azúcar que daña los dientes. ▪ Continuar dando de mamar.


Actividad 3

Objetivo: analizar la conveniencia de algunas prácticas relacionadas con la alimentación de los niños y niñas.

Indicación: Escriba sus comentarios sobre la siguiente situación


Los padres de Ana, una niña de 1 año, consideran que cuando llegan de trabajar necesitan descansar y comer tranquilos, por ello siempre le dicen a la persona que les ayuda en la casa que le den de comer a ella sola antes de que ellos lleguen. De acuerdo a la información proporcionada en las páginas anteriores, ¿Cuál es su opinión? ¿Qué les recomendaría a los padres de Ana?

Comentarios: _____

EDAD	RECOMENDACIONES PRINCIPALES
<p data-bbox="272 485 545 552">NIÑAS Y NIÑOS DE 3 A 4 AÑOS</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="669 390 1406 457">▪ Dar de comer 5 veces al día: 3 comidas formales y 2 refrigerios. <li data-bbox="669 464 1406 531">▪ Aumentar la cantidad de comida según el niño o la niña quiera. <li data-bbox="669 537 1284 562">▪ Dar por lo menos un alimento frito al día <li data-bbox="669 569 1406 678">▪ En cada refrigerio dar una media tortilla con una cucharada de la comida que tenga o un pan dulce o una fruta. <li data-bbox="669 684 1406 793">▪ Incluir en su alimentación diaria, alimentos ricos en hierro como: espinaca, frijoles, huevo, hígado y otros menudos. <li data-bbox="669 800 1406 972">▪ Incluir por lo menos un alimento rico en vitamina “A” y/o hierro zinc, como: mango, papaya, zanahoria, ayote, hojas de mora, espinaca, hígado de pollo, azúcar con vitamina “A”, arroz, cereales. <li data-bbox="669 978 1406 1119">▪ No dar bebidas gaseosas u otros refrescos artificiales, ni golosinas, porque tienen muchos químicos que producen alergias y demasiada azúcar que daña los dientes.

****Los niños y las niñas en edad pre-escolar están muy interesados en el conocimiento del mundo que les rodea, parecen no tener mucho interés en la comida y su apetito se ve disminuido porque su crecimiento es más lento que en los primeros años.***

**Conferencia Magistral de la Dra. Margarita Nuila de Villalobos, Nutricionista Salvadoreña en el Seminario Estimulación Temprana y Nutrición- ICEF, Junio 04*

EDAD	RECOMENDACIONES PRINCIPALES
<p data-bbox="233 352 586 422">NIÑAS Y NIÑOS DE 5 A 9 AÑOS</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="669 323 1360 386">▪ A esta edad el niño y la niña debe comer diariamente 3 comidas fuertes y 2 refrigerios <li data-bbox="669 390 1360 485">▪ En cada refrigerio comer: una fruta o un pan dulce o un pan o tortilla con queso, crema o frijoles. <li data-bbox="669 489 1360 621">▪ El desayuno es el tiempo de comida más importante, por ningún motivo permita que el niño y niña dejen de hacerlo o lo hagan incompleto. <li data-bbox="669 625 1360 720">▪ Dar por lo menos dos preparaciones fritas al día: arroz frito, frijoles fritos, plátano frito, yuca frita, pan con margarina o crema. <li data-bbox="669 724 1360 819">▪ Incluir en su alimentación diaria, alimentos ricos en hierro como: espinaca, frijoles, huevo, hígado y otros menudos. <li data-bbox="669 823 1360 982">▪ Incluir por lo menos un alimento rico en vitamina “A” y/o hierro, zinc, como: mango, papaya, zanahoria, ayote, hojas de mora, espinaca, hígado de pollo, azúcar con vitamina “A”, arroz, cereales. <li data-bbox="669 987 1360 1119">▪ No dar bebidas gaseosas u otros refrescos artificiales, ni golosinas, porque tienen muchos químicos que producen alergias y demasiada azúcar que daña los dientes.

Es importante que tanto los educadores como los padres y madres de familia estén concientes de algunas peculiaridades de los niños y niñas en estas edades: se fijan mucho en la presentación de los alimentos, no les gustan los “revoltijos”.

Como su estómago es pequeño, necesitan comer entre comidas.

I. e. La alimentación del niño y la niña con enfermedad

En el desarrollo de este documento hemos enfatizado en la importancia de una alimentación balanceada y variada para el desarrollo de niños y niñas sanos.

Sin embargo, los niños y niñas, por su misma vulnerabilidad están expuestos a diversidad de enfermedades que afectan su capacidad para la absorción de nutrientes y como consecuencia, su nutrición es descompensada.

A continuación, algunas recomendaciones para la alimentación de niños y niñas cuyo estado de salud está deteriorado o que padecen alguna enfermedad.

NIÑAS Y NIÑOS QUE PADECEN ENFERMEDADES	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Continuar con la comida normal en pequeñas cantidades y más veces al día. ▪ Buscar alimentos suaves, con poca grasa como por ejemplo: arroz, plátano salcochado, verduras o papas salcochadas. Los alimentos no le van a caer mal. ▪ Buscar alimentos que al niño le gustan (no golosinas) o agregar sal, limón o azúcar para agregar sabor. ▪ Si hay diarrea evitar los alimentos muy azucarados, porque pueden aumentar la diarrea. ▪ <u>Si</u> hay problemas respiratorios evitar los cítricos.
---	--

NIÑAS Y NIÑOS EN RECUPERACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dar una comida más al día para recuperar lo que perdió. ▪ Buscar un alimento especial, rico en nutrientes, como queso, huevo, aguacate, plátano frito u otro que el niño o niña prefiera. ▪ No dar bebidas gaseosas u otros refrescos artificiales, ni golosinas, porque tienen muchos químicos que producen alergias y demasiada azúcar que daña los dientes.
--------------------------------------	--

I.f. Desnutrición y su impacto en el desarrollo:

Las personas con mayor riesgo de desnutrición son:

- a) Los niños y las niñas menores de 6 años
- b) Las mujeres embarazadas
- c) Las mujeres en período de lactancia

Efectos de la desnutrición en los primeros años de vida:

- Un(a) recién nacido(a) es considerado con desnutrición cuando su peso al nacer es inferior a las cinco libras. Ese es un factor que le predispone a la morbilidad y mortalidad fetal, neonatal, post neonatal, Infantil y adulta.
- También existen posibilidades de desarrollar en edades posteriores enfermedades coronarias, diabetes y alta presión arterial y es determinante a la infección volviéndolos vulnerables ante infecciones oportunistas como la meningitis, otitis y paperas que dejan secuelas irreversibles.
- La prevalencia de discapacidades entre niños de bajo peso al nacer, es tres veces mayor que la prevalencia de éstas entre los nacidos con peso normal. El riesgo para aquellos con muy bajo peso (3.5 libras o menos) es 10 veces mayor.
- En cuanto a anomalías congénitas, el riesgo de niños y niñas nacidos con cinco libras o menos es dos veces mayor que niños/as con peso al nacer normal. Para nacidos con 3.5 libras el riesgo es tres veces mayor

En la edad escolar los niños y las niñas con desnutrición presentan falta de capacidad de concentración y asimilación de conocimientos y dificultad de adaptación y participación en juegos y otras condiciones de su edad.

Para los/as educadores/as y docentes es una obligación conocer el historial de nutrición de sus alumnos/as y las particularidades de sus hábitos alimenticios de sus alumnos y de la comunidad en general para apoyar orientando a las familias en algunas formas mejoradas de promover una buena nutrición.

Por otra parte, es importante tener información básica sobre las enfermedades que pueden afectar a los niños y las niñas y que pueden llegar a causarles la muerte. Según el documento "Ayudando a Crecer" de la Organización Panamericana de la Salud, (2003), las enfermedades diarreicas son la principal causa de defunción de las niñas y los niños menores de un año en América Latina. Estas enfermedades están asociadas a la malnutrición y al retardo en el desarrollo y crecimiento, ya que una de sus causas son las fuentes inseguras de agua y el manejo inadecuado de alimentos.

Se menciona también que las infecciones respiratorias agudas (IRAS) están dentro de las causas del 90% de las muertes en niños y niñas menores de un año. Según estudios realizados en países de la región latinoamericana incluyendo los desarrollados, las IRAS son la causa principal de consulta pediátrica.

La OPS menciona que la mayoría de estas infecciones suelen curarse con cuidados caseros, sin necesidad de ninguna medicina, logrando detectar a través de signos simples los casos leves y casos graves.

Por lo tanto cuidar la alimentación de los niños y las niñas es fundamental para la prevención de las enfermedades que suelen llevarlos a la muerte.

Importancia del monitoreo de peso y talla

Durante la niñez, el crecimiento está muy relacionado con la calidad de nutrición:

Si un niño o una niña se alimenta bien, tiene un crecimiento adecuado; por el contrario, un/a niño(a) con alimentación deficiente, generalmente tiene una talla menor a la esperada y bajo peso.

Por otra parte, puede darse un desequilibrio cuando la alimentación se da en exceso y no es equilibrada en cuanto a los alimentos que necesita el/la niño/a de acuerdo a su edad y nivel de actividad. Entonces se presentará sobrepeso y obesidad, que se constituyen en una condición de malnutrición.

Los problemas de malnutrición pueden prevenirse y así evitar que en la edad adulta se incremente el riesgo de padecer enfermedades.

A partir del nacimiento se debe llevar al/la niño o niña con personal calificado o bien entrenado para que lo/la pesen y lo/la midan con el propósito de vigilar su crecimiento y desarrollo. Es importantísimo recibir orientaciones sobre lo que se debe hacer para evitar la desnutrición, el sobrepeso o la obesidad en sus niños y niñas.

Muchos de los problemas de salud y desarrollo que presentan los niños y niñas se pueden prevenir *“utilizando adecuadamente los recursos de las mismas familias y la comunidad y con acciones pequeñas de cuidado de la salud y nutrición⁵”*.

La estrategia de prevención que se debe promover en las comunidades es el monitoreo periódico del peso de los niños y las niñas.

Los y las docentes deberán aprovechar todas las oportunidades que ofrezca el programa educativo para incorporar y promover contenidos de salud y nutrición en forma práctica:

- A través del horario y las actividades diarias
- En las sesiones de Escuela de Familia

⁵ Atención Integral en Nutrición en la comunidad. Manual de la Consejera Voluntaria. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social.

I.g. Recomendaciones generales para lograr una alimentación saludable:

Debemos recordar que una alimentación saludable es aquella que nos permite obtener todos los nutrimentos que el organismo necesita para su normal funcionamiento y nos provee la energía necesaria para el desarrollo de las actividades diarias en forma natural⁶.

Por ello es recomendable que la familia considere las siguientes recomendaciones.

DIEZ RECOMENDACIONES BASICAS PARA UNA BUENA NUTRICION

1. Consuma una alimentación variada como se le indica en el camino de la buena nutrición⁷.
2. Incluya en todos los tiempos de comidas, granos, raíces y plátano.
3. Coma todos los días tortillas y frijoles, por cada tortilla coma una cucharada de frijoles.
4. Coma todos los días verduras y hojas verdes.
5. Incluya frutas de estación en su alimentación
6. Coma por lo menos 3 veces a la semana, huevo, leche y sus derivados.
7. Coma carnes, menudos o hígados por lo menos una vez a la semana.
8. Consuma sal de La Casita, con la ollita azul porque tiene yodo.
9. Asegúrese de que el azúcar que consume esté fortificada con vitamina "A".
10. Tome abundantemente agua todos los días.

¿Qué beneficios obtiene al seguir una dieta saludable?

- Mantenerse en su peso adecuado.
- Prevenir enfermedades crónicas como Diabetes, Hipertensión, Cardiovasculares y otras.
- Mejorar su sistema de defensa para la prevención de enfermedades infecciosas
- Evitar la fatiga en el desempeño de su trabajo, manteniéndole activo y dinámico.
- Ayudar a prevenir algunos tipos de cáncer.
- Evitar deficiencias nutricionales tales como: anemia, bocio, ceguera, retardo en la talla, etc.

OTRAS RECOMENDACIONES A TOMAR EN CUENTA:

- Consuma diferentes tipos de alimentos durante el día.
- Reduzca el consumo de sal y azúcar.
- Aumente el consumo de alimentos ricos en fibra.
- Consuma más alimentos naturales y menos procesados químicamente.

⁶ Fuente: Guía de alimentación para la familia salvadoreña, MSPAS.

⁷ Es una manera gráfica que utiliza el MSPAS para presentar los alimentos necesarios para una buena nutrición y la frecuencia de su consumo.

I.h. Recetas de alto valor nutritivo y de bajo costo

Las cantidades de ingredientes están calculadas para 40 porciones

NOMBRE DE LA RECETA	INGREDIENTES	PROCEDIMIENTO
1. Pupusas de arroz y frijol	4 libras de harina de arroz 2 libras de frijoles fritos 1 repollo grande 20 tomates 2 cebollas Orégano	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mezclar la harina de arroz con agua caliente, hasta obtener una masa suave. ▪ Hacer una tortilla y poner una cucharada de frijoles fritos en medio de la tortilla. ▪ Formar las pupusas. ▪ Cocinarlas en comal o plancha. ▪ Acompañar con salsa de tomate o curtido. ▪ Para hacer el curtido: Picar finamente el repollo, pasarlo por agua hervida por un minuto y luego escurrirlo. Agregarle orégano y sal. ▪ Para preparar la salsa de tomate: Poner a hervir los tomates, cuando hayan hervido quitarles la cáscara y molerlos o licuarlos con cuatros tazas de agua, cebolla, cilantro y ajo. Luego poner al fuego hasta que hierva.
2. Sopa de frijoles con yuca	5 libras de frijoles 12 yucas pequeñas 1 manojo de cilantro 6 hojas de alcapate 3 cebollas medianas 3 cabezas de ajo Sal al gusto Opcional: limón para agregar a cada plato de sopa	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Limpiar y cocer los frijoles agregando los ajos, cebolla, cilantro y alcapate. ▪ Cuando estén casi blandos, agregar las yucas peladas en trozos y dejar que se termine de cocer y ablandar juntos. ▪ Agregar sal al gusto ▪ Servir caliente.
3. Sopa de frijoles con masitas	5 libras de frijoles rojos 3 cebollas con tallo 3 libras de maíz 3 cabezas de ajo Sal al gusto	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cocer el maíz y molerlo ▪ Limpiar y lavar los frijoles. ▪ Cocer con suficiente agua agregándole el ajo y las cebollas. ▪ Aparte, mezclar bien la masa con el queso fresco y sal. ▪ Formar las masitas y agregar a los frijoles cuando estén bien cocidos. ▪ Dejar cocer y verificar que los frijoles tengan suficiente sopa. ▪ Servir caliente.

Las cantidades están calculadas para una o dos porciones

NOMBRE DE LA RECETA	INGREDIENTES	PROCEDIMIENTO
1. Plátano en gloria	1 plátano grande maduro 3 cucharadas de azúcar 1 rajita de canela ½ taza de agua	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pelar el plátano y partirlo en rodajas un poco gruesas (5-6 rodajas por plátano más o menos) ▪ Poner en una cacerola el agua con la canela y el azúcar y ponerla al fuego. ▪ Cuando el agua comienza a hervir se le agregan las rodajas de plátano, se cocinan por unos pocos minutos, solo que se ablanden y luego bajarlo del fuego. ▪ Sacar en un platito y deshacer con un tenedor si los niños son pequeños, después de 9 meses ya no es necesario. <p>*Esta receta también se puede preparar con guineos de cualquier clase.</p>
2. Tortas de hojas de mora	2 manojos de hojas de mora 1 huevo ½ taza de harina de pan 3 cucharadas de aceite 1 cebolla picada finamente ½ taza de agua Sal yodada * para poner sobre las tortas (opcional) tomatada	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cortar las hojitas, lavarlas bien, hoja por hoja e4n abundante agua(para que no le quede tierra ni animalitos) ▪ Poner el agua a calentar junto con la sal, cuando esta caliente poner a cocinar las hojas por unos 10 minutos hasta que se ablanden. Luego sacarlas y escurrirlas. (no botar el agua, se puede agregara al arroz, o hacer una salsita con tomates picados). ▪ En un recipiente hondo, poner las hojas picadas, las cebollas picadas y sal al gusto. Luego mezclar el huevo y la harina. ▪ En una cacerola poner a calentar el aceite y hacer tortitas con las manos. Poner cucharadas sobre las mezclas sobre el aceite bien caliente. Dorarlas de un lado y luego darles vuelta y están listas para comer. <p>*Esta misma receta la puede preparar con las hojas de espinaca, chipilin o cualquier otra hoja verde comestible que se encuentre en la comunidad.</p>

II. ACOMPAÑAMIENTO TÉCNICO ENTRE COLEGAS

II. a. Consideraciones Generales:

El término “**Acompañamiento Técnico Docente entre Colegas**” es la traducción más cercana que hemos encontrado para la expresión de origen inglés “*Peer Coaching*” que se refiere a la asistencia personalizada que reciben algunos profesionales para mejorar su desempeño. El *Coach* observa permanentemente la práctica del colega y le apoya para que la mejore.

El Acompañamiento Técnico entre Colegas se utiliza en el contexto educativo y es una estrategia en la que los maestros se consultan unos a otros para analizar y compartir sus prácticas docentes utilizando la observación mutua en el aula como el medio por excelencia para refinar su accionar educativo y como consecuencia asegurar una enseñanza de calidad para todo el alumnado.

En diversidad de campos profesionales como la medicina, la ingeniería y la abogacía, se utiliza el acompañamiento técnico estructurado como un medio para perfeccionar técnicas propias de la profesión y ser más competitivos, sin embargo en el campo de la educación ésta no es una práctica común.

Un programa de desarrollo profesional con este enfoque es una estrategia excelente para promover la colaboración y la integración entre los y las maestras de un centro educativo, además su propósito de reflexión sobre la misma práctica educativa en el que no figura la evaluación como un fin - elemento que la mayoría de educadores perciben como amenaza - lo hace más valioso y aceptable.

En este enfoque, es el docente mismo quien identifica sus necesidades, fortalezas y toma la decisión sobre las áreas en las que debe enfocar su proceso de crecimiento profesional.

De la Supervisión al Acompañamiento Técnico entre Colegas:

El término Supervisión es sinónimo de inspección y vigilancia y se relaciona directamente tanto con el hecho de que el supervisor tiene un mayor rango de mando y el supervisado está en un nivel menor de decisión, como en la expectativa de la asignación final de una calificación o “veredicto”.

El Acompañamiento Técnico entre Colegas (*Peer Coaching*) supone, por el contrario, una relación de igualdad, un acuerdo mutuo sobre las necesidades de los docentes en cuanto a lo que desean que se les observe y lo que **sus colegas** les van a observar en el aula con el fin de fortalecer las áreas en las que reconocen que necesitan fortalecer.

A pesar de los avances en cuanto a nuevos enfoques de supervisión y asesoría docente, en su mayoría los y las profesionales de la educación todavía ven a una persona externa al centro escolar o con mayor jerarquía en la institución como un ente evaluador y supervisor, que además de tener cierto nivel de autoridad es parte del sistema educativo de evaluación lo que genera resistencia y recelo. Ello limita la posibilidad de que su acercamiento sea recibido como amigable e imparcial.

El acompañamiento técnico entre colegas debe promoverse como una alternativa a las evaluaciones tradicionales que el sistema educativo diseña y realiza con el objetivo de diagnosticar las fortalezas y debilidades del cuerpo docente.

El acompañamiento técnico entre colegas puede ser aceptado por los docentes puesto que no supone una calificación final y es aún mejor aceptado si lo perciben como un programa estructurado, apoyado y legitimado por las autoridades del Centro Escolar.

La relación docente en esta estrategia se basa en la confianza mutua y la confidencialidad, en un ambiente de seguridad en el que todos aprenden y crecen juntos profesionalmente por lo tanto, no es parte del sistema de evaluación.

La/el maestra/o tiene que ser la/el **protagonista** de su propio desarrollo profesional y tiene el cien por ciento del control sobre el aspecto a ser observado, cuándo se realiza, dónde, quién y cómo.

Beneficios del Acompañamiento Técnico entre Colegas:

- Permite a los docentes trabajar juntos a nivel profesional.
- Evita el aislamiento
- Promueve la reflexión y el análisis de la práctica educativa en un ambiente tranquilo y amigable
- Promueve la retroalimentación específica
- Fomenta la colaboración en todo el recinto escolar

Como resultado final todos/as los/las maestros/as experimentan cambios positivos en su práctica profesional

II. b. Niveles del Acompañamiento Técnico entre Colegas:

El reconocido autor, Charley Reese del Orlando Sentinel- un periódico de Florida- escribió un editorial sobre los cuatro niveles que los/as lectores/as deben considerar cuando evalúan hechos políticos.

Stephen Barkley⁸ retoma estos cuatro niveles y los aplica a la práctica del Acompañamiento Técnico entre Colegas (*Peer Coaching*) en el ambiente educativo.

Según Barkley, estos cuatro niveles son de gran importancia para un acompañamiento técnico exitoso en el aula pues si previo a un proceso de observación/accompañamiento, los/as maestros/as han sido constantemente reafirmados en su Visión y dominio de las Estrategias y Tácticas, seguramente estarían mejor dispuestos/as para aceptar las sugerencias y comentarios de su acompañante técnico.

Niveles del Acompañamiento Técnico entre Colegas	
1. Visión	Entendida como el éxito con el que el Centro Educativo logra su misión en relación a la educación de los y las estudiantes y la sociedad. Debe existir un acuerdo serio entre el personal de la institución, tanto entre el personal educativo como el administrativo sobre la visión y la misión del Sistema Educativo: deberá haber una discusión sustancial sobre si el docente y el acompañante técnico quieren colaborar exitosamente en la toma de decisiones que afectan a los otros niveles de esta práctica: la estrategia, la táctica y la ejecución de las acciones educativas.
2. Estrategia:	En el acompañamiento técnico docente. La estrategia deberá ser entendida como el currículo educativo vigente y legalizado por las autoridades educativas o el curso en estudio; así como las creencias, valores y prioridades del/la docente.
3. Táctica:	Es el Plan de Clases que describe el proceso para lograr las metas y que se relaciona con la estrategia general. Este Plan de Clase diario se convierte entonces en el camino que el docente seguirá.
4. Ejecución:	Aquí se incluyen todas las destrezas y habilidades que el/la docente pone en práctica para ejecutar el plan de clases.

⁸ Stephen G. Barkley educador y autor de varios libros sobre Acompañamiento Técnico Docente y vicepresidente de una firma consultora en temas de educación.

***Actividad 1**

Objetivo: Indagar sobre el conocimiento personal del primer nivel de Acompañamiento Técnico Docente en el Aula.

- **¿Conoce usted y está identificado(o) con la Visión y Misión del Sistema Educativo Nacional?**

Sí____ No____

- **Escriba las palabras que considere clave en ambas:**

- **¿Podría escribir de memoria la Misión y Visión de su institución?**

Sí____ No____

- **¿Está todo el personal de su Centro Escolar identificado con éstas?**

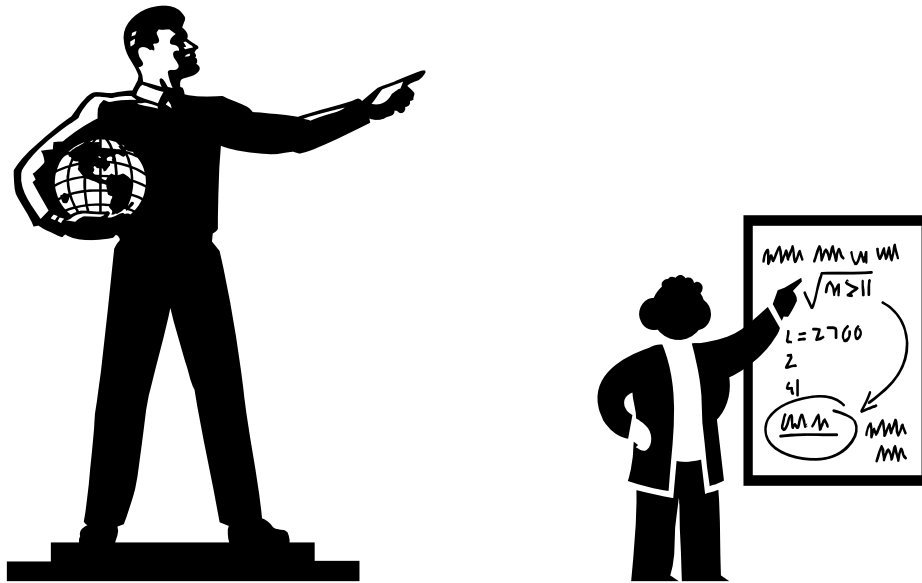
Sí____ No____

*Esta información es insumo para una actividad grupal.

Algunas razones que justifican el enfoque de Acompañamiento Técnico entre Colegas:

- El descontento que genera en los y las docentes y en los/as evaluadores/as la medición de la productividad de los y las docentes.
- Muchos técnicos/as evaluadores/as documentan la resistencia y antagonismo docente cuando son retroalimentados sobre algunas debilidades en cuanto a su desempeño.
- Generalmente, los y las docentes relacionan las observaciones y comentarios con una desaprobación de sus técnicas y estrategias.
- En algunos casos, los comentarios pueden ser considerados por el/la docente como una evaluación de su visión como educador/a.

A continuación se le solicita que observe la siguiente ilustración:



¿Qué idea le dan las imágenes anteriores? ¿Cómo las relaciona con el tema que se está tratando?

Escriba sus comentarios:

Actividad 2

a) Mini-rapi-test

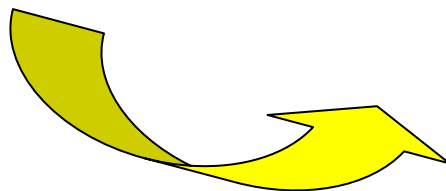
Objetivo: estimular la reflexión sobre la percepción personal de la evaluación externa

Indicación:

En forma individual responda Sí o No a las siguientes preguntas encerrando en un círculo su respuesta:

- Me siento incómoda(o) cuando mi supervisor(a) inmediato me observa durante el desempeño de mis actividades laborales:.....Sí No
- Si tiene algún documento de registro me siento nerviosa (o):..... Sí No
- Creo que las personas que me supervisan deben tener mejores conocimientos que yo.....Sí No
- Acepto tranquilamente las observaciones y/ o sugerencias de mi supervisor/a..... Sí No
- Quisiera tener la oportunidad de observar a mi supervisor/a desarrollando mis funciones.....Sí No

Una vez contestadas las preguntas anteriores, favor pasar a la siguiente página



b) Mis resultados:

Ahora, sume sus repuestas e identifique la categoría en la que se ubica:

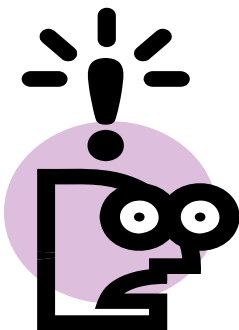
5 veces Sí = En total desacuerdo a ser supervisado (a)

4 veces Sí = Mucha resistencia a ser supervisado(a)

3 veces Sí = Se resiste a ser supervisado(a)

2 veces Sí = Poca resistencia a ser supervisado(a)

1 vez Sí = Acepta ser supervisado(o)



¿Sorprendido(a) del resultado?

El ejercicio anterior tiene como propósito orientar una reflexión personal sobre su respuesta o disposición a ser supervisado(a).

II. c. Fases para el establecimiento de un programa de Acompañamiento Técnico entre Colegas

La implementación de esta estrategia implica la práctica previa de actividades de observación como preparación:

Practicar la observación: los y las participantes deben realizar prácticas de observación durante algunas semanas por dos razones importantes:

- a) Para ejercitar la recolección objetiva de información, es decir, no anotar “cosas buenas o malas”, solamente hechos.
- b) Para desarrollar su tolerancia hacia la presencia de colegas observadores/as en sus aulas. Algunos/as docentes trabajan “a puerta cerrada” pues perciben la observación como una amenaza.

Bárbara Gottessman, reconocida educadora y autora del libro Acompañamiento Técnico entre Colegas define **tres fases** en las que el Acompañamiento Técnico debe ser implementado para asegurar su éxito:

Fase 1: Visitas de Observación entre colegas: en esta fase el objetivo es romper las barreras de relación que han sido construidas a base del individualismo muchas veces promovido por los sistemas tradicionales de evaluación que ponen a los y las docentes a competir entre ellos/as: llevar a los y las docentes, del aislamiento a una relación de visitas profesionales entre colegas que sea cómoda para el/la visitado/a y para el/la que visita el aula. Aunque puede variar de Centro Escolar a Centro Escolar, se recomienda que esta fase tenga una duración no menor de dos meses.

Importante:

Durante la fase de visitas de observación entre colegas no deberán hacerse comentarios ni intercambios de información.

Fase 2: Retroalimentación entre colegas: se le considera la fase de transición entre visitas sólo de observación y el Acompañamiento Técnico Puro. **Implica una serie de 5 pasos:**

- 2.1. La solicitud de una visita
- 2.2. La visita
- 2.3. La revisión de las anotaciones de y por el observador
- 2.4. La conversación post-visita
- 2.5 La revisión del proceso.

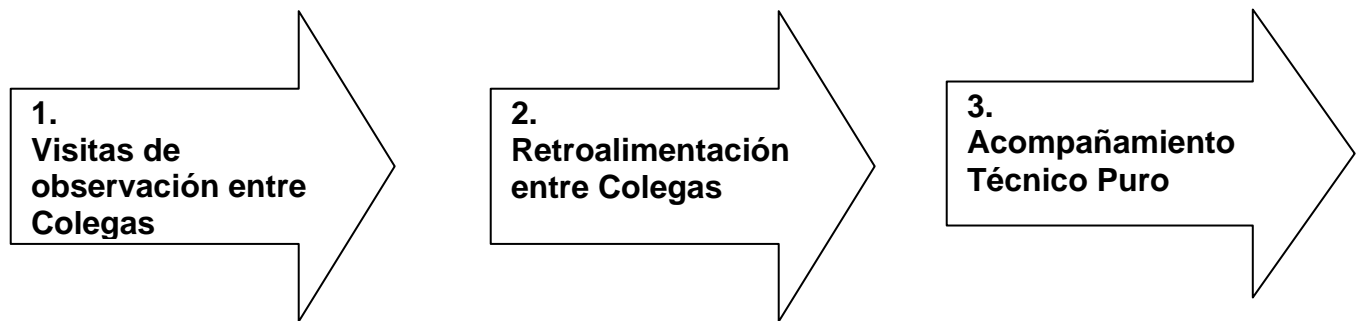
Importante:

El /la observador(a) solamente presenta al observado los hechos anotados, sin calificar lo que ha observado y sin ofrecer ninguna sugerencia o apoyo.

Fase 3: Acompañamiento Técnico Puro: en esta fase, a diferencia de la anterior, el o la observador/a diseña y ofrece sugerencias para el mejoramiento sólo si la persona observada muestra interés por ello. Después de recolectar la información, en el paso 3, el/la observador/a elabora una lista de tres posibilidades o sugerencias de mejora y la tiene a mano para entregarlas durante la Conversación post-visita.

Importante:

En esta fase se deben hacer preguntas generadoras con el propósito de motivar a la maestra para que reflexione.



Actividad 3

Objetivo: Reflexionar sobre los procedimientos y actitudes necesarios para llevar a cabo una adecuada observación entre colegas.

Indicación: Lea los siguientes casos y reflexione con un(a) compañero(a) cercano(a) sobre los aspectos que puntualizan las preguntas.

Caso 1

El director del centro escolar “El Paraíso” ha escuchado rumores de ciertas dificultades que experimentan los y las docentes de su institución en sus relaciones interpersonales. Para tener una idea de lo que ocurre, le pide a la subdirectora que observe la manera en que se relacionan los(as) maestros (as) cuando no están en el aula. La subdirectora realiza la petición del director durante dos semanas anotando sus impresiones sobre el problema. Escribe un informe con afirmaciones de este tipo:

- “La relación interpersonal de las(os) maestras (os) es deficiente, debe mejorarse”.
- “Los maestros(as) no tienen maneras adecuadas de pedir favores”
- “En general, se puede decir que la manera en que se relacionan los y las docentes es poco amigable, indiferente y con falta de tacto”

¿Qué opinan sobre las afirmaciones que hizo la subdirectora?

¿Qué tipo de insumos le ofrecen al director para formarse una idea de la situación?

¿Cómo entiende el proceso de observación la subdirectora?

Caso 2

La maestra Teresa, recibe una capacitación sobre procesos de apoyo y acompañamiento técnico que pueden realizar los(as) maestros(as). El tema le entusiasma, por lo que solicita a la directora una reunión con el personal docente para plantear la posibilidad de realizar procesos de este tipo entre sus compañeros(as).

Al escucharla, algunos(as) docentes expresan su oposición de ser observados(as) por otros(as) colegas. La reunión termina sin ningún acuerdo favorable a la propuesta de Teresa. Ella opta por olvidar el tema y evitarse problemas.

¿Por qué reaccionaron los/as maestros/as negativamente a la proposición de Teresa?

¿Qué opinan del papel de la directora en la situación planteada?

¿Qué estrategias le recomendaría a Teresa para obtener mejores resultados?

II. d. Recomendaciones Generales para la implementación exitosa de la estrategia ATEC⁹

- **Para la Solicitud de Visita de Observación:**
 - ✓ El/la observador/a debe asegurarse de que entiende claramente el proceso de la visita y que el tema o aspecto a observar está bien claro. Una manera de asegurar que la solicitud de visita es clara es la determinación del método de recolección de información.
 - ✓ Debe asegurarse del tiempo de inicio, la duración de la observación,
 - ✓ El lugar en el que va a ser colocada su silla
 - ✓ El tema específico que va a observar.

La determinación (acordada entre el/la observador/a y el/la observado/a) del método de recolección de información es clave en el entendimiento del proceso de la visita.

Un ejemplo: Si el aspecto a observar es la ubicación de la/el maestra/o durante la clase quizás un mapa de los lugares por donde camina la/el maestra/o sea una manera adecuada de recolectar la información o si la solicitud se trata del tiempo que los/as estudiantes esperan algo de la/el maestra/o quizás el registro de los segundos o minutos que se quedan sin interactuar con la/el maestra/o, los materiales o los demás estudiantes es la mejor forma recolectar datos.

- **Para la Visita de Observación:**
 - ✓ La visita no debe durar más de diez minutos al inicio del programa de asistencia técnica en el aula entre colegas.
 - ✓ El/la observador/a debe entrar el salón causando la mínima interrupción de la clase y sentarse en el lugar previamente acordado.
 - ✓ Debe indicar en su hoja de notas el tema de la observación, la hora del inicio de la observación y la hora de terminación.
 - ✓ El/la observador/a debe anotar los hechos durante la observación pero solamente durante el tiempo especificado por la/el maestra/o y los hechos que son directamente relacionados con el asunto o el tema de la visita.

La visita debe durar el tiempo acordado entre los/as colegas y debe enfocarse solamente en el aspecto definido. Es posible que haya algo interesante que pasa durante el tiempo de la observación pero si no está directamente relacionado con el tema, no es necesario tomar notas sobre ello.

• ⁹ Peer Coaching for Educators. Barbara Gotessman. Segunda edición. Scarecrow press. Inc. Maryland

- **Para la Revisión de las Anotaciones y el listado de posibilidades, sugerencias o alternativas de mejora:**
 - ✓ El/la observador/a debe tomar unos diez o quince minutos para repasar las notas y ordenarlas.
 - ✓ Durante la conversación, compartirá las notas con la/el maestra/o y luego se las entregará por lo que deben ser organizadas y legibles.
 - ✓ También ese repaso de sus notas le da la oportunidad de reflexionar sobre lo que vio y lo que puede preguntar a la/el maestra/o para ayudarlo a reflexionar sobre sus anotaciones.
 - ✓ Todas lo anotado deben ser hechos, nada de interpretación ni positiva ni negativamente.

Una buena manera de ordenar las anotaciones es empezar con un comentario sobre el propósito de la visita.

- **Para la Conversación Post-visita:**

Ese paso del proceso es muy importante y muy sensible. Lo más importante es realizarlo en un lugar amigable para la/el maestra/o, muchas veces la mejor opción es su aula. La posición de los asientos es muy importante también así como su lenguaje corporal:

- ✓ Las sillas para esa conversación no deben mostrar ninguna posición de poder como una persona detrás del escritorio y la otra enfrente.
- ✓ Si hay una mesa grande donde se pueden sentarse una al lado de la otra sería lo mejor.
- ✓ Es mejor sentarse a la par porque van a estar leyendo las notas juntas(os), compartiendo la observación en un 100%.
- ✓ El/la observador/a debe mantener una postura abierta, mantener contacto visual y no debe juzgar (positivamente ni negativamente) ni con su lenguaje corporal.
- ✓ La conversación debe ser guiada por las notas evitando cualquier comentario de evaluación – ni positivo ni negativo. Si la/el maestra/o le hace preguntas que piden evaluación como, “Que pensó sobre mi metodología” el/la observador/a puede recordarle que sólo va a hablar de los hechos y del tema mutuamente acordado

Por lo general, si la conversación se extiende a más de 10 minutos, la conversación pierde su propósito. Es mejor dejar fuera otros comentarios y solamente enfocarse en la observación.

- **Para la revisión del proceso:**

- ✓ El propósito de este paso es mejorar el proceso para la siguiente vez.
- ✓ Ambas personas repasan la guía o los formularios de control para asegurarse de que se ajustaron a todo lo acordado o sugerido.
- ✓ Algunas preguntas a tomar en cuenta son:

- ¿Quién habló la mayor parte del tiempo?
- ¿Hizo comentarios evaluativos o para juzgar?
- ¿Discutimos sentimientos o hechos?
- ¿La retroalimentación fue específica?
- ¿Las preguntas generaron la reflexión de la maestra?
- ¿Sería mejor grabar la clase observada?
- ¿Quién se beneficia más del proceso?
- ¿La maestra solicitará otra visita?

Actividad 4

Objetivo: Analizar la importancia de las fases y procedimientos del Acompañamiento Técnico entre Colegas.

Indicación: **Conteste con sus palabras las siguientes interrogantes o proposiciones:**

¿Por qué es necesario realizar la fase 1 y la fase 2 que propone Bárbara Gottessman, antes de llevar a cabo el Acompañamiento Técnico Puro?

Escriba tres recomendaciones que se deben tener en cuenta al momento de realizar los 5 pasos de la Retroalimentación entre Colegas.

1. La solicitud de la visita:

- a) _____
- b) _____
- c) _____

2. La visita:

- a) _____
- b) _____
- c) _____

3. La revisión de las anotaciones de y por el observador:

- a) _____
- b) _____
- c) _____

4. La conversación post-visita:

- a) _____
- b) _____
- c) _____

5. La revisión del proceso:

- a) _____
- b) _____
- c) _____

II. e. Documentando el Proceso de Acompañamiento Técnico entre Colegas

Es de mucha importancia asegurar y documentar todo el proceso de Acompañamiento Técnico entre Colegas. Para ello, ambos participantes deberán utilizar formas de registro escritas, es decir un formulario de control para “chequear” si ya han cumplido o están cumpliendo con todos los pasos o preparativos

A continuación se presenta una propuesta de formulario de control de todos los detalles a tener en cuenta para desarrollar los cinco pasos incluidos tanto en la fase dos como en la fase tres. El observador y el observado deberán llenarlo juntos.

Los Cinco Pasos del ATEC

1. Solicitud de la Visita (5 minutos):

- Observación solicitada
- Aspecto específico a observar definido
- El/la observador/a afina el aspecto a observar
- Confidencialidad establecida
- No hay intención de evaluar ni calificar**
- Definición del momento a observar durante el día de clases
- Acuerdo mutuo sobre el método de recolección de información
- Esquema del lugar de observación y del aula, si es necesario
- Silla para el/la observador/a
- Hora y lugar
- Hora acordada para la conversación después de la visita

El tema de la visita, la hora y el lugar, la ubicación de la silla del o la observador/a deben ser decididos previamente por la persona que solicita la visita.

Apuntes :

2. Realización de la Visita (10 minutos)

- El aspecto a observar escrito como título en la hoja donde va a anotar las observaciones
- Hora de inicio y hora de finalización
- Método para la recolección de información
- No llevar en mente nada de evaluación ni apreciación**

Apuntes:

3. Revisión de las anotaciones de y por el observador. Elaboración de listado de posibilidades o sugerencias de mejora.(10-15 minutos)

- Información revisada y eliminación de comentarios evaluativos
- El maestro se ha preparado revisando su desempeño en la clase y la actividad de los alumnos
- Tres preguntas generadoras
- No aparece nada de evaluación ni apreciación**
- Lista de sugerencias, posibilidades o alternativas de mejora.

Apuntes:

4. Conversación post-visita (5-10 minutos)

- Planificación del lugar donde se van a sentar
- La maestra o el/la observador/a reafirman el propósito de la visita
- Evitar comentarios “yo pienso”
- El/la observador/a repasa la información recolectada sin hacer otras observaciones
- El/la observador/a procura no responder a preguntas de la maestra que pide una evaluación como, “¿Qué pensaste de mi clase?”
- Hacer tres preguntas generadoras para motivar la reflexión sobre el tema específico observado
- Asegurar que la maestra hable y analice
- No aparece nada de evaluación ni apreciaciones**
- La maestra solicita sugerencias o alternativas
- La maestra solicita otra visita
- El/la observador/a entrega todas las notas a la maestra
- El/la observador/a asegura a la maestra que todo es confidencial
- Se programa otra sesión o visita

Apuntes:

5. La revisión del proceso: (3 minutos)

- La reacción de la maestra hacia la observación
- La reacción de el/la observador/a
- Valor del método para la recolección de información
- Debilidades y fortalezas de la conversación
- ¿Quién aprendió más?

Apuntes:

II. f. Los Roles de los y las Participantes

Los y las participantes principales en esta estrategia son el personal docente de aula y el director(a) del Centro Educativo, ambos actores tienen que estar comprometidos con la estrategia y tener una mente abierta a los cambios para que la mejora de la práctica educativa sea una meta alcanzada al finalizar el proceso.

Rol de los y las docentes de aula:

- Estar comprometido con los conceptos y objetivos del ATEC
- Estar dispuesto a asumir un nuevo lenguaje y postura común de colaboración encaminado a orientar la revisión de su práctica “sin culpa ni gloria”.
- Adoptar los dos roles de la estrategia: observado y observador cuando sea requerido
- Actuar como colega y como profesional

Rol de Director(a)

- Estar comprometido(a) con los conceptos y objetivos del ATEC
- Establecer nuevas normas internas de acuerdo a la estrategia
- Identificar, definir su participación
- Proporcionar apoyo en la promoción, definición y legitimación de la aplicación de la estrategia (en un principio)
- Proporcionar el tiempo necesario y asumir responsabilidades
- Generar apoyo externo
- Responder a las necesidades identificadas como resultado del Acompañamiento Técnico entre Colegas.

En síntesis, el Acompañamiento Técnico entre Colegas (ATEC) ofrece un medio para el desarrollo de una comunidad de aprendizaje más sólida, enfocada y mejorada.

Temas en los que los docentes comúnmente solicitan apoyo

Las experiencias documentadas de Acompañamiento Técnico entre Colegas identifican los temas o aspectos más comunes o temas en los que los y las docentes solicitan apoyo a través de la estrategia:

- ❖ Equidad de género en cuanto a interacciones entre la/el maestra/o y sus estudiantes,
- ❖ Tipo de preguntas que hace la/el maestra/o (que requieren que los/as estudiante interpreten, repitan, analicen, recuerden, etc.),
- ❖ Lugar en el que se ubica el/la docente durante la lección – frente de los/as estudiantes, caminando en todo el salón etc.,
- ❖ Cantidad de tiempo que el docente utiliza en demostración versus observación,
- ❖ El tiempo que los/as estudiantes pasan esperando algo de la maestra,
- ❖ Las formas de disciplina utilizadas
- ❖ Claridad de instrucciones para los/as estudiantes., etc.

Se recomienda que el personal, en forma conjunta y conciente identifique todas las fortalezas y debilidades de la institución como punto de partida para comenzar a dialogar sobre la aplicación de la estrategia.

¡¡Suerte en su esfuerzo por la mejora de su Centro Escolar!!

BIBLIOGRAFÍA

- Organización Panamericana de la Salud, "Manual de crecimiento y desarrollo del niño, Organización Mundial de la salud, Washington, D.C, E.E.U.U, 1993.
- Organización Mundial de la Salud. Nutrición infantil y progresos realizados en la aplicación del Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna. Informe de la Secretaría.109º. reunión.
- Secretaría de Salud. Gobierno de la República Mexicana. Nutrición Infantil: compromiso social, prioridad gubernamental.
- Nutrición infantil y rendimiento escolar. Conferencia dictada por el doctor Carlos Hernán Daza. VIII Congreso Nacional de Nutrición y dietética, Cali, Agosto/97
- Estudios sobre el efecto de la lactancia materna en el desarrollo intelectual y motor. Mortenson y otros.
- The brain of my newborn baby. David Chamberlain. Berkeley, California. 1998
- Atención Integral en Nutrición en la Comunidad, Manual de la Consejera Voluntaria. MSPAS, El Salvador.
- Atención Integral en Nutrición del Nivel Comunitario, Manual del Facilitador y Facilitadora, AIN. MSPAS.
- Ayudando a Crecer. Información de Referencia sobre el Desarrollo Integral de Niñas y Niños menores de 6 años. OPS-OMS, 2003.
- Guía de Alimentación para la Familia Salvadoreña, MSPAS.
- Recetario de Comidas Tradicionales Salvadoreñas. ¡Deliciosas! y ¡de alto Valor Nutricional! Save the Children, USA, Version Revisada, 2004.
- Peer Coaching for Educators. Bárbara Gotessman.Segunda edición. Scarecrow press. Inc. Maryland
- Alternatives to teachers Evaluations. Stephen Barkley and Regina Cohn. Artíículo
- Coaching para tus hijos.Celia Chávez Cham.Norma Ediciones. 2003
- Job Embedded Coaching. Stephen Barkley y Terri Bianco. Artículo.
- Peer Coaching.
- Professional Development Strategies- Peer coaching and Review. Artículo

Implementado por



American Institutes for Research, Education Development Center,
Save the Children, Sesame Workshop

Este documento ha sido elaborado por la Gerente de Educación y la Especialista en Educación Inicial, con el aporte del Equipo Facilitador, todos del Componente 1 del proyecto EDIFAM bajo la supervisión de los técnicos enlace del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social y del Ministerio de Educación de El Salvador designados para el proyecto.