



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

8

Fecha de presentación: diciembre, 2022 Fecha de aceptación: febrero, 2023 Fecha de publicación: abril, 2023

Orientación familiar y el desarrollo de hábitos alimentarios desde un enfoque de Ciencia tecnología y sociedad

Family orientation and the development of eating habits from a Science,
Technology and Society approach

M. Sc. Dulce María Jiménez Cárdenas¹

duljimenez@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-9492-843x>

M. Sc. Lisandra Jiménez Izquierdo²

l.jimenez@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9844-9898>

M. Sc. Santiago Díaz Suárez³

santiagodz@ap.cf.rimed.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2825-119X>

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Jiménez Cárdenas, D. M., Jiménez Izquierdo, L. y Díaz Suárez, S. (2023). Orientación familiar y el desarrollo de hábitos alimentarios desde un enfoque de Ciencia tecnología y sociedad. *Revista Mapa*, 8(31), 86- 105

<http://revistamapa.org/index.php/es>

¹ Profesor del Centro Universitario Municipal Aguada de Pasajeros, Cuba

² Profesora Asistente Departamento de Estudios Socioculturales, Universidad de Cienfuegos, Cuba

³ Profesor del Centro Universitario Municipal Aguada de Pasajeros, Cuba

RESUMEN

La existencia de una política social del conocimiento es la que hace posible un amplio proceso de apropiación del conocimiento y dota al mismo de una amplia función social. En este sentido los estudios sobre ciencia y tecnología adquieren gran valor, sobre todo cuando se trata de elevar los resultados de la labor educativa, al considerar sus potencialidades para el cumplimiento de los objetivos de cada nivel educativo. Desde esta perspectiva se hace necesario el análisis, desde un enfoque Ciencia Tecnología y Sociedad (CTS), de la orientación familiar para el desarrollo de hábitos alimentarios en niñas y niños de tercer año de vida. Para preparar a la familia se requiere del estudio de conceptos y enfoques a partir del reto que representa para el sistema educativo de la primera infancia desarrollar hábitos alimentarios correctos en la edad temprana. Los resultados emanados de la ciencia y la tecnología se presentan como respuesta ante la necesidad de orientación a la familia de niños y niñas de dos a tres años de edad del nivel educativo Primera Infancia para potenciar los niveles de preparación para el accionar educativo hacia el trabajo en la formación de hábitos alimentarios indicadores que contribuyen al desarrollo integral de los niños, máxima aspiración de este nivel educativo.

Palabras claves: ciencia-tecnología y sociedad, hábitos alimentarios, orientación familiar

ABSTRACT

The existence of a social knowledge policy is what makes possible a broad process of appropriation of knowledge and endows it with a broad social function. In this sense, studies on science and technology acquire great value, especially when it comes to raising the results of educational work, considering their potential for meeting the objectives of each educational level. From this perspective, it is necessary to analyze, from a CTS approach, family guidance for the development of eating habits in girls and boys of the third year of life. To prepare the family, it is necessary to study concepts and approaches based on the challenge that developing correct eating habits at an early age represents for the early childhood education system. The results emanating from science and technology are presented as a response to the need for guidance to the family of boys and girls from two to three years of age of the Early Childhood educational level to enhance the levels of preparation for educational action towards work. in the formation of eating habits, indicators that contribute to the integral development of children, the highest aspiration of this educational level.

Keywords: science-technology and society, eating habits, family orientation



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

INTRODUCCIÓN

En el momento actual el nivel de desarrollo científico-técnico exige la formación de hombres y mujeres cada vez más capaces de comprender, aplicarlo y continuararlo. El desarrollo científico y tecnológico es uno de los factores más influyentes sobre la sociedad contemporánea. El desarrollo del mundo, sería impensable sin el avance de las fuerzas productivas que la ciencia y la tecnología han hecho posibles. Los poderes políticos y militares, la gestión empresarial, los medios de comunicación masiva, descansan sobre pilares científicos y tecnológicos. También la vida del ciudadano común está influenciada, notablemente, por los avances científico - técnicos.

En el ámbito nacional se promueven estrategias en los campos de la economía, la educación y la política científica y tecnológica que intentan ofrecer respuestas efectivas a ese desafío con un proyecto de desarrollo que tiene como pilares la justicia social, la participación popular, la equidad y la solidaridad en el que se ha diseñado e iniciado la aplicación de estrategias que permiten convertir los conocimientos y las tecnologías de la información y las comunicaciones en instrumentos a disposición del avance y las profundas transformaciones educativas; todo ello a partir de la claridad política del Estado cubano

Esta formación se logra plenamente si el desarrollo de capacidades, habilidades, actitudes, intereses, se inicia en las edades más tempranas, por lo que se considera un objetivo educativo esencial desde la primera infancia. Propósito fundamental previsto en el modelo de la educación cubana que tiene como fin el logro del desarrollo y la formación integral de la personalidad de los educandos con una base cultural en correspondencia con los ideales patrióticos , cívicos y humanistas de la sociedad socialista cubana en su desarrollo próspero y sostenible, expresados en la forma de sentir, pensar, actuar, de acuerdo con sus particularidades e intereses individuales, en correlación con las necesidades sociales que le permiten asumir una concepción científica del mundo y prepararse para la vida.

En este sentido el nivel educativo en la Primera Infancia en correspondencia con el modelo cubano tiene como fin único lograr el máximo desarrollo integral posible de cada niña y niño, desde su nacimiento hasta los seis años de edad.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

En este nivel educativo corresponde a los círculos infantiles la alta responsabilidad de preparar para la vida niñas y niños en correspondencia con las responsabilidades creadas por el medio social revolucionario y con vista a dar respuesta a las necesidades que supone su desarrollo. La influencia educativa que recibe la niña o niño en el hogar, círculo infantil o escuela debe guardar estrecha unidad. Ellas determinan que la institución y los padres trabajen en conjunto, plantearse tareas comunes, utilizan formas similares de tratar a las niñas y niños y de enseñarlos.

La familia desempeña un papel formativo fundamental pues los padres educan a sus hijos según sus propios patrones morales. Los estímulos que los niños y jóvenes reciben y los ejemplos que observen en el seno familiar, tendrán una influencia muy importante en la formación de hábitos y actitudes y en su conducta fuera del hogar. En las primeras edades la formación de hábitos alimentarios adquiere una enorme significación, por tanto, constituye una vía importante para la instauración de las primeras normas morales que la sociedad plantea al niño y a la niña como cualidades de la personalidad. El tema de orientación de la familia para el desarrollo de hábitos alimentarios en niñas y niños de tercer año de vida desde el enfoque ciencia – tecnología y sociedad, es inevitable pues no solo trata las cuestiones relacionadas con el desarrollo correcto de hábitos alimentarios sino a cómo ha evolucionado y ha incidido en el desarrollo de la sociedad. Es decisivo entonces la capacitación de la familia y con la utilización de las vías más efectivas como: la visita al hogar, la misma permite a los docentes constatar la realidad educativa hogareña, comprobar si las orientaciones brindadas se han tomado en cuenta y sobre esa base realizar la intervención. La presente investigación pretende analizar la orientación familiar y desarrollo de hábitos alimentarios desde un enfoque de Ciencia, Tecnología y Sociedad, de ahora en adelante (CTS)



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

DESARROLLO

El desarrollo de hábitos alimentarios y enfoque CTS

El nivel educativo en la Primera Infancia como primer eslabón en el sistema de educación cubana sienta las bases para el desarrollo integral de las niñas y niños desde su infancia más temprana. Por lo que el círculo infantil tiene como objetivo principal el desarrollo de un programa educativo para lograr el máximo desarrollo integral posible de las niñas y niños, mediante la elaboración de un sistema de influencias pedagógicas sistemáticamente estructuradas y organizadas, dirigidas al desarrollo de las diferentes esferas de la personalidad. Entre estas esferas se encuentra la formación de hábitos. Dada la incidencia del desarrollo de hábitos alimentarios en la percepción de la realidad circundante, y en el proceso de construcción del conocimiento, resulta de suma importancia establecer la relación entre hábitos alimentarios, ciencia – tecnología y sociedad. Se toman en cuenta todoreflexión acerca de este tema, relacionadas con la consideración de las relaciones entre los conceptos, ciencia, tecnología y sociedad, pues como plantea (Núñez, 2003. p.13):

El proceso de desarrollo de la humanidad está marcado por los avances de la ciencia y la tecnología, sería irracional pensar en un desarrollo social–humano sin tener presente que lo anterior no pudiera efectuarse sin el avance de las fuerzas productivas que la ciencia y la tecnología han hecho posibles (p. 5).

Desde este planteamiento se puede entender la relación entre ciencia, tecnología y sociedad, pues el desarrollo científico es producto del desarrollo social, los científicos construyen la ciencia de la naturaleza, la sociedad y el pensamiento y la investigación científica es una actividad social que requiere de personas con capacidad para realizarla, de medios materiales y de apoyo social, político y económico.

La ciencia y la tecnología son procesos sociales profundamente marcados por la sociedad; el desarrollo científico y tecnológico requiere de una estimación cuidadosa de sus fuerzas motrices e impactos, un conocimiento profundo de sus interrelaciones con la sociedad. La ciencia y la tecnología son el resultado de la actividad humana que tiene una incidencia cada vez más importante y decisiva en el desarrollo de la sociedad.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

Según este autor la novedad radica en que ahora la fuente primordial de la productividad es, cada vez más, la acción del conocimiento sobre el conocimiento mismo. En correspondencia con este planteamiento insiste en el papel de la educación para el desarrollo de la ciencia y en la reflexión acerca de la ciencia y la tecnología, como condicionantes de las formas de vida humana y natural en el planeta en el siglo XXI.

Para llevar a cabo esta reflexión se hace necesario la comprensión del llamado silogismo ciencia, tecnología y sociedad, a partir de las tres premisas y la conclusión del mismo:

- La actividad tecno-científica es también un proceso social como otros.
- Los efectos para la sociedad y la naturaleza de la actividad tecno-científica.
- La aceptación de la democracia.

En los enfoques ciencia, tecnología y sociedad se dan dos tradiciones principales: una se centra en la primera premisa y la otra desarrolla más la segunda, aunque ambas comparten la conclusión del silogismo. En este sentido resulta interesante la posición asumida por (Chércoles, 2016) acerca de la comprensión de las relaciones entre tecnología, sociedad y desarrollo, el cual considera que

Ante el masivo bombardeo mediático que anticipa cómo serán las comunicaciones, dónde viviremos o qué comeremos en la sociedad ultra tecnificada del siglo XXI que nos tocará vivir.

Es preciso defender la participación social en la configuración de esa tecnología para el desarrollo al servicio del ser humano (la “tecnología con rostro humano”. Una tecnología compatible con valores democráticos y solidarios, y comprometida con el desarrollo sostenible (p.11).

Para la selección y organización de contenidos en la relación ciencia – tecnología y sociedad se plantean una clasificación a partir de dos oposiciones:

- Oposición naturaleza y cultura expresada en la distinción epistémica entre ciencias naturales y sociales y la distinción práctica entre tecnologías materiales y tecnologías de organización social.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

- Oposición entre el entorno y el individuo. El entorno trasciende al individuo incorporando valores de tipo estético y político, mientras que a propósito del individuo se dan controversias valorativas de naturaleza esencialmente ética y política.

A partir de estas oposiciones se determinan cuatro ámbitos temáticos para los casos ciencia, tecnología y sociedad: el medio ambiente, el medio humano, la salud y la educación.

La educación, ciencia, tecnología y sociedad tiene dos finalidades principales:

- El análisis y la desmitificación del papel social de la ciencia y la tecnología para hacerlas accesibles e interesantes para los ciudadanos.
- El aprendizaje social de la participación pública en las decisiones relacionadas con los temas tecno-científicos.

Los estudios CTS han consolidado notablemente su posición institucional en Cuba. Las vías fundamentales han sido las siguientes:

- Creación en 1991 en la Universidad de La Habana del Grupo de Estudios Sociales de la Ciencia y la Tecnología y poco más tarde del Grupo de Estudios de la Tecnología en el Instituto Superior Politécnico "José Antonio Echeverría" de la Ciudad de La Habana. Ambos grupos han organizado cursos, promovido publicaciones, simposios y otras actividades.
- Creación a partir de 1997 de un programa de postgrado (Maestría y Doctorado) en CTS con la participación de varias universidades cubanas e institutos de investigación de las áreas de historia de la ciencia y gestión tecnológica, pertenecientes al Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente. Se trata de un programa de formación de formadores CTS y de gestores en política científico-tecnológica.
- Inclusión de disertaciones sobre CTS como requisitos en los ascensos de categorías de docencia e investigación y en los doctorados.
- Incorporación de cursos CTS a diversos programas de postgrado: gestión, educación, entre otros.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

- Presencia de cursos de CTS (con 32 horas) en todas las carreras de perfil científico y tecnológico y en alguna medida en los estudios de medicina.

Entre la ciencia, la tecnología, y la sociedad existe una estrecha relación. Y esta estrecha relación podría considerarse hoy en día como indestructible, es decir, en nuestros tiempos la sociedad está tan ligada con la ciencia y la tecnología que es imposible separarlas. No tanto imposible de separarlas, sino, que serían muy difícil de separar.

En cuanto al enfoque CTS, este aporta a la orientación familiar para el desarrollo de hábitos alimentarios en niñas y niños de dos a tres años, la posibilidad de desarrollar una actitud científica ante la vida, la capacidad de producir conocimiento, la capacidad de desarrollar la aplicación de métodos para el desarrollo de normas y actitudes de comportamiento ante la sociedad. Por la importancia del tema, la transmisión del conocimiento, y la vinculación de la ciencia, la tecnología y la sociedad, se hace necesario plantear la relación de la orientación familiar para el desarrollo de hábitos alimentarios y el enfoque CTS.

Muy relacionado con el desarrollo social y afectivo está el de hábitos culturales que incluye alimentarios, de cortesía, higiénicos, autoservicio y de conducta. Se considera de vital importancia y necesidad incluirlo en la preparación de la familia, ya que la formación de hábitos adquiere una importancia decisiva como una vía para la instauración de las primeras normas que la sociedad les plantea a los niños. Es en la familia donde se deben aprender y practicar los hábitos y normas positivas de convivencia social, lo cual es posible a través de las relaciones que se establecen entre sus miembros. Por lo tanto, es necesario que la familia conozca cuál es el desarrollo de su niño; cómo puede cooperar, cuáles son sus éxitos y puedan continuar en el hogar la educación del Círculo Infantil. Este trabajo no necesita de grandes reuniones y si de actividades que sean parte de la relación familiar.

Se decide tomar en consideración que la educación familiar es de suma importancia en el desarrollo de hábitos alimentarios en niños de tercer año de vida la misma debe ir dirigida a la preparación de padres para potenciar el desarrollo correcto de hábitos alimentarios desde la infancia temprana.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

El nivel educativo en la Primera Infancia como primer eslabón en el sistema de educación cubana sienta las bases para el desarrollo integral de las niñas y niños desde su infancia más temprana. Por lo que el círculo infantil tiene como objetivo principal el desarrollo de un programa educativo para lograr el máximo desarrollo integral posible de las niñas y niños, mediante la elaboración de un sistema de influencias pedagógicas sistemáticamente estructuradas y organizadas, dirigidas al desarrollo de las diferentes esferas de la personalidad. Entre estas esferas se encuentra la formación de hábitos. Estudios educacionales realizados definen el concepto de hábitos como: la forma de reaccionar frente a una situación determinada, que se obtiene a través de un entrenamiento sistemático, o sea, es la tendencia que existe de repetir un acto que se ha realizado previamente y que una vez establecido, se practica de manera sistemática sin necesidad de analizar qué se está haciendo.

Para (Esquibel, 2010. p 5):

Los hábitos se manifiestan como la repetición de estímulos que condicionan la aparición de los estereotipos, que es un conjunto de respuestas ante estímulos estables, que conllevan a un gasto mínimo de energía y facilita el aprendizaje. Se concuerda con la autora ya que los conceptos dan una definición muy clara de hábitos, y esta serie de actos o acciones forman una cadena de reflejos condicionados. La organización de estos reflejos da como resultado la formación de una cadena de hábitos.

El tercer año de vida es un periodo de consolidación de todos los hábitos aprendidos en el segundo año vida. Las habilidades comunicativas alcanzadas en esta edad le permiten comprender de forma elemental la importancia de ingerir todos los alimentos y las cantidades necesarias. De igual forma la necesidad de utilizar los cubiertos en la forma correcta de acuerdo con los alimentos que se ingieren.

Es en esta edad propicia el uso de medios y materiales que fomenten y reafirmen conductas correctas y hábitos. Se reafirman e introducen nuevos modales en la mesa, tales como; masticar bien los alimentos con la boca cerrada y despacio, no hablar con la boca llena, sentarse correctamente a la mesa. Dar las gracias al recibir los alimentos y brindarlos cuando llegue una visita, usar la servilleta correctamente, pedir permiso al levantarse y colocar la silla en su lugar al retirarse. La alimentación satisfactoria de los



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

niños constituye uno de los procesos fundamentales para lograr una población sana y culta, por cuanto la nutrición ejerce una influencia determinante en la salud y el desarrollo físico y mental del individuo.

Según García (2011):

La nutrición es: el conjunto de procesos por los cuales el cuerpo humano digiere, absorbe, transforma, utiliza y elimina las sustancias nutritivas contenidas en alimentos, con el fin de obtener energía, contribuir a reparar la estructura corporal y regular el metabolismo. Es un proceso metabólico involuntario y por lo tanto no es educable. Por otro lado, considera la alimentación como el proceso por el cual nos procuramos los alimentos necesarios para mantener la vida, los seleccionamos según disponibilidades según las costumbres y terminamos por ingerirlos; este es un proceso voluntario, educable y muy influenciado por factores sociales, económicos, culturales y otros. (p. 3)

Se considera que la alimentación y el desarrollo de hábitos alimentarios son tan importantes como el sueño, la respiración, el establecimiento de relaciones afectivas y otras. Está demostrado que la correcta nutrición es factor principal en la disminución de la mortalidad infantil y en la elevación de las expectativas de vida, repercutiendo en todo el crecimiento y desarrollo humano, tanto físico como intelectual.

La alimentación es una cadena de hechos que comienza por el cultivo, la selección, la preparación, la cocción del alimento hasta la forma de presentación y consumo en el grupo o colectivo social. Se efectúa mediante un proceso consciente sobre la base de patrones socioculturales y económicos del grupo, lo que determina hábitos y actitudes alimentarias.

El niño desarrolla sus propios gustos, preferencias y aversiones que configuran su patrón de conducta dietética. A lo largo de las diferentes etapas de su vida entra en contacto con otros medios sociales que directa o indirectamente, van a proponer modificaciones o refuerzos a sus hábitos alimentarios iniciales.

La formación del gusto tan ligada a los hábitos alimentarios y a la elección de alimentos, depende de múltiples factores: históricos, económicos, sociales y religiosos. Muchos son los interrogantes que permanecen, pese a los esfuerzos de psicólogos,



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

sociólogos, antropólogos, entre otros. ¿Cuáles son los mecanismos que, en el interior de una conducta dada, determina la transmisión, reproducción y evolución de los hábitos alimentarios de un niño según la edad?, ¿cómo varía el gusto por los diferentes alimentos?

La educación nutricional que se les brinda a los hijos en la infancia, les proporcionará en un futuro hábitos correctos que deberán seguir a lo largo de su vida, a partir de un adecuado crecimiento y desarrollo que permita un aprendizaje eficaz en el niño fuerte, sano y feliz, porque un niño bien alimentado es un niño inteligente y capaz de realizar las tareas que se le asignen.

Además, se requiere una alimentación que solo incluya lo que realmente es necesario, sin exceso, pero tampoco sin carencias a fin de obtener equilibrio, es decir, se trata de ingerir alimentos de todos los grupos, como cereales, frutas, verduras, leguminosas y productos de origen animal, pero teniendo sumo cuidado con los alimentos refinados (grasas, sal de mesa, azucres y harinas).

Lo importante es asegurarse de obtener vitaminas, nutrientes inorgánicos, proteínas, grasas, antioxidantes, fibras y lograr un consumo adecuado de calorías. La alimentación idónea no es una dieta basada en restricciones, sino más bien se trata de comer adecuadamente para prevenir problemas de salud. Por tanto, lo idóneo se entiende como una buena disposición en cantidad suficiente para proporcionar una nutrición buena y debe tener una disposición para la salud.

En tal sentido ha sido política del país incrementar las acciones que posibiliten cambiar actitudes y prácticas, como parte de la estrategia para elevar la cultura alimentaria y mejorar la calidad de vida y desarrollo correcto de hábitos alimentarios en niños y sus familiares.

Algunas recomendaciones dadas por autores como (Muzio, 2011.p. 8), (Mendoza, 2010.p.10), sobre cómo desarrollar correctos hábitos alimentarios se presentan a continuación:



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

Para formar hábitos alimentarios es preciso tener en cuenta ciertos requisitos:

- El estado de salud del niño.
- Tener mucha paciencia y pasar por alto las vulneraciones de la disciplina.
- Estado físico de los órganos receptores (los sentidos) sobre todo la vista y el oído
- No formar a la vez dos hábitos dentro de un mismo proceso, primero se debe formar uno, reafirmarlo y después comenzar la formación del otro.

Además, se deben tener en cuenta factores imprescindibles:

- La explicación del adulto.
- El ejemplo del adulto.
- La acción.

Si se pretende que el niño forme hábitos adecuados, es indispensable organizar su vida, es decir establecer un horario de vida, hay que mostrarle como debe actuar. El ejemplo que le ofrecen los padres y demás adultos que viven con él. Es muy importante además ser persistente, constante y tener la suficiente paciencia para no decaer en el logro de este propósito. Para que el niño adquiera las normas y hábitos necesarios es indispensable que los padres organicen su vida, es decir, que le establezcan un horario de vida. Si se desea que el niño forme un hábito, primeramente, hay que mostrarle cómo debe actuar. El ejemplo que ofrecen los padres y demás adultos que viven con él es muy importante. Además, es fundamental ser persistente, constante y tener la suficiente paciencia para no decaer en el logro de este propósito.

Una vez que se han garantizado las condiciones y se le demuestra al niño lo que debe hacer, explicársele la utilidad del mismo, o sea, los beneficios que va a obtener cuando lo adquiera. Después será necesaria la repetición de esta actividad para que se fije en su conducta. Por último, los adultos –los padres, principalmente aprovecharán estas primeras acciones del niño para reforzarlas y estimularlas de manera de crear en él motivaciones de hacer las cosas de esta manera. Hay niños que sufren de pérdida del apetito, alteraciones en el sueño, etc., por falta de organización de la vida familiar.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

Se debe acostumbrar al niño a comer a una hora determinada. Esto hace que tenga apetito, que sienta hambre. Cuando el niño no come, es porque no tiene hambre. Si se les dan alimentos a distintas horas, es lógico que luego no quiera almorzar y rompa así el hábito periódico que se le debe formar, provocándole el desgano. El niño puede perder el apetito por una enfermedad que se gesta en su organismo o porque ya está enfermo. Si la mamá advierte esto y lo obliga a comer, no es la conducta correcta, pues el niño empieza a asociar la comida con algo impuesto por sus padres y no la ve como el medio de satisfacer una necesidad propia de su organismo. Hay que tener en cuenta que los niños comen de acuerdo a su ritmo de crecimiento, a las demandas de su organismo, a las actividades que realiza. Se puede observar un aumento del apetito cuando se produce un crecimiento acelerado en el niño o cuando hace un gran despliegue de actividad.

Por ello, la alimentación de los niños y niñas debe ser completa, es decir incluyendo en los tres alimentos principales del día: desayuno, almuerzo y comida, alimentos de los tres grupos:

- Cereales y tubérculos que proporcionan la energía para poder realizar las actividades físicas, mentales, intelectuales y sociales diarias.
- Leguminosas y alimentos de origen animal que proporcionan proteínas para poder crecer y reparar los tejidos del cuerpo.
- Agua, para ayudar a que todos los procesos del cuerpo se realicen adecuadamente y porque ella forma parte del cuerpo en forma importante.

Todos los alimentos contienen nutrientes, pero es importante conocer cuáles contiene cada uno de ellos, para combinarlos en cada comida y evitar que alguno de ellos falte. Los alimentos naturales obviamente tienen mayor cantidad y calidad en sus nutrientes, por lo que la comida chatarra, no debe ocupar el primer lugar de consumo, aunque facilite las tareas de quienes preparan la comida.

- Equilibrada: es decir cada comida debe contener en igual cantidad alimentos de los tres grupos. En la cultura del país, se exagera del consumo de carne y se dejan a un lado los cereales, verduras y frutas, favoreciendo así la obesidad y muchos problemas por la falta de vitaminas y minerales.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

- Higiénica: para prevenir enfermedades infecciosas se debe cuidar mucho la calidad, frescura y forma de preparación de los alimentos. El lavado de manos antes de prepararlos y comerlos es un hábito que debe fomentarse en los niños desde muy pequeños.
- Suficiente: esto con relación a cubrir las necesidades de nutrimentos, más que a comer mucho. Cada persona tiene capacidad diferente para comer y no se debe imponer la misma cantidad a todos, esto en lugar de beneficiar, ocasiona muchos problemas en las comidas familiares.
- Variada: Es importante que los niños aprendan a comer de todo y si hay algo que no les gusta (que sucede frecuentemente) tratar de no darlo y buscar un alimento sustituto de los nutrimentos que contiene. Lo importante son los nutrimentos, no el tipo de alimento en especial.

No cabe duda que la formación de hábitos alimentarios es responsabilidad de los adultos, quienes organizan desde el hogar el desarrollo de las actividades con sus hijos sin dejar de tener presente que la familia y la institución como complementarias educacionales convergen entre otros en un punto común, la función educativa que entre otras cuestiones depende la satisfacción de necesidades culturales de sus miembros, la superación y espaciamiento cultural, así como la educación de los hijos. Todo lo anterior expuesto corrobora que tanto la ciencia como la tecnología han sido ampliamente reconocidas como fundamentales para el desarrollo de las sociedades, a tal punto que hoy se les puede considerar como bienes comunes.

Utilización de las tecnologías para la orientación a la familia

La educación de la familia consiste en un sistema de influencias pedagógicamente dirigido, encaminado a elevar la preparación y estimular su participación consciente en la formación de su descendencia. Además, suministra conocimientos, ayuda a argumentar opiniones, desarrolla actitudes y convicciones, estimula intereses y consolida motivaciones, contribuyendo a integrar en los padres una concepción humanista y científica de la familia y la educación de los hijos. La proyección de la educación de la Primera Infancia hacia la familia puede resumirse en dos palabras: conocer y orientar.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

Para conocer aspectos importantes del funcionamiento educativo familiar fue necesario la exploración del sistema de vida familiar, mediante diferentes formas de indagación. El trabajo educativo familiar consiste fundamentalmente en propiciar la preparación de los padres en aspectos relacionados con la forma en que ellos pueden y deben estimular el desarrollo integral de sus hijos. Esta educación familiar debe ser contextualizada y flexible. Debe sustentarse en la caracterización de las familias, ajustarse a sus necesidades.

Diversas investigaciones internacionales utilizan diferentes técnicas e instrumentos que se adaptan a sus condiciones específicas: recogida y análisis de datos, estadística de resultados o su interpretación cuantitativa, registros y guías de observación, técnica de muestreo, técnica de dinámica de grupo, entrevista con observador, encuestas abiertas, pruebas de desempeño, entre otras aplicadas en las diferentes vías de orientación a la familia.

A continuación, se muestran algunos métodos, técnicas e instrumentos cuya utilización fue necesaria y útil en la investigación.

Se realizó la observación participante con el objetivo de recoger información acerca del desarrollo de hábitos de los niños y niñas del tercer año de vida se pudo apreciar que el proceso más afectado es el de desarrollo de hábitos alimentarios.

El análisis de documentos se revisó el programa de preparación familiar del círculo infantil, expediente del niño, programa educativo del segundo ciclo, registró de evaluación sistemática y de visita al hogar. También la caracterización y diagnóstico de las niñas y los niños del tercer año de vida. Con este análisis se pudo determinar que no se ha potencializado en las preparaciones ni en el plan de temas orientaciones a la familia para el desarrollo correcto de hábitos alimentarios en el hogar.



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

Vías de preparación a los padres empleadas

- **Talleres de padres:** Constituyen un proceso de aprendizaje en grupo, socialmente activo, donde se relaciona lo social con lo individual. Perfeccionan las relaciones institución- familia, implican de manera específica a cada familia en el proceso de educación de la personalidad de sus hijos. También se pueden confeccionar medios de enseñanza y otros materiales que contribuyan al desarrollo de sus hijos, tanto en la institución como en el hogar.
- **Taller reflexivo:** Consiste en reflexionar sobre problemáticas generales, permite intercambiar con el docente y entre las familias, transmitir experiencias, dar sus criterios y puntos de vista. Se pueden utilizar técnicas participativas que estimulen la participación de la totalidad de los padres, llevándolos a una interiorización individual del tema.
- **Visita al hogar:** Para la realización de las visitas a los hogares es necesario tener en cuenta los diferentes criterios, comprobar la preparación de la familia y demostrar cómo estimular a sus hijos, comprobar cómo la familia evalúa el nivel de logros de los niños, a partir de los resultados de la caracterización de la familia del grupo de niños. Es importante determinar con antelación la persona que va a realizar la visita, qué objetivo persigue con la misma, qué va a demostrar.
- **Actividad Conjunta:** Llamada así porque en ella participan juntos las familias, sus niñas y niños y el personal orientador ejecutor(a), con el objetivo de realizar las diferentes actividades y fundamentalmente, lograr en ellas la participación de las familias como una vía idónea para demostrarles cómo potenciar la labor educativa en el hogar.

En tal sentido puede apreciarse que se establecen vínculos entre instrumentos y técnicas que aportan resultados cuantitativos y cualitativos y viceversa, interrelacionándolos de forma armónica y dinámica y así obtener resultados superiores. Después de analizar críticamente el problema con un enfoque científico y la concepción de que solo con la formación completa de las

101

Dulce María Jiménez Cárdenas
Lisandra Jiménez Izquierdo
Santiago Díaz Suárez



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

acciones propuestas, pueden llevar los implicados en su instrumentación al auténtico dominio de los conocimientos relacionados con la orientación familiar en el desarrollo correcto de hábitos alimentarios.

En las páginas anteriores se ha valorado el tema, al tener en cuenta para ello el carácter social de la ciencia y la tecnología y las respuestas a los desafíos sociales e intelectuales que ha protagonizado el hombre en los últimos tiempos y que lo comprometen aún más con los procesos de actualización y formación que requieren las nuevas generaciones. Es así que ante un problema de repercusión social (Insuficiente preparación de los padres sobre el desarrollo correcto de hábitos alimentarios), la ciencia y las tecnologías pueden dar respuesta a esta problemática, a partir de los resultados que existen sobre las estrategias, las actividades, las metodologías y los recursos tecnológicos que existen para el desarrollo de hábitos alimentarios en niños y niñas de dos a tres años.

Es importante acotar que todo esto incidirá en una mayor calidad del proceso educativo y de esta forma dará respuestas a demandas sociales relacionadas con el desarrollo de hábitos, manifestados en un individuo consumidor de alimentos sanos, cumplidor de horarios para su alimentación, transformación de la práctica educativa de la familia en condiciones del hogar. Incluye también cultura sobre la cocción de los alimentos hasta la forma de presentación y consumo en el grupo o colectivo social. Todo mediante un proceso consciente sobre la base de patrones socioculturales y económicos del grupo, lo que determina hábitos y actitudes alimentarias.

El análisis de la problemática desde la perspectiva CTS, permite clarificar la idea de cómo:

- Recoger información confiable para el diagnóstico de los niños y la familia en cuanto desarrollo correcto de hábitos.
- Emitir juicio a partir de la información recogida y teniendo como referencia indicadores establecidos;



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

- Hacer valoraciones que permitan tomar decisiones sobre las tecnologías que se pueden emplear.

De esta forma se podrá ser más objetivo en la orientación familiar para el desarrollo de hábitos alimentarios en niñas y niños de dos a tres años de edad.

CONCLUSIONES

La introducción de la ciencia y el desarrollo científico técnico en la evolución histórica de la sociedad actual ha dado origen a sucesivos cambios en la concepción y su influencia en los procesos educativos han pasado a formar parte del clima cultural de la sociedad y los elementos de cambio social que de ello se derivan conducen de alguna manera, al perfeccionamiento del sistema educacional.

El estudio CTS realizado a la preparación de la familia para el desarrollo correcto de hábitos alimentarios ofrece una nueva mirada al uso adecuado de la ciencia y las tecnologías para que puedan dar solución a los problemas que la sociedad plantea a la educación, con relación al desarrollo de hábitos en niñas y niños de dos a tres años.

El estudio de la ciencia y la tecnología permitieron determinar que la problemática emanada de insuficiencias en la preparación de las familias para el desarrollo correcto de hábitos alimentarios en sus hijos de dos a tres años en condiciones del hogar, tiene respuesta en los referentes teórico - prácticos y metodológicos existentes sobre el nivel educativo de la Primera Infancia, la familia y las técnicas e instrumentos que se pueden aplicar en función de desarrollar estos hábitos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ares, P. (2000). *A las puertas del XXI grandes cambios para la familia*.
- Benítez, M. (2003). *La familia cubana en la segunda mitad del siglo XX*. La Habana: Editorial Ciencias Sociales. 222 p.
- Cañedo, I. (2002). *Necesidades de formación de la familia cubana y pautas de capacitación para atender a las necesidades educativas especiales de sus hijos*.

103

Dulce María Jiménez Cárdenas
Lisandra Jiménez Izquierdo
Santiago Díaz Suárez



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

Girona: Tesis Doctoral. Facultad de ciencias de la Educación.

Compendio de la Pedagogía. (2002). La Habana: Editorial. Pueblo y Educación. 354p.

Constitución de la República de Cuba. (2019). La Habana: Editora Política.

La formación de hábitos en los niños y niñas de 0 a 6 años: Una tarea de la institución y la familia. (2001). La Habana: MINED. 27p.

Labarrere, G. (2001). *La formación de hábitos en los niños y niñas de 0 a 6años: Una tarea de la institución y la familia.* En *Pedagogía.* La Habana, MINED. 27p.

Martínez, F. (2002). *La adaptación de los niños y las niñas a las nuevas concepciones.* La Habana: MINED. p. 39.

Chércoles, D. (2016). *Tecnología para el Desarrollo. Hacia una comprensión de las relaciones entre tecnología, sociedad y desarrollo. Ingeniería sin fronteras.* España.

Nocedo, I. (2001). *Metodología de la Investigación Educacional: segunda parte.* La Habana: Ed. Pueblo y Educación.192p.

Núñez, J. (1994). *La ciencia y sus leyes de desarrollo. Problemas Sociales de la Ciencia y la Tecnología.* GESOCYT. La Habana: Editorial Félix Varela.

Núñez, J. (2003). *La ciencia y la tecnología como procesos sociales. Lo que la educación científica no debería olvidar.* Disponible en <http://ftp.umcc.cu/>

Núñez, J. (2007). *La Ciencia y la Tecnología como Procesos Sociales.* La Habana: Editorial Félix Varela.

Núñez, J.; Montalvo, F. (2016). *Política de ciencia, tecnología e innovación en Cuba.* Revista Temas. No. 276. Especial Universidad de La Habana. Soporte digital.

Pascual, P. (2015). *El enfoque del trabajo preventivo como elemento facilitador para elevar la calidad del proceso enseñanza aprendizaje.* En XVI Seminario Nacional

104

Dulce María Jiménez Cárdenas
Lisandra Jiménez Izquierdo
Santiago Díaz Suárez

- para Educadores. La Habana: noviembre. p15.
- Pérez, P. y Zayas, F. (2016). *Competencia en comunicación lingüística*. Madrid: Alianza Editorial.
- Revista Sexología y Sociedad. La Habana. Año. 6, no. 14, abr. p. 17 – 19.
- Mendoza, D.; F.M. Solis y J. Navarrete N. (2006). *Una propuesta de actividades para preparar a la familia*.
- Sladogna, M. (2000). *La recentralización del diseño curricular. El perfil profesional y la definición de competencias profesionales*. Proyecto INET-GTZ. Buenos Aires.
- Tolchinsky, I. y Simó, R. (2011). *Leer y escribir a través del currículum*. Barcelona, Horsori.
- Torres, M. (2003). *Familia, unidad y diversidad*. La Habana: Editorial. Pueblo y Educación. 160p.
- Vargas, F.; Casanova, F.; Montanaro, L. (2001). *El enfoque de competencia laboral: manual deformación*. Montevideo, CINTERFOR.
- Vega, I. (2011). *La capacitación a la familia de los niños de edad preescolar*. Revista IPLAC. Publicación Latinoamericana y Caribeña de Educación. La Habana, CELEP.
- Vigotsky, Leu S. (1982). *Pensamiento y lenguaje*. La Habana: Editorial Pueblo Educación. - 215 p.
- Volóshinov, V. (2009). *El Marxismo y la filosofía del lenguaje*. Buenos Aires: Godot
- Wittgenstein, L. (2010). *Tractatus Logico philosophicus*. Madrid: Alianza editorial.