



Universidad de
La Sabana

Campus[®]

Edición 1.527 - 25 de abril del 2019 - ISSN 2256-2397

Día del Niño

Este 27 de abril se celebra en Colombia el Día del Niño. *Campus periódico* presenta este especial con temas y reflexiones relacionados con la infancia, desde cada una de nuestras Facultades. Los invitamos a leerlo y compartirlo en familia.



Mis papás: mis mejores aliados

En la relación entre padres e hijos es clave acompañar y apoyar a los niños en la realización de actividades cotidianas. En Colombia, de acuerdo con la Encuesta de Calidad de Vida del 2017 del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE), las actividades que más hicieron los menores de 5 años junto con la persona con quien permanecen la mayor parte del tiempo fueron:

-  **Leer cuentos o mirar libros de dibujos (37%).**
- Realizar juegos y rondas (40%).** 
-  **Salir al parque (48%).**
- Ver televisión (62%).** 
-  **Cantar (67%).**

Y tú, ¿en cuáles actividades diarias acompañas a tu hijo? Para favorecer el desarrollo de relaciones positivas, puedes usar el monitoreo parental, una forma de acompañar y orientar a los hijos en la vida cotidiana. Este promueve la confianza de los padres frente a la educación de sus hijos y disminuye la probabilidad de que sufran estrés con la crianza. Esta práctica positiva podría ayudarte a ser un aliado de tu hijo, dado que favorece su autonomía e independencia y fortalece la confianza entre ambos.

Martha Rocío González, directora de Profesores e Investigación de la Facultad de Psicología y experta en prácticas parentales positivas, dice que el monitoreo no es restrictivo, sino que se fundamenta en la confianza. Para monitorear, los padres deben conocer las actividades que realizan sus hijos y saber dónde están, quiénes son sus amigos, qué les gusta, qué se les dificulta



y cuál es su desempeño en actividades dentro y fuera del contexto escolar. Usualmente, este conocimiento lo proporcionan los mismos hijos, quienes les cuentan a sus padres lo ocurrido en el día, las situaciones que viven con sus amigos, su vida escolar en general, entre otras cosas. Esta relación de confianza favorece el monitoreo.

Un aspecto fundamental del monitoreo es acompañar las acciones que el hijo aún no puede hacer de manera independiente. Por lo general, los padres

no monitorean procesos consolidados: por ejemplo, si un niño tiene 10 años, no supervisan cómo se baña, dado que, en esa edad, ya domina esta actividad; sin embargo, sí acompañan el uso del internet o el manejo del tiempo de las actividades escolares. “Para hacer un buen monitoreo es importante que los padres reconozcan aquellas actividades en las cuales su hijo requiere ayuda. De esta manera, podrán estar más pendientes de estas”, señala la experta.

¿Cómo puedes monitorear las tareas que tu hijo no realiza solo?

Familiarízalo con la actividad

De manera progresiva, enséñale en qué consiste la tarea. Puedes mostrarle cómo tender la cama o cómo hacer una actividad académica de matemáticas o geografía para que luego él lo intente.



Entrénalo

Enséñale cómo ejecutar una tarea por medio de instrucciones, no solo de demostraciones. El niño puede participar en alguna parte del proceso; por ejemplo, si lo invitas a preparar arroz, explícale los ingredientes y demuéstrale cómo se hace; además, permítele medir el arroz. Puedes repetir este entrenamiento muchas veces e incrementar su participación en el proceso.

Incorpóralo a la actividad de manera independiente

Cuando el niño conozca cómo hacer la actividad y tenga las herramientas para realizarla, el padre podrá incorporarlo a esta de manera independiente.

¿En cuáles actividades diarias acompañas a tu hijo?



Universidad de
La Sabana

Campus periódico hace parte del sistema de medios de Comunicación Institucional de la Universidad de La Sabana.

Dirección y edición

Adriana Patricia Guzmán de Reyes
Cristina Macías Echavarría

Coordinación de contenidos

Natalia Alejandra Garzón
Felipe Bernal Castilla

Gestión de contenidos

Gestores de Comunicación de la Universidad de La Sabana
Felipe Bernal Castilla

Corrección de estilo

Sabina Ojeda (Grafoscopio)

Fotografía

Gestores de Comunicación de la Universidad de La Sabana
sp.depositphotos.com

Diseño y diagramación

Grafoscopio

Impresión

Imagen Editorial

Campus, periódico de la Universidad de La Sabana.
Campus del Puente del Común, km 7, Autopista Norte de Bogotá, Chía, Cundinamarca, Colombia.
Teléfonos: 861 5555 - 861 6666

CAMPUS COPYRIGHT © 2019
UNIVERSIDAD DE LA SABANA

Prohibida su reproducción total o parcial, así como su traducción a cualquier idioma sin autorización escrita de su titular. Todos los derechos reservados.



Tecnología para niños:

responsabilidad de los padres

La tecnología cada vez toma más relevancia en los ambientes familiares. Esta atrae principalmente a los niños, quienes con mucha naturalidad pueden manejar celulares de última generación, tabletas, computadores y cualquier dispositivo que esté inmerso en el ámbito digital.

Sin embargo, en la mayoría de las ocasiones, no se aprovechan de modo adecuado las grandes potencialidades que tiene la tecnología en la formación de los niños. Ana Dolores Vargas, licenciada en Pedagogía Infantil y magíster en Informática Educativa de la Universidad de La Sabana, indica que los padres deben tener en cuenta varios criterios antes de que sus hijos consuman contenidos y recursos digitales con fines educativos:

- Es vital identificar cuál es el valor agregado que brinda la aplicación o el recurso digital, aquello que se va a aprender, y si este es positivo.
- A la hora de elegir la mejor aplicación educativa, no es recomendable dejarse llevar por la tendencia de las más utilizadas en el momento. La gran

mayoría de las herramientas más descargadas y empleadas por los niños no suelen tener aportes educativos.

- No se debe exceder el tiempo de uso de los juegos y aplicaciones móviles, aunque tengan un buen objetivo educativo identificado.

Elección consciente

En su sistema operativo, Apple tiene la Guía de App Store para padres, una sección en la que sugiere algunos elementos para tener en cuenta antes de que el niño utilice las aplicaciones: tiempo en pantalla, edad apropiada, control parental para el acceso a los dispositivos y aplicaciones para compartir en familia.

Por otra parte, en Play Store, Google tiene la Guía para padres, en la que se destaca la insignia de estrella, un elemento que informa si una aplicación puede usarse en familia y cuál es la edad recomendada por el desarrollador para su utilización.

Diana Ibonne Guerrero, psicóloga clínica y magíster en Informática Educativa, señala que el uso de los recursos digitales siempre debe estar supervisado por un adulto responsable y debe apuntar a desarrollar habilidades y competencias en el niño según su edad:



De 1 a 5 años



El niño requiere tocar, sentir, oír, oler y ver; por lo tanto, es necesario estimularlo con sensaciones que le permitan conocer su contexto inmediato. “Algunos padres emplean la tecnología para que el niño conozca el mundo que lo rodea a través de imágenes y sonidos; sin embargo, hay que tener cuidado, pues quizás no está preparado para comprender que los sonidos que escucha no provienen exactamente de quien los genera”, asegura Guerrero.

Entre los 4 y los 5 años, la tecnología puede resultar beneficiosa para desarrollar procesos mentales como la atención, la memoria, la percepción y el reconocimiento de colores y figuras; además, puede mejorar la precisión motora mediante el uso de una pantalla táctil.

De 6 a 8 años



El niño ya ha comenzado el proceso lectoescritor y ha avanzado en el fortalecimiento de la socialización y la autonomía. Aunque el desarrollo de la actividad física y de acciones que impliquen movimiento es fundamental, puede utilizar recursos y aplicaciones para potenciar la comprensión lectora y habilidades que fortalezcan su motricidad fina y gruesa.

De 9 a 11 años



En estas edades el niño suele sentirse muy atraído por los juegos en línea y las aplicaciones móviles, por lo tanto, es mejor limitar el uso de los dispositivos a dos horas al día, a través de

reglas acordadas en familia. Es necesario llevar una rutina que permita que el niño genere autonomía, automonitoreo y autogobierno de forma responsable frente al uso de la tecnología.

Beneficios y riesgos

De acuerdo con las expertas consultadas, el uso de la tecnología por parte de los niños conlleva grandes beneficios educativos, siempre y cuando los padres identifiquen objetivos formativos concretos y supervisen su cumplimiento. En este sentido, tienen el reto de saber abordar esta temática con sus hijos, teniendo en cuenta sus potencialidades educativas y sociales, pero también sus riesgos.

Víctor García, director de la Maestría en Periodismo y Comunicación Digital de la Facultad de Comunicación, dice: “Los dispositivos móviles no son buenos ni malos: son herramientas”. Agrega que los padres deben explicarles a sus hijos de la manera más detallada posible la utilización, el objetivo y el tiempo de exposición a los recursos.

Niños en las redes

Un estudio realizado por el Ministerio de Tecnologías de la Información y Comunicaciones en el 2018 reveló que el 84% de los niños tienen presencia en las principales redes sociales desde los 9 años, a pesar de que la mayoría de estas solo permiten abrir cuentas desde los 13. Además, el 75% utilizan el teléfono inteligente como su dispositivo preferido para conectarse.





4

valores

para formar buenos ciudadanos

Educar a personas felices y comprometidas con la sociedad no es una tarea fácil: implica un esfuerzo por parte de la familia, del colegio y de la sociedad en general para formar en la ciudadanía; pero ¿qué es un buen ciudadano?, ¿por qué es fundamental educar a buenos ciudadanos?

La doctora Martha Miranda, profesora de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas, explica que para ser un buen ciudadano se debe entender que lo público es de todos; así, se fomenta el sentido de pertenencia por el lugar donde se vive.

Por su parte, el doctor José Manuel Guanipa, profesor de Derecho de Familia de la Universidad de La Sabana,

dice que es primordial educar a buenos ciudadanos desde la infancia, puesto que “los niños actuales serán los conductores de la sociedad en el futuro”; en consecuencia, el fortalecimiento y el desarrollo moral y socioeconómico del país dependen de qué tan bien los estemos educando ahora.

Educa a tu hijo en lealtad, generosidad, compasión y fraternidad.

¿Cómo educo en la buena ciudadanía?

María del Carmen Docal, directora de Posgrados del Instituto de La Familia, expone **4 valores esenciales para formar a un buen ciudadano:**

1 Tolerancia

De acuerdo con la Real Academia Española, la tolerancia es el “respeto a las ideas, creencias o prácticas de los demás cuando son diferentes o contrarias a las propias”. Por ello, enséñale a tu hijo a **escuchar** y a darle al otro la oportunidad de **expresar sus ideas**. Ayúdalo a comprender que existen muchas maneras de entender y vivir el mundo. Además, evita hablar en términos despectivos de las personas que piensan diferente.

¿Cuáles derechos aprende el niño?
Derechos políticos, puesto que estos giran en torno al pluralismo y a la participación. También aprende sobre el derecho a la libertad de creencias.

3 Justicia

El profesor Guanipa indica que la justicia consiste en darle a cada uno lo que le corresponde. Para educar en la justicia, desarrolla en tu grupo familiar el sentido de lo que está bien y la necesidad de corregir lo que está mal. Además, haz que siempre se escoja la verdad por encima de la mentira, promueve la idea de que los logros personales no deben dañar a los demás y fomenta el trabajo bien hecho.

¿Cuál derecho aprende el niño?
Derecho a la justicia, el cual permite regular las competencias que tienen las personas y el Estado, y reconocer el valor de las instituciones públicas y privadas en la vida de los ciudadanos.

2 Igualdad

Se entiende por igualdad el “principio que reconoce la equiparación de todos los ciudadanos en derechos y obligaciones”, según la Real Academia Española. Este valor es vital para que tu hijo le aporte a la sociedad y entienda que todos somos iguales en derechos y oportunidades. En este sentido, enséñale a reconocer que el trabajo **técnico** y el de **servicio** son tan valiosos como el **intelectual** o **gerencial** y que es importante compartir espacios con personas de otras razas, culturas o religiones.

¿Cuál derecho aprende el niño?
Derecho a la igualdad. Según el principio de igualdad, el Estado nos tiene que tratar a todos de la misma forma, sin discriminación alguna. Además, debe garantizar que este derecho sea real y efectivo.

4 Solidaridad

De acuerdo con lo expuesto en el libro *Educar para la ciudadanía* de María del Carmen Docal, la solidaridad es un concepto que indica que las personas se interesan por los demás y por los asuntos que los afectan. En consecuencia, es importante impulsar el cuidado de la vida y la dignidad de la persona, y abrirse frente a los problemas y necesidades de los otros. Educa a tu hijo en **lealtad, generosidad, compasión y fraternidad**.

¿Cuáles derechos aprende el niño?
Derecho a la asociación y derechos sociales, dado que estos están guiados por el principio de solidaridad, por el cual se rigen ámbitos como la salud y la educación. 🐦

*El doctor Fabio Pulido, experto en Derecho Constitucional, seleccionó los derechos.



Los pequeños y sus duelos

Claves para afrontar las pérdidas en familia

Todos los seres humanos enfrentamos situaciones que nos hacen vivir un duelo. La muerte de un ser querido es una de las más difíciles de afrontar y, aunque nos cause dolor, esta es inevitable. El duelo puede ser más complejo cuando hay niños cerca, porque se desconoce cómo ayudarlos a vivir ese momento.

Ruth Sarmiento, psicóloga y profesora del Instituto de La Familia, explica que los padres y cuidadores son quienes deben manejar el duelo en primer lugar, para transmitirles a los niños el proceso con el ejemplo. No obstante, es válido acudir a un especialista, con el fin de que acompañe directamente a los niños, teniendo en cuenta sus edades.

Además, la experta señala que incluso un bebé puede percibir el duelo en el vientre materno, debido a los neurotransmisores de la mamá. Por esto, es esencial que los adultos vivan el duelo de manera correcta y les enseñen a los niños a aceptar la pérdida. Además, es importante que los padres tengan una comunicación cercana con sus hijos, les enseñen a identificar sus emociones y les demuestren su cariño incondicional. “Hay situaciones que superan las habilidades de resiliencia de la familia y requieren ayuda profesional. Es clave entender que el dolor, la tristeza y la desesperación hacen parte del duelo y que cada miembro de la familia lo experimenta de modo diferente, según su etapa vital”, añade Juan Carlos Cuervo, psicólogo y profesor del Instituto de La Familia.

El manejo de los pequeños duelos

Desde la infancia sufrimos pérdidas que, dependiendo de cómo las afrontemos, van desarrollando nuestra capacidad de resiliencia. "A veces pensamos que los duelos de los niños no son tan importantes, pero la pérdida de un curso, de una materia o de un juguete, así como el rechazo de un amigo, son significativos en su etapa", explica Cuervo. Ante esto, los expertos exponen algunas situaciones que causan un duelo en los niños y explican cómo manejarlas:



Pérdida de una materia escolar

Primero, se deben utilizar las **palabras correctas** según la edad del niño para asegurarse de que entienda que la pérdida es una falla que traerá consecuencias, pero que no es el final del camino, sino que encontrará alegrías y tristezas. Además, es importante que el niño sepa que **tiene compañía** para seguir adelante. Si los padres y cuidadores no saben del tema en el cual fracasó, se deben establecer compromisos familiares para buscar apoyo externo. De esta manera, se forma a los hijos en su **capacidad para superar problemas y tolerar la frustración**. Se debe exigir excelencia, pero con prudencia.



Muerte de una mascota

Esta situación es apropiada para explicarle al niño que la muerte **es algo natural** y que la **unión familiar** es fundamental para superar los momentos difíciles.



Pérdida de un juguete

Cuando un niño llora por esta razón, no es conveniente decirle: "No llores por eso; no es importante. Te compro otro y ya está", porque se invalida su sentimiento de tristeza ante la pérdida. Se debe **dialogar con él, reconocer sus emociones y buscar una solución**.



Separación o rechazo de un amigo

En esta situación es clave validar en el niño el **vínculo** que ha desarrollado con la otra persona como punto de partida para afianzar valores como la **solidaridad** y la **lealtad**. Se recomienda hacer un distanciamiento gradual del amigo, utilizar recursos tecnológicos para comunicarse con él mientras el niño se acostumbra a su ausencia física y animarlo a reconocer a otros con los que también puede compartir y **encontrar nuevas posibilidades**.

A young girl with brown hair, wearing a denim jacket and denim overalls, is smiling and holding up a white speech bubble with both hands. The background is a solid light blue color.

**Educar
el lenguaje
no es un
trabalenguas**

Existen acciones que permiten evitar o disminuir los problemas de lenguaje y de pensamiento en los niños.

El lenguaje es fundamental para el desarrollo de la persona, dado que es el vehículo del pensamiento. A través de las palabras podemos conocer y categorizar el mundo, lo cual nos permite expresar opiniones e ideas, establecer relaciones con los demás y comprender nuestro entorno.

En este contexto, todos los educadores (padres, profesores, fonoaudiólogos, terapeutas, entre otros) tienen una incidencia directa en el desarrollo infantil y son determinantes para detectar cualquier anomalía en esta etapa. La doctora Rosa Julia Guzmán, directora de la Maestría en Desarrollo Infantil, indica algunas acciones para evitar o disminuir los problemas de lenguaje y de pensamiento en los niños:

1 Hablarles desde la gestación: incluso en el vientre de la madre, los niños oyen y, por eso, reconocen a su mamá entre un cúmulo de voces. Hay que cantarles, hablarles, leerles y hacerles rondas de cuna.

2 Reconocer el monólogo colectivo: hasta los 3 o 4 años se considera normal que los niños hablen solos, incluso cuando están en grupo. Ellos hacen monólogos colectivos, cada uno consigo mismo, y esto les permite expresar sus pensamientos.

3 Tener juegos de interacción:

● **De 0 a 5 años:** se puede leer con el niño, cantarle y hacer rimas, versos o trabalenguas, así como realizar juegos de ritmo, memoria y vocabulario.

● **De 5 a 8 años:** en esta etapa son positivos los juegos de roles y las adivinanzas.

● **De 8 a 10 años:** Scrabble y el ahorcado, así como los acertijos y los juegos que estimulan la memoria, son buenas opciones.

● **De 10 años en adelante:** se recomiendan Rummi-Q, Stop, Cranium, Boggle, Scrabble, etc.

4 No dejar de hablarles: cuando el adulto no les habla a los niños o les habla muy poco durante el crecimiento, hay un desarrollo pobre del lenguaje, del pensamiento y, por supuesto, de su relación con ellos.

5 Ante una dificultad, hay que identificar la causa: si el niño no pronuncia o no articula bien las

palabras, puede haber un problema del habla. Por otro lado, si no construye, comprende y comunica significados, ni ordena las ideas, el problema puede ser de pensamiento y esto requiere más atención.

6 Poner atención al contexto: la interacción del niño disminuye y se empobrecen su lenguaje y su pensamiento cuando es víctima de **bullying**, existen malos tratos del profesor o de los padres hacia él, o cuando se invalidan sus ideas constantemente o no hay reconocimiento.

7 Ojo con la tecnología: la tecnología es muy potente si se maneja bien, pero hay que evitar que el niño tenga contacto con los dispositivos por largos periodos, dado que esto desestimula su interacción con el entorno y el desarrollo de su lenguaje.

8 No patologizar los problemas: es normal que se presenten algunas dificultades en el lenguaje. No todo requiere una terapia o la atención de un especialista. Lo indispensable es que haya una buena comunicación con el niño y entre todos sus cuidadores para identificar si sus patrones lingüísticos y de pensamiento corresponden con su edad.

9 No sobreestimarlos: no se debe saturar a los niños con juegos, espacios o actividades. Hay que recuperar la vida en familia.

La segunda lengua tampoco es un trabalenguas



Los padres deben apoyar, facilitar y supervisar los procesos del niño con amor y responsabilidad.

Muchos padres se preguntan cómo despertar el interés de su hijo por aprender otro idioma. Algunos dejan que el colegio se encargue de esta tarea y, en ocasiones, apoyan el aprendizaje con cursos o actividades adicionales. Otros, en la casa, ejecutan un plan de estrategias para motivarlo.

Cuando los padres son bilingües o cuando alguno de ellos es hablante nativo de otro idioma, se genera un entorno bilingüe en casa. En los hogares multiculturales no necesariamente el inglés es la segunda lengua; uno de los padres puede ser francés, italiano, estadounidense o brasileño y, por ende, hay mayor facilidad para que el hijo aprenda otro idioma.

Crear un ambiente de 2 o 3 idiomas en casa es muy práctico, puesto que produce mayores oportunidades de comunicación para el niño. Juliana Llanes, profesora de Francés del Departamento de Lenguas y Culturas Extranjeras,

cuenta su experiencia: “El uso del ‘frañol’ me facilita alternar el francés y el español con total libertad en las conversaciones en casa”.

El aprendizaje de una segunda lengua se da por etapas. Se recomienda que, desde el vientre materno, el niño esté expuesto a la segunda lengua y que escuche música, televisión o a sus padres hablando. Esto generará que al nacer ya reconozca ciertos sonidos. Es importante no forzarlo a aprender, sino buscar su motivación. Si se le obliga, “odiará el idioma por el resto de su vida o tendrá confrontaciones con el padre que lo está forzando”, explica Jermaine McDougald, director de Profesores e Investigación del Departamento de Lenguas y Culturas Extranjeras.

Alejandra Velasco, profesora de Español para Extranjeros, afirma que es significativo que el niño no esté solo en su aprendizaje, sino que este se vuelva una parte de las actividades familiares. “Él no debe sentir que está estudiando, sino compartiendo con su familia”, dice. Planear los temas o actividades que se quieren abordar por medio de una aplicación tecnológica, un video, un cuento o un programa de televisión brinda mayores oportunidades para que los padres que no son bilingües aprendan con su hijo.

Aprendizaje por competencias

El aprendizaje de una segunda lengua requiere ciertas acciones de enseñanza de los profesores y de los padres que opten por un modelo de *home school* o que deseen reforzar el material en casa. Rosa Dene David, profesora del Departamento de Lenguas y Culturas Extranjeras, explica cuáles son los aspectos para tener en cuenta por competencia:

Para enseñar a escuchar:



1 Presentar el vocabulario: para el momento de la escucha, es importante haber presentado antes el nuevo vocabulario que se va a estudiar y su gramática.

2 Ser explícito: los niños tendrán mayor éxito en la actividad si la comprenden con claridad.

3 Explicar las similitudes fonéticas: hay muchos sonidos o palabras que son similares entre las diferentes lenguas o que tienen significados parecidos. Estos se deben explicar de forma separada.

Para enseñar a hablar:



1 Seleccionar la actividad: especialmente para los niños con discapacidades cognitivas, es importante que las actividades sean coherentes con las capacidades propias de su desarrollo. Los ejercicios no deben requerir una pronunciación “imposible”. Si se trabaja en grupo, este debe ser pequeño.

2 No acelerarse: se deben dividir las actividades del habla en partes y darles a los niños espacios para que alcancen los objetivos antes de empezar con cada una.

3 ¡Todos a practicar!: es necesario practicar los sonidos y dejar que los niños los repitan.

Para enseñar a escribir:



1 Usar colores: al escribir en el cuaderno, en una tableta o en un pizarrón, es positivo utilizar colores para mostrar las partes estructurales de una frase. Los niños identificarán los patrones; por ejemplo, el sustantivo siempre irá en azul, el verbo en rojo y el complemento en morado.

2 Hacer listas: se deben hacer listas de palabras y de verbos para que los niños puedan utilizarlas con frecuencia.

3 Tener rutinas: en lo cotidiano, es sustancial incorporar actividades de escritura que sean divertidas para los niños. Ellos pueden escribir una lista del mercado y luego salir a mercar o enviar cartas a personas relevantes para ellos.

Para enseñar a leer:



1 Tener paciencia: aprender a leer en una segunda lengua es una de las habilidades que toman más tiempo, puesto que los niños tienen que aprender a reconocer cada palabra.

2 Generar expectativa: se debe proponer una lluvia de ideas sobre lo que los niños verán en la lectura antes de comenzar.

3 Hablar antes: se recomienda practicar primero el habla. La lectura se enseña mejor después de conversar, dado que ya no hay nervios.

4 Aumentar la longitud del texto gradualmente: se debe comenzar con párrafos cortos y avanzar hacia historias cortas.

5 Incluir novelas: al inicio, las novelas deben dividirse en partes, puesto que incluso un capítulo puede ser demasiado largo. Una vez el niño termine una parte, se le puede pedir que “sueñe despierto” e imagine la historia, los personajes y lo que sigue.

Aprender un idioma requiere tiempo y dedicación. El estudiante, el profesor y los padres deben estar motivados y ser proactivos en este proceso para asegurar el éxito.

El valor del dinero para un niño

Siempre se ha creído que los únicos que aportan a la economía familiar son los padres y que ellos son los encargados de administrar los recursos financieros. Sin embargo, según Victoria Cabrera, profesora del Instituto de La Familia, este paradigma debe acabarse para poder entender el aporte que realiza cada miembro del hogar: “La ayuda no solo es económica, también se aporta si se apoya la realización de los quehaceres del hogar, se ahorra luz y no se desperdician los alimentos. Por ejemplo, si los niños utilizan de buena manera los útiles escolares y los cuidan, los papás no deben comprar más y así contribuyen a la economía”, menciona. Por esto, desde pequeños, los niños deben conocer el valor del dinero y formar parte de la economía familiar.

Al respecto, Javier Alonso Prada, profesor de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas, dice: “Desde muy temprana edad

Ayuda a tu hijo en el proceso

- 1 Respetar sus decisiones. Dejar que escoja el idioma que quiere aprender.
- 2 Entender su forma de aprendizaje, su tiempo, su ritmo y sus motivaciones para empezar el proceso.
- 3 Las aplicaciones, los videojuegos, YouTube, Netflix y algunas páginas web son útiles para apoyar el aprendizaje de la lengua. Siempre supervisa la selección y el uso de los contenidos.
- 4 Buscar diferentes maneras y espacios para incrementar su motivación frente al aprendizaje.
- 5 Dar libertad para que pueda expresarse en español o en la lengua objetivo.
- 6 Planear actividades en las que se pueda crear una cultura bilingüe en la casa.

—4 o 5 años—, los niños comienzan a darse cuenta de que existen los billetes y monedas; observan que se da una determinada cantidad de dinero y, a cambio, se obtiene algo”. Por esto, es necesario que conozcan cuál es la fuente del dinero y cómo es su correcto uso: “Deben saber que el dinero es producto de un trabajo, del esfuerzo de sus papás, y que lo que implica un esfuerzo debe cuidarse”, indica la profesora Cabrera. “Se les debe explicar que el dinero es un recurso finito, limitado, y, como tal, se tiene que administrar con mucha responsabilidad”, complementa Prada.

Además, se recomienda incluir a los niños en cada una de las actividades de compra para aumentar su autoestima y su sentido de pertenencia frente al hogar. “Por ejemplo, si van a comprar un televisor, almorzar o comer helado, se les puede pedir que aporten de forma simbólica con monedas de 100 y 200 pesos”, expone Cabrera.

Ahorrar desde temprano

En cuanto al ahorro, el profesor Prada dice: “Las alcancías son buenos medios didácticos para enseñarles a los niños que, a partir de **pequeños sacrificios**, se pueden lograr metas a lo largo de la vida. Por ejemplo, al principio de cada año, los papás junto con los niños deberían definir **metas** a cumplir en determinado tiempo, como la compra de un juguete o de un videojuego”. Por su parte, la profesora Cabrera sugiere: “Para incentivar el ahorro, si el niño quiere comprarse un juguete extra, el papá le puede decir que ahorre durante un tiempo determinado y que, cuando lo haya logrado, él lo ayudará a completar el dinero para la compra”.

A medida que el niño crece, su posibilidad de ahorro aumenta; en consecuencia, abrir una **cuenta bancaria** o realizar una inversión puede estar a su alcance. “Cuando el niño es mayor, se le debe motivar a incrementar sus ahorros mensuales para lograr metas más relevantes. No necesariamente se debe considerar abrir una cuenta de ahorros, puesto que esta solo es un medio que facilita tanto el depósito como el retiro de dinero, no es una inversión. Se pueden buscar fondos de inversión o planes de ahorro de educación superior”, concluye Prada.



Valentina Fonseca y Juan Andrés Arteaga, miembros del Club de Exploradores

“Cuando sea grande, quiero ser un investigador de ciencia”

¿Sabes por qué cuando eras niño sentías más interés por descubrir y aprender sobre las ciencias? La respuesta es que el cerebro de los niños está en la fase de exploración de lo que para ellos significa entender el mundo, de acuerdo con una investigación publicada por la Universidad de California (Gopnik, 2012). Los niños piensan y actúan con patrones similares a los que se emplean en las ciencias: crean hipótesis, infieren causas y consecuencias, y practican la observación; por esto, algunos se han ganado el título de “pequeños investigadores”.

En este sentido, el profesor Carlos Barreto, director de la Licenciatura en Ciencias Naturales, dice: “Ante las experiencias científicas a las que se exponen a diario los niños, los educadores y padres de familia tenemos

la oportunidad de ir permeando sus mentes de buenas sensaciones y de prácticas que les permitan identificar fenómenos, plantearse preguntas y mirar alternativas de solución”.

Formando pequeños investigadores

El Club de Exploradores de la Facultad de Educación de La Sabana surgió por iniciativa de miembros de la Licenciatura en Ciencias Naturales para incentivar y despertar el amor por la ciencia en los niños. La idea se consolidó de la mano de Bienestar Universitario, unidad que lo articuló a las escuelas de formación cultural como una opción dirigida a los hijos de los empleados y estudiantes de la comunidad universitaria interesados en la formación científica.

“Me interesa mucho la ciencia porque he aprendido de la masa, del peso y de las medidas. Aprendo esto para que después, cuando se necesite, pueda entenderlo bien”.

Valentina Fonseca, miembro del Club de Exploradores

Este espacio se creó para que los niños aprendan a explorar el campo de las ciencias naturales. Desde la observación, la formulación de preguntas, la identificación de características y la descripción de lo observable, ellos proponen sus propias hipótesis y las ponen a prueba para encontrar soluciones. “Cada clase se convierte en una oportunidad para descubrir el mundo de la ciencia. A través de proyectos que se desarrollan en el aula, los niños piensan como pequeños investigadores y tratan de responder cuestiones como ¿cuál es la medida de un grano de arroz?, ¿cuáles son las medidas de volumen?, ¿por qué se enciende una vela? A partir de sus experiencias, identifican variables y encuentran resultados”, asegura Floridiana Pérez Riaño, profesora del Club de Exploradores.

Uno de los exploradores es Juan Andrés Arteaga, estudiante de quinto de primaria, quien, a sus 11 años, está convencido de que saber de ciencia brinda un gran poder. “Quiero conocer el mundo y no tener miedo de verlo; quiero entender por qué suceden las tormentas eléctricas”, dice.

María Fernanda Hernández, directora de la Licenciatura en Educación Infantil y mamá de uno de los integrantes del club, considera que este espacio fomenta la formación integral atada al pensamiento científico. “Mi experiencia ha sido maravillosa. Tomás está absolutamente feliz porque aprende de una manera divertida y comparte con otros niños de su edad. El club despierta aún más su curiosidad e interés por el conocimiento”, expresa.

DESCUBRE A TU PEQUEÑO INVESTIGADOR EN CASA

Trabaja momentos de indagación con tu hijo. Hazle preguntas que tengan diversidad de inicios: ¿cómo?, ¿para qué?, ¿dónde?, ¿cuánto?, ¿cuándo?, ¿por qué?, ¿qué pasaría si...? ¿cuál?, ¿de qué manera? Así, él podrá recurrir a un proceso de inferencia y de primeras ideas frente a los sucesos que observa.

Recuerda que las respuestas a esas preguntas deben estar motivadas por la causa de las cosas. Haz nuevas preguntas que lleven al niño a cuestionarse aún más, para que encuentre por sí mismo y en el contexto las respuestas a sus inquietudes.

Propicia espacios de experimentación. Con materiales sencillos que tengas en casa, puedes crear espacios para desarrollar y estimular el pensamiento científico en el niño.

Mide diferentes objetos con tus manos (cuartas) y las del niño. Luego, hazle una pregunta como: ¿cuánto mide en cuartas la mesa? Además, pregúntale: ¿cuánto crees que mide ese objeto?, y plantea 2 o 3 respuestas posibles. Después, mide el objeto y contrasta la medida con la que había dicho inicialmente.

Referencia: Gopnik, A. (2012). Scientific Thinking in Young Children: Theoretical Advances, Empirical Research, and Policy Implications. *Science*, 337.

Ciencia para niños: preguntar, experimentar y divertirse



Los niños son curiosos por naturaleza. La ciencia, tecnología e innovación alimentan esa curiosidad y les proporcionan aprendizajes valiosos en su etapa de crecimiento. A través de estos campos, los pequeños hacen observaciones, recopilan información, formulan preguntas y usan el pensamiento lógico para llegar a conclusiones.

La ciencia responde a las necesidades de la sociedad y a los desafíos mundiales; por lo tanto, es esencial empoderar a las nuevas generaciones en temas científicos. Para esto, es fundamental no coartar la creatividad de los niños, sino impulsarla como uno de los motores de innovación para enriquecer el conocimiento y aplicar nuevas ideas que ayuden a cambiar el mundo.

Para Paola Garzón, directora del programa de Ingeniería Química de la Universidad de La Sabana, el conocimiento científico y tecnológico es una de las principales fortalezas que tiene la sociedad; además, es un elemento indispensable para promover su desarrollo económico y social. “La ciencia, la tecnología y la innovación aportan las herramientas necesarias para transformar las sociedades y sus estructuras productivas. Igualmente, ofrecen soluciones para los desafíos cotidianos y nos ayudan a responder los grandes misterios de la humanidad”, dice.

Garzón, doctora en Diseño de Procesos y Productos Químicos, afirma que enseñarles ciencia y tecnología a los niños es la mejor forma de generar en ellos conciencia ambiental, porque les permite tener conocimiento sobre los ciclos naturales. “Lo que no se conoce no se valora. Por medio de las experiencias y de la exploración científica, se obtiene una visión diferente sobre la importancia de cuidar los recursos naturales”, expresa.

Una forma divertida de aprender

Estimular la creatividad es uno de los factores más importantes para aumentar la

motivación y mejorar el aprendizaje de los niños en los campos de la ciencia. A su vez, es vital tener en cuenta que la educación científica hace parte de los ejes estructurales de la formación en la población infantil.

Para Jefferson Galeano, profesor de Educación Ambiental de la Facultad de Educación, fortalecer y promover el pensamiento científico en la primera infancia requiere de rigurosidad, experiencia, organización y tener en cuenta el contexto y el proceso de desarrollo. “La clave para lograr un pensamiento científico no solo está en educar en conceptos, sino también en competencias y habilidades personales cognitivas que lleven a los niños a comprender estos conceptos. Por ejemplo, el juego es una parte esencial en el proceso pedagógico de los niños”, expresa.

La educación STEAM (**science, technology, engineering, art and mathematics**) es una manera diferente de enseñar. Esta metodología, que combina ciencia, tecnología y creatividad, busca que los estudiantes tengan pensamiento crítico e imaginación y que aprendan a usar la tecnología para resolver problemas puntuales. “Para esto es importante la observación, la realización de preguntas, la curiosidad, la indagación y la búsqueda. Si bien estos procesos son posibles en cualquier etapa, en la niñez son naturales porque hacen parte de la vida y de la dinámica propia de los niños”, afirma Galeano.

En este contexto, fomentar y desarrollar competencias científicas en los “pequeños genios” no solo sirve para que ellos se diviertan y adquieran habilidades, sino también para que puedan transformar el mundo con sus ideas.



¡A EXPERIMENTAR!

Lodo divertido

Materiales

1 caja pequeña de Maizena (90 g).

300 ml de agua.

2 gotas de un colorante de alimentos.

Procedimiento

En un recipiente, agrega la Maizena, el agua y las 2 gotas del colorante. Revuelve todo con las manos hasta formar una bola de masa uniforme. El truco está en soltar la bola en una superficie: notarás que esta pierde su forma y se vuelve líquida si dejas de amasarla. ¡Así podrás jugar con el lodo divertido!

Lámpara de lava

Materiales

1 recipiente alto y transparente de 500 ml (puede ser de vidrio o de plástico).

300 ml de agua.

150 ml de aceite.

2 gotas de un colorante de alimentos.

1 pastilla de Alka-Seltzer.

Procedimiento

Agrega el agua en el recipiente. Después, echa las gotas del colorante. Con cuidado, vierte el aceite en el agua. Por último, toma la pastilla y ponla en el recipiente. Ahora, espera que las burbujas hagan la increíble lámpara de lava.

Espuma mágica

Materiales

2 cucharadas de levadura de pastelería.

100 ml de agua tibia.

3 gotas de un colorante de alimentos.

5 cucharadas de jabón líquido lavaloz.

300 ml de agua oxigenada antiséptica.

1 recipiente de boca pequeña de 500 ml.

1 recipiente de boca grande de 100 o 200 ml.

Procedimiento

En el recipiente de boca grande, disuelve las dos cucharadas de levadura en el agua tibia hasta lograr una buena mezcla. En el otro recipiente, vierte el agua oxigenada y mézclala con las gotas del colorante y con el jabón lavaloz. Para generar la reacción, une los contenidos de los 2 recipientes. Deja que la magia crezca y aparezca la espuma mágica. 🐦





¿Niños en la cocina?

El temor a las quemaduras, las cortadas o el desorden son algunos factores que impiden involucrar a los niños en la cocina; no obstante, los expertos aseguran que permitirles cocinar desarrolla su personalidad y fortalece el vínculo familiar (Serrato, 2012). Eso sí, es necesario garantizar ciertas medidas de seguridad y tener el acompañamiento de los padres o de un adulto responsable.

Por lo general, los postres, sándwiches y tortas son las primeras preparaciones en las que se aventuran los niños. Lo importante es elegir una receta adecuada para cada edad y disfrutar la actividad en familia.

Corinne Albaut, escritora de recetas para niños, afirma que “comer es, en sí mismo, un acto de compartir, pero cocinar en familia brinda una riqueza complementaria, pues lo que cada uno hace y aporta alimenta a los otros, y eso brinda un placer invaluable para los miembros de la familia, que más que nada comparten su amor” (Serrato, 2012).

Carlos Gaviria, chef y profesor del Departamento de Artes Culinarias de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas, asegura: “Compartir con los hijos en la cocina no es necesariamente cocinar, sino conocer y vivir experiencias en torno a la gastronomía, la cual parte de la cultura e identidad de un pueblo, y esos contenidos le van generando a nuestros niños tradición y valores culinarios. De esta forma, tendremos unas generaciones más seguras y arraigadas a sus valores culturales y a su identidad”.

En la cocina, los padres también pueden enseñarles a sus hijos la importancia de seguir normas y procedimientos, puesto que hay una lógica detrás de cada receta y, si esta se pierde, el resultado no será el esperado.

Al cocinar, los niños...

- 🍳 **Potencian** su confianza, autonomía y autoestima.
- 🍳 **Mejoran** su educación nutricional.
- 🍳 **Aprenden** sobre la tradición culinaria.
- 🍳 **Estimulan** sus sentidos.
- 🍳 **Entienden** la importancia del orden y de la limpieza. 🐦

Referencia

Serrato, M. (2012). *Involucrar a los niños con la cocina desarrolla la personalidad y fortalece el vínculo familiar*. Recuperado de <https://bit.ly/2FXzvX8>



Colegio y familia: aliados incondicionales

Desde que nacemos, los seres humanos vivimos una serie de aprendizajes y acercamientos con el mundo, los cuales nos van formando como personas. En este proceso, el primer y más importante agente educador es la familia; sin embargo, a medida que crecemos, se hacen necesarios otros contextos que influyen en la socialización y educación: el jardín, el colegio y la universidad.

Para el adecuado desarrollo de los niños, es trascendental la corresponsabilidad entre la familia y las instituciones educativas. De acuerdo con Ángela Marcela Baquero, psicóloga y profesora de la Facultad de Educación, “ambos actores son responsables y deben estar enfocados en la formación de ciudadanos competentes para vivir en armonía y en comunidad”.

Por su parte, Carolina Oquendo, experta en educación familiar del Instituto de La Familia, resalta que como el ámbito primario de la educación es el hogar, los padres no deben delegar esa responsabilidad: “El colegio imparte una educación formal; pero los valores y virtudes se aprenden en la familia. El colegio los refuerza”, dice. Por lo tanto, el Proyecto Educativo Familiar (PEF) debe estar en concordancia con el Proyecto Educativo Institucional (PEI).

Para Baquero, hay que saber diferenciar los roles que cumplen la familia y el colegio en la formación de los niños, entendiendo que, como expone el teórico Uri Bronfenbrenner, estos hacen parte de un sistema en el que todos los contextos se interrelacionan e influyen mutuamente. Por un lado, en la familia se da el primer proceso

de socialización y se crean vínculos afectivos en los que el niño se siente seguro y desarrolla habilidades y capacidades; por el otro, en el colegio se ponen en práctica dichas habilidades, cualidades y capacidades, se adquieren conocimientos y se socializa con pares. Sin embargo, en ambos espacios hay figuras de autoridad que deben trabajar de manera cooperativa.

Los colegios imparten una educación formal; pero los valores y virtudes se aprenden en la familia.

Las expertas brindan algunas recomendaciones para que exista una correcta relación entre los padres, los niños y los miembros de las instituciones educativas:

- ● ● ●

Hay que involucrarse: las escuelas de padres son espacios formativos que brindan los colegios para que ellos puedan formarse en técnicas de estudio y en el buen uso de la tecnología. Además, facilitan el diálogo con otros padres sobre los factores que influyen en la educación de sus hijos.

- ● ● ●

La comunicación debe ser constante: los padres deben conocer a los profesores, a los directores y al personal administrativo de la escuela; asimismo, tienen que comunicarse con los otros padres del curso. Es importante que le informen al colegio sobre cualquier situación o alarma que estén evidenciando en sus hijos, por ejemplo, enfermedades contagiosas, peligros en las redes sociales y contenidos inapropiados.

- ● ● ●

Cuidado con la recompensa: aunque los incentivos (aplausos, felicitaciones o regalos) son significativos, los niños no deben relacionar las recompensas con una obligación de los padres. Ellos tienen que entender que cumplir con sus compromisos escolares es su deber.

- ● ● ●

No se debe desautorizar: durante el proceso formativo es normal que los niños tengan conflictos con sus compañeros o profesores. Aunque usualmente cuando un hijo presenta una queja los padres se alteran, es fundamental que conserven la calma e indaguen sobre la situación. El conducto regular es que los padres se dirijan hacia el director del grupo y escuchen la postura que tiene el colegio para buscar soluciones.

- ● ● ●

Hay que aprovechar los recursos: los chats, agendas y aplicaciones están al servicio de los padres de familia para que interactúen constantemente con el colegio y se involucren de manera efectiva con la institución. Se debe hacer un buen uso de estos recursos, teniendo en cuenta su función específica. Además, estos no se deben usar para eximir al niño de sus responsabilidades. 🐦

Y después del jardín, ¿cuál es la mejor opción para mi hijo?

Conoce las características de la oferta nacional y algunos de los cambios que están marcando tendencias para la educación de tu hijo.



En enero de este año, mientras el Gobierno de Singapur erradicaba las calificaciones escolares, el mundo observaba que Microsoft School Programs, International Baccalaureate (IB) y Cambridge Assessment continuaban unificando los currículos globales, enfrentándose a un reto mayor: competir en el sector educativo, que se personaliza y virtualiza con el **homeschooling** y las plataformas web de aprendizaje.

Para entender este panorama y los cambios, Rosa Julia Guzmán, directora de la Maestría en Desarrollo Infantil, y María Fernanda Hernández, directora de la Licenciatura en Educación Infantil, explican algunos aspectos que influyen en la escogencia del modelo educativo en el paso del jardín al colegio:

1 Debe haber coherencia entre la formación brindada por todos los actores educadores: padres, colegio, cuidadores y las demás personas que intervienen en el desarrollo del niño.

2 Hay que definir el enfoque que se adapte mejor a las capacidades del niño. Si es más estructurado, le sirve un modelo académico; si es muy activo, se puede optar por uno innovador.

3 No se debe forzar la adaptación del niño al colegio.

4 Si se busca un modelo bilingüe, es recomendable hacer la transición educativa antes de los 5 años.



5 Debe haber continuidad entre los enfoques pedagógicos, las formas y los métodos propios del jardín y los del colegio.

6 El colegio debe promover el desarrollo infantil en todos los aspectos de la vida: cognitivos, éticos, sociales, entre otros.

7 Hay que tener en cuenta el presupuesto familiar y el tiempo de transporte hacia el colegio.

8 Se debe revisar el Proyecto Educativo Institucional y el modelo pedagógico que lo sustenta teóricamente.

Oferta educativa

Home school: con este modelo, los padres educan a sus hijos en casa y se apoyan en academias virtuales como Khan Academy & Homeschooling. Este modelo personalizado permite pasar mayor tiempo con los hijos y puede resultar más asequible que la educación privada; sin embargo, no hay que olvidar que los niños deben tener interacción social con sus pares.

Colegios con énfasis artístico y deportivo: en estos, el arte, el deporte y la danza tienen igual carga académica en el currículo. Así, se despiertan la conciencia del cuerpo y la sensibilidad artística y motora (gruesa y fina).

Sin notas ni horarios: hay colegios que usan el modelo Fontán, el cual estimula la autonomía y frena las comparaciones entre los compañeros. No hay clases tradicionales: según la edad, el estudiante organiza su horario

y el orden de sus tareas por módulo y curso. Hoy, existen 23 colegios de este tipo en Colombia.

Para familias viajeras o estancias temporales: los colegios con Bacherato Internacional, Cambridge Assessment International Education o que están respaldados por embajadas suelen ser las opciones más adecuadas. Sus métodos y contenidos tienden a estar unificados sin que importe el lugar.

Educación inclusiva: el Decreto 1421 del 2017 establece que todas las instituciones educativas deben tener un enfoque inclusivo. El profesor debe fortalecer los procesos de enseñanza y aprendizaje mediante los planes individuales de acuerdo con los ajustes razonables (PIAR). La enseñanza tiene que incluir los ajustes y apoyos razonables que requiere el estudiante.

Colegios coeducativos con perspectiva de género: este modelo es mixto, pero separa a los géneros en las aulas y los une en los espacios de recreación. Se apoya en la comprensión de los ritmos de desarrollo y de los intereses por género y por edad. 





“Queremos cortar el ciclo de la pobreza y guiar a los niños con sus estómagos llenos en búsqueda de un futuro brillante.”

La fundación AlasCinco trabaja por los niños

Según la Organización Mundial de la Salud (2011), la nutrición tiene un papel esencial en los primeros meses y años de vida. En consecuencia, para que los niños disfruten de una salud plena, deben tener una alimentación apropiada. Sin embargo, de acuerdo con lo informado por el Gobierno nacional, más de 560.000 niños presentan signos de desnutrición crónica en el país (Plazas, 2019).

Ante este panorama, la fundación AlasCinco —organización sin ánimo de lucro que empodera a poblaciones desplazadas en Altos de Cazucá (Soacha), a partir de la buena alimentación, la educación y la formación de niños y adultos— creó el modelo de los “Productos Espantadores del Hambre”, el cual sustenta el programa nutricional de la fundación, que atiende a 50 niños y brinda oportunidades de trabajo a madres de familia sin experiencia laboral, con el fin de que desarrollen competencias y puedan incorporarse a un trabajo en el futuro cercano.

“El nombre de este emprendimiento nació tras una conversación de 2 niños habitantes de Cazucá, quienes manifestaron que, cuando sentían

hambre, sus estómagos rugían como unos monstruos dentro sus cuerpos”, dice Mariana García, directora de AlasCinco, profesora del Departamento de Innovación y Emprendimiento de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas, y graduada del MBA de Inalde Business School.

Los “espantadores del hambre” son productos naturales (granola, *parfait* y galletas) elaborados de manera artesanal, los cuales benefician a 35 familias desplazadas: les ofrecen mejores condiciones económicas e incentivan el empoderamiento femenino y la productividad de las madres cabeza de familia.

Desde el Departamento de Innovación y Emprendimiento de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas, se han realizado talleres y capacitaciones para las mujeres del programa, con el propósito de que, a través de su trabajo, mejoren las condiciones nutricionales de sus hijos. Además, en las ediciones de la Semana de Innovación y Emprendimiento Sabana se han ofrecido estos productos a la comunidad universitaria.

“Nuestro objetivo es seguir creciendo para ampliar y fortalecer el cubrimiento a la comunidad para transformar vidas. Queremos cortar el ciclo de la pobreza y guiar a los niños con sus estómagos llenos en búsqueda de un futuro brillante”, dice García. 🐦

Referencias: Organización Mundial de la Salud. (2011). *¿Cuál es la alimentación recomendable para el niño en sus primeros años de vida?* Recuperado de <https://bit.ly/2GhiN6d>
Plazas, M. (2019). *Conmovedora realidad*. Recuperado de <https://bit.ly/2USIJx6>

¿Cómo se encuentra el desarrollo infantil en Colombia?

En el país, la atención, protección y educación de la infancia comenzó a promoverse con la formulación de la Constitución Política, que señala en su artículo 44 los derechos fundamentales del niño: la vida, la salud, la alimentación equilibrada, tener una familia, entre otros. Sin embargo, es pertinente preguntarse ¿cómo se encuentra el desarrollo infantil en Colombia?

La Constitución Política indica que los niños deben ser protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, abuso sexual y explotación; además, le ordena a la familia, a la sociedad y al Estado garantizar su desarrollo armónico e integral, junto con el ejercicio pleno de sus derechos que prevalecen sobre los de las demás personas.

Si bien en el 2006 se creó el Código de la Infancia y la Adolescencia (Ley 1098), el cual busca que todos los niños y adolescentes cuenten con un pleno y armonioso desarrollo en el seno de una familia, la doctora Rosa Julia Guzmán, directora de la Maestría en Desarrollo Infantil, hace un llamado a la sociedad y a las disciplinas involucradas a intervenir de manera eficaz con el fin de generar oportunidades para ellos. “Es importante propiciar que el Estado y la sociedad pongan en práctica esfuerzos que garanticen las condiciones necesarias para un desarrollo infantil óptimo”, señala.



Por otro lado, en el país se consideran ámbitos cruciales de la promoción del desarrollo integral de la infancia: el cuidado, la crianza, la salud, la nutrición, la educación, la recreación, la participación y el ejercicio de la ciudadanía. Por ello, la “inversión” en la primera infancia “repercute significativamente en la reducción de las inequidades sociales y en el círculo que reproduce y complica la pobreza”, de acuerdo con Guzmán.

En este sentido, algunos de los retos del Ministerio de Educación Nacional en este 2019 son:

- **Garantizar una cobertura total en la educación con un preescolar integral.**
- **Fortalecer la educación digital.**
- **Cerrar las brechas entre las zonas rurales y las urbanas.**

¿Qué significa ser un niño saludable?

Tener un niño físicamente sano es quizá la principal preocupación de los padres; no obstante, ellos no siempre tienen conciencia de que “ser saludable va más allá de lo biológico y no solo se refiere al hecho de no enfermarse, implica un balance entre los ámbitos físico, mental y social”, explica Mauricio Ulloa, coordinador de la Especialización en Medicina Familiar y Comunitaria de la Facultad de Medicina.

De acuerdo con el informe global de diabetes, publicado en el 2016 por la Organización Mundial de la Salud (OMS), la mejor manera de cuidar a los niños es prevenir que padezcan enfermedades o condiciones que hoy son causas de mortalidad en los adultos, como la diabetes, la obesidad, la hipertensión, el tabaquismo y el sedentarismo.

La puericultura es una especialidad de la medicina que se ocupa de promover el crecimiento y el desarrollo óptimos de los niños, en concordancia con sus capacidades y

potencialidades, mediante prácticas dirigidas a proteger la salud en sus diferentes etapas, de acuerdo con la Academia Colombiana de Pediatría y Puericultura.

En el marco de la celebración del Día del Niño, el doctor Ulloa, Tatiana Barreto, psicóloga clínica y de familia de la Clínica Universidad de La Sabana, y Orlando Clavijo, pediatra también de la Clínica, dan 5 consejos para proteger su salud:

1 Darle una alimentación balanceada: se recomienda brindarle al niño una dieta natural, hecha en casa y con la menor exposición a químicos posible. El tamaño de las porciones debe ser proporcional a la mano del pequeño. Una forma sencilla de servir los alimentos es dividir el plato en cuatro cuadrantes: proteína, carbohidratos, frutas y verduras.

De acuerdo con la OMS, en el mundo, más de 41 millones de niños menores de 5 años tienen sobrepeso u obesidad.



Estas condiciones se pueden prevenir con hábitos saludables.

2 Monitorear su salud y su desarrollo con visitas periódicas a los especialistas:

los aspectos clave que se deben seguir son el peso, el desarrollo cognitivo y las dolencias físicas y emocionales. Clavijo agrega que también son fundamentales la vacunación, la alimentación y las necesidades presentes en las diferentes edades: "La etapa más delicada se da en los primeros 3 meses, durante los cuales son relevantes la lactancia materna y el fortalecimiento del vínculo entre los padres y el hijo. Compartir tiempo con el infante generará un lazo que permanecerá a lo largo de su vida y favorecerá su salud", expresa.

3 Dedicar menos tiempo a las pantallas y jugar más en los parques:

el reto consiste en inculcarle al niño la importancia de la actividad física. Juegos tradicionales como saltar la cuerda, correr y montar en bicicleta e interactuar con niños de su misma edad son opciones que lo divierten y mantienen su salud, indica

"Ser saludable implica un balance entre los ámbitos físico, mental y social."

Alexandra Ávila, médica familiar de la Clínica Universidad de La Sabana.

La OMS recomienda que los niños hagan actividad física moderada durante 60 minutos diarios o 300 minutos semanales.

4 Demostrar amor de forma permanente:

el cariño es indispensable para que el niño crezca sano emocionalmente. Solo si se siente querido, podrá quererse a sí mismo y querer a los demás. Además, aprenderá a ser autónomo y a manejar la inteligencia emocional, mediante muestras de amor, dice Barreto.

5 Establecer normas claras:

con cariño y de manera positiva, se debe lograr que el niño entienda por qué es importante para él seguir parámetros, no para el adulto. Asimismo, los padres tienen que aprender a decir "no" con sentido para evitar frustraciones y rabias, así como educar mediante el ejemplo. 





Vacunas, ¿sí o no?

¿Es eficiente vacunar a los niños? La respuesta es sí. De acuerdo con el doctor Orlando Clavijo, pediatra de la Clínica Universidad de La Sabana, cada año, alrededor de 2 millones de personas se salvan de morir por enfermedades, gracias a las vacunas.

Según la doctora María José Maldonado, pediatra de la Clínica Universidad de La Sabana y directora de Prácticas de la Facultad de Medicina, las vacunas “son medicamentos biológicos que se les aplican a las personas sanas y provocan que se generen anticuerpos que las protegen contra agentes infecciosos específicos”.

Muchas enfermedades contra las que existen vacunas han sido erradicadas en algunos países. En Colombia aún nos encontramos en este proceso,

por ello, las vacunas son necesarias para aportar a la erradicación y para proteger a las personas.

La enfermera Tania Chinchilla y la doctora Maldonado exponen los mitos más comunes frente a la decisión de aplicarse o no una vacuna:

- 1** Falsamente se cree que **las vacunas ya no son necesarias**, dado que las mejoras higiénicas y sanitarias hacen que desaparezcan las enfermedades infecciosas.
- 2** **Algunas vacunas tienen efectos adversos muy graves que, incluso, pueden llevar a la muerte, y están relacionadas con el síndrome de la muerte súbita del lactante y con el autismo.** Se han

realizado diversos estudios médicos que demuestran la seguridad de las vacunas y que exponen que estas no tienen relación con los efectos mencionados.

3 Padecer la enfermedad es la mejor forma de inmunizarse.

Esto no es cierto, porque, al vacunarse, se puede producir en el sistema inmunitario una respuesta similar a la que causa la enfermedad natural, pero sin riesgos ni contagio.

4 El sistema inmunitario del niño no está lo suficientemente maduro para recibir una vacuna.

Esta afirmación es errónea, dado que las dosis de virus o bacterias vivas, atenuadas o muertas que se administran son mínimas. Aunque producen síntomas de la enfermedad, el sistema inmune es capaz de reconocerlos y de generar los mecanismos de defensa suficientes para que, cuando el niño esté expuesto a esta, su organismo la ataque.

5 Si el niño tiene gripa o diarrea, no lo puedo vacunar.

El único caso en el que no es recomendable vacunar al niño es cuando tiene una enfermedad grave. El enfermero o médico siempre debe hacer una valoración de su estado general para saber si se puede vacunar en ese momento o no.

6 Si no tengo el carné de vacunación, no se le puede aplicar el preparado de antígenos.

Eso no es verdad. En todos los servicios de vacunación es obligatoria la

“Las vacunas provocan que se generen anticuerpos que protegen contra agentes infecciosos específicos”.

prestación del servicio, así no se tenga el carné.

Recuerda que con las vacunas estarás contribuyendo no solo a la salud de tu hijo, sino también a la tuya y a la de todos los miembros de la sociedad. Para los niños menores de 5 años, las vacunas obligatorias son gratis y hacen parte del Plan Ampliado de Inmunización (PAI) del Ministerio de Salud y Protección Social.

Las vacunas según la edad del niño

- Al nacer:** hepatitis B y BCG.
- A los 2, 4 y 6 meses:** pentavalente, rotavirus, neumococo e influenza.
- Al primer año:** triple viral.
- A los 18 meses:** fiebre amarilla. Después se hacen refuerzos hasta que el niño cumple 5 años.

¡Juguemos en familia!

Cruzapalabras

En los títulos de las notas del periódico hay palabras clave que se cruzan a continuación. ¡Encuéntrenlas! Cuando terminen, pueden escribir una historia con estas palabras.

- 1. Página 2
- 2. Página 4
- 3. Página 6
- 4. Página 10
- 5. Página 16
- 6. Página 18
- 7. Página 21
- 8. Página 22
- 9. Página 27
- 10. Página 28

5

8

4

2

6

3

1

10

7

9

Unan los puntos para encontrar la figura

