

Acompañando la CRIANZA

Guía para el desarrollo de las
sesiones de Educación Inicial



conafe

Consejo Nacional de Fomento Educativo

Acompañando la **CRIANZA**

**Guía para el desarrollo de las
sesiones de Educación Inicial**



Directorio

Delfina Gómez Álvarez

Secretaria de Educación Pública

Gabriel Cámara y Cervera

Director General del Consejo Nacional de Fomento Educativo

María del Pilar Farrés González Saravia

Directora de Educación Comunitaria e Inclusión Social

Manuel Ricardo Bravo Valladolid

Director de Educación Inicial

Héctor Robles Vázquez

Director de Planeación y Evaluación

Juan Martín Martínez Becerra

Director de Operación Territorial

Luis Carvajal Pérez

Titular de la Unidad de Administración y Finanzas

Pedro Antonio López Salas

Director de Cultura y Difusión

Yazmín Lizbeth Vargas González

Directora de Asuntos Jurídicos

Albina Francisca Morales Rojas

Titular del Órgano Interno de Control

Acompañando la **CRIANZA**

**Guía para el desarrollo de las
sesiones de Educación Inicial**



**Acompañando la crianza. Guía para el desarrollo de las sesiones
de Educación Inicial**

Edición

Consejo Nacional de Fomento Educativo

Texto

Mónica Tatiana Alba Romero
Kenia Arias Aguilar
Magdalena Cázares Villa
Ma. Esther Cortés Miguel
Nelva Monserrat Maguey Campos
Guadalupe del Consuelo Ramírez Vidal
Fabiola Snyder Vazquez

Ilustración

©Shutterstock

Cuidado editorial

Rose Mary Espinosa Elías

Diseño de portada e interiores

Rosa María Díaz Álvarez

Diagramación

Joyce Darisabel Contreras Rios
Rosa María Díaz Álvarez
Rodrigo Amadeus Olvera García

Primera edición: 2019

Segunda edición: 2020

Tercera edición: 2021

Índice

Agradecimientos.....	7
Presentación.....	8
Introducción	9
Sección I. Características y organización de las sesiones de Educación Inicial.....	11
Sesiones que conforman el ciclo operativo.....	11
Fase 1. Construcción de la agenda.....	14
Fase 2. Descripción y análisis de las prácticas de crianza.....	18
Fase 3. Ampliar perspectivas sobre la crianza.....	24
Fase 4: Valoración y toma de decisiones de las prácticas de crianza.....	27
Inicio de un nuevo análisis.....	33
Acompañamiento a los compromisos de madres, padres y cuidadores.....	34
Avances y/o dificultades.....	35
La participación de las niñas y los niños en las sesiones con familias.....	39
Sesiones con embarazadas.....	42
Sesiones para involucrar a los hombres en la crianza de las niñas y los niños.....	46
Sección II. Sesiones de inicio y de evaluación del ciclo operativo.....	50
Sesiones de inicio del ciclo operativo.....	50
a) Establecer la forma de trabajo y sentido de las sesiones.....	50
b) Integrar al grupo	52
c) Preparar el ambiente de las sesiones	52
Recursos para el desarrollo de las sesiones de Educación Inicial.....	56
Sesión de evaluación final	57
Sección III. Ideas para acompañar la crianza.....	61
Anexo 1.....	182
Anexo 2	187
Referencias.....	192

Agradecimientos

El Consejo Nacional de Fomento Educativo agradece el apoyo de las figuras educativas y a los responsables estatales de formación de las 31 entidades federativas, quienes con sus comentarios y aportaciones enriquecieron este material; así como a madres, padres, embarazadas y cuidadores, niñas y niños de Querétaro, Veracruz y Zacatecas, quienes participaron en la prueba piloto de la metodología de intervención con adultos.

De manera particular, brinda un reconocimiento a los equipos técnicos de Educación Inicial de Querétaro y Estado de México, a ACUDE A.C., en especial al Dr. Robert Myers, por su asesoría en la construcción de la metodología para reflexionar acerca de las prácticas de crianza hasta su fase piloto.

Finalmente, agradece la participación de Noemí Cabrera Morales, Alma Karina García Torres, José Francisco Lara Torres y Beatriz Rodríguez Sánchez, colaboradores de la Coordinación General de Educación Intercultural y Bilingüe en 2019, así como a Alan Norberto Jiménez Reynoso y a Fernando Axiel Rodríguez Filio, por sus aportaciones a este material.

Presentación

El Consejo Nacional de Fomento Educativo (Conafe), a través de la Educación Inicial, brinda, en comunidades de alta y muy alta marginación, atención a madres, padres, embarazadas y/o cuidadores de niñas y niños desde la gestación hasta los tres años once meses de edad, con un Modelo Educativo que, al respetar la diversidad cultural, promueve prácticas de crianza en congruencia con el interés superior de las niñas y niños.

Los planteamientos que se presentan en esta guía tienen sustento en documentos de diversa índole, principalmente en tres proyectos de investigación¹: en la Estrategia de Estudio en Campo² y en resultados de la investigación reciente sobre cómo son y cómo aprenden las niñas y los niños pequeños³. También se retoman las observaciones generales y específicas formuladas por diversos especialistas de México y otros países, así como las aportaciones de figuras educativas que participaron en distintas discusiones académicas.

Este material tiene el propósito de guiar a las promotoras educativas en su intervención con los participantes en las sesiones de Educación Inicial a través de dos planteamientos fundamentales: una *Metodología para reflexionar sobre las prácticas de crianza en las sesiones de Educación Inicial*, y una propuesta para favorecer las interacciones de los adultos con los niños y entre los niños mediante *el juego*.

Al acompañar la crianza de las niñas y los niños, el Conafe promueve que los adultos se relacionen con ellos de manera afectiva y respetuosa. Esto favorece el diálogo, la contención, la explicación y la participación y, de igual manera, su desarrollo integral. Con ello, el Conafe promueve una cultura de atención a la primera infancia.

¹ Evaluación de impacto realizada por el Centro de Investigación y Docencia Económicas (CIDE), Fortalecimiento del modelo de Educación Inicial del Conafe UNICEF/CIESAS, Proyecto: análisis teórico metodológico del modelo de Educación Inicial del Conafe para su fortalecimiento.

² Una Estrategia de acercamiento al campo en la que se observó directamente la intervención de promotoras educativas del Estado de Querétaro. Su implementación se llevó a cabo en 2015.

³ Jerome Bruner, Alison Gopnik, Anna Lucía Campos, Feggy Ostrosky, María Emilia López, Francesco Tonnuci, Victoria Peralta, Lourdes de León Pasquel, María Bertely, Barbara Roogoff, Jack P. Shonkoff, entre otros.

Introducción

Acompañando la crianza. Guía para el desarrollo de las sesiones de Educación Inicial, se organiza en tres secciones:

En la primera, se describen las *características y organización de las sesiones de Educación Inicial* y se explican los diferentes tipos para atender a:

- Las familias (en la reflexión acerca de las prácticas de crianza).
- Las niñas y niños que asisten a las sesiones (para fortalecer las interacciones, su desarrollo y aprendizajes mediante el juego).
- Las embarazadas.
- Los hombres interesados en la crianza de niñas y niños.

En la primera sección, se describen también el número de sesiones a lo largo de un ciclo operativo, la organización de las actividades, así como los tiempos por tipo de sesión.

En la segunda sección, se describen las características de las *Sesiones de Inicio y de Evaluación del ciclo operativo*, planeadas por las promotoras educativas.

En la tercera sección, se incluyen pautas para trabajar con las familias de Educación Inicial, es decir, ideas para acompañar la crianza, que se presentan a través de fichas informativas, de experiencias y de actividades para desarrollar durante las sesiones con las familias, las embarazadas y con los hombres interesados en la crianza de las niñas y los niños. El uso de estos recursos depende, por una parte, de las necesidades que plantea el grupo, pero también de la promoción de prácticas de crianza. Las fichas que se incluyen en esta guía ofrecen información, recomiendan actividades a realizar con las niñas y los niños durante las sesiones y en el hogar, y buscan involucrar a todos los miembros de la familia en la crianza.

Las fichas son un apoyo para el desarrollo de las sesiones y cobran sentido cuando la estructura educativa las analiza, discute y adapta su contenido a la propia realidad. Por ello, la acción que realicen las promotoras es clave para lograr los propósitos que el Conafe ha trazado, como parte de la atención a las niñas y los niños.

Sección I. Características y organización de las sesiones de Educación Inicial

Las sesiones de Educación Inicial son espacios dedicados a las familias. En estas participan adultos, niñas y niños, y se reflexiona acerca de diferentes prácticas de crianza; se fomenta la interacción entre los miembros de la familia mediante el juego; se revisan y promueven prácticas de crianza que contribuyan tanto al desarrollo integral de las niñas y los niños, como al enriquecimiento del desarrollo humano de los adultos, y al fortalecimiento de vínculos comunitarios.

Las sesiones se inician con la participación de al menos cinco adultos acompañados de niñas y/o niños de hasta 3 años y 11 meses de edad. Su duración mínima es de dos horas y su periodicidad es dos veces por semana durante nueve meses. El horario, los días y el lugar para realizar las sesiones se acuerda con las y los participantes.

Sesiones que conforman el ciclo operativo

A lo largo de un ciclo operativo, se desarrollan 62 sesiones con las familias. Esta cantidad solo puede disminuir por circunstancias de fuerza mayor: desastres naturales o situaciones de emergencia nacional. Con el propósito de promover la participación de los hombres en la crianza, se conforman grupos específicos con ellos en seis sesiones, de dos horas cada una, durante un semestre. Asimismo, se conforma un grupo dedicado a embarazadas, para quienes se realiza una sesión mensual de dos horas durante los meses de octubre a febrero y en el mes de mayo.

Así, se desarrollan tres tipos de sesiones:

- Sesiones con familias, dirigidas a las madres, padres, cuidadores, niñas y niños.
- Sesiones para fomentar el involucramiento de los hombres en la crianza.
- Sesiones con embarazadas.⁴

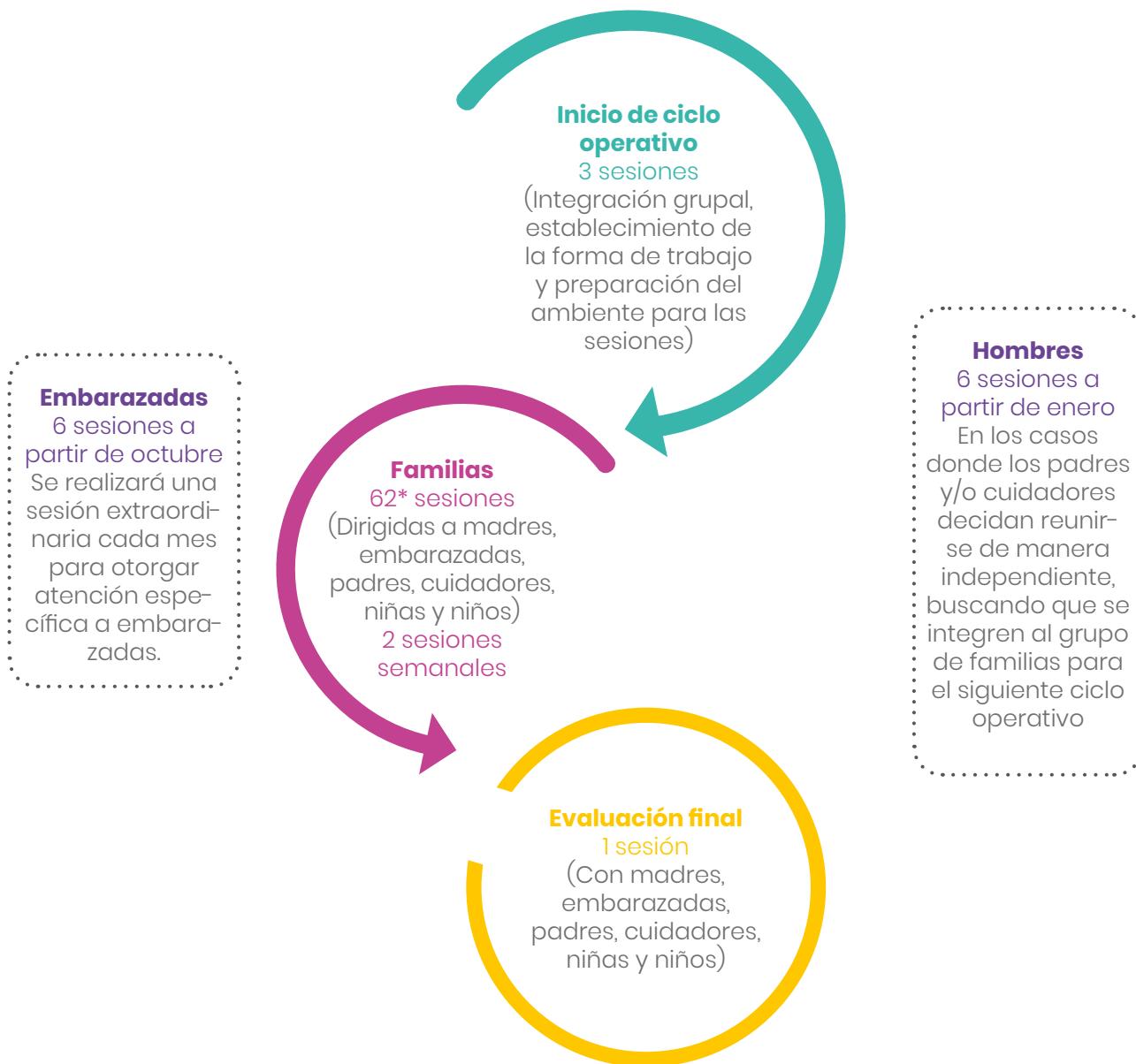
Para el desarrollo de las sesiones, te apoyarás en:

- a. Una **Metodología para reflexionar acerca de las prácticas de crianza**, que te ayudará a guiar a los adultos para promover esta reflexión.
- b. Una **Metodología basada en el juego** para ofrecer atención a las niñas y los niños, fortalecer sus interacciones, su desarrollo y aprendizajes a través del juego.

⁴ Cuando se conforman grupos de hombres o embarazadas.

- c. Una **Secuencia de actividades** para desarrollar las sesiones que involucren a los hombres en la crianza y orienten a las embarazadas en esta etapa.

Durante un ciclo operativo, las sesiones se organizan de la siguiente manera:



* Incluyendo las tres sesiones de inicio y la sesión de evaluación final.

Figura 1. Sesiones que conforman el ciclo operativo de Educación Inicial.

Sesiones dirigidas a las familias

En Educación Inicial se reconocen los saberes que tienen las madres, padres, embarazadas, cuidadores, niñas y niños. A partir de ello, sin prejuzgar o descalificar, se reflexiona acerca de las prácticas de crianza considerando el interés superior de las niñas y los niños.

Para las sesiones con familias, se cuenta con una *Metodología para reflexionar acerca de las prácticas de crianza en las sesiones de Educación Inicial*, con cuatro fases: 1) Construcción de la agenda, 2) Descripción y análisis de prácticas de crianza, 3) Ampliar perspectivas sobre la crianza y 4) Valoración y toma de decisiones de prácticas de crianza. A partir de estas fases, se revisan las prácticas cotidianas para el cuidado, atención e interacción con las niñas y los niños.

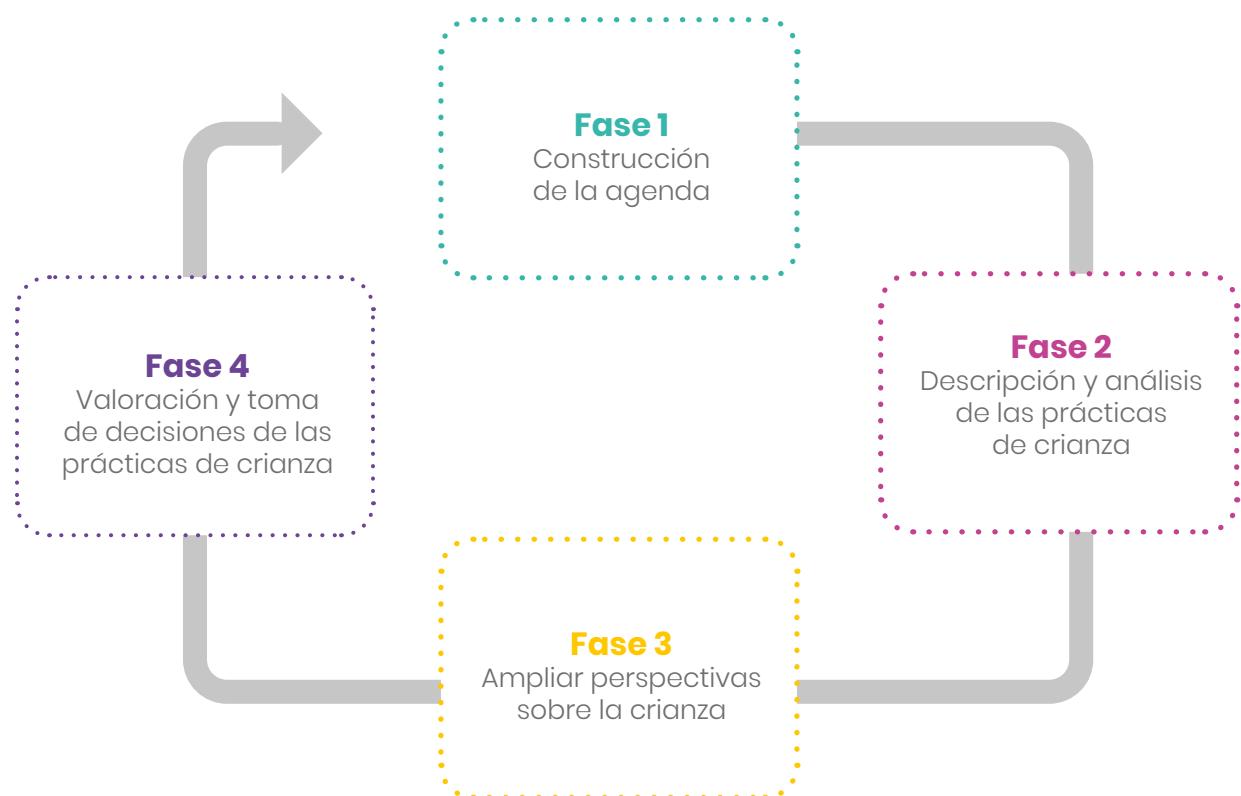


Figura 2. Metodología para reflexionar acerca de las prácticas de crianza.

Para analizar las prácticas de crianza en las sesiones de Educación Inicial, se plantean preguntas detonadoras que llevan a las y los participantes del grupo a conocer lo que saben y lo que hacen para criar a sus hijas o hijos.

Fase 1. Construcción de la agenda



Propósito de la fase:

Construir, con el grupo de madres, embarazadas, padres y/o cuidadores, una agenda temática, a partir de la descripción de las diferentes acciones que cotidianamente hacen las niñas y los niños, y así organizar los contenidos a revisar a lo largo del ciclo operativo.

Una vez que se ha conformado el grupo, se generó un clima de confianza y respeto, y se establecieron acuerdos básicos en relación con la confidencialidad, la asistencia y la participación, se da inicio a la fase 1, donde los participantes hablan acerca de todo lo que hacen las niñas y los niños en la vida cotidiana. A partir de ello, se elabora una agenda, la cual es el instrumento que organiza el contenido que será abordado en las sesiones.

Se parte de las acciones de las niñas y los niños porque, derivado de ellas, los adultos responden con una o varias acciones que dan lugar a la crianza. Para construir la agenda, es necesario guiar a los participantes con preguntas que los ayuden a hablar de lo que hacen las niñas y los niños y decidir con qué se inicia la revisión.

El proceso de elaboración de la agenda se compone de dos momentos en los que el grupo tiene una participación colaborativa:

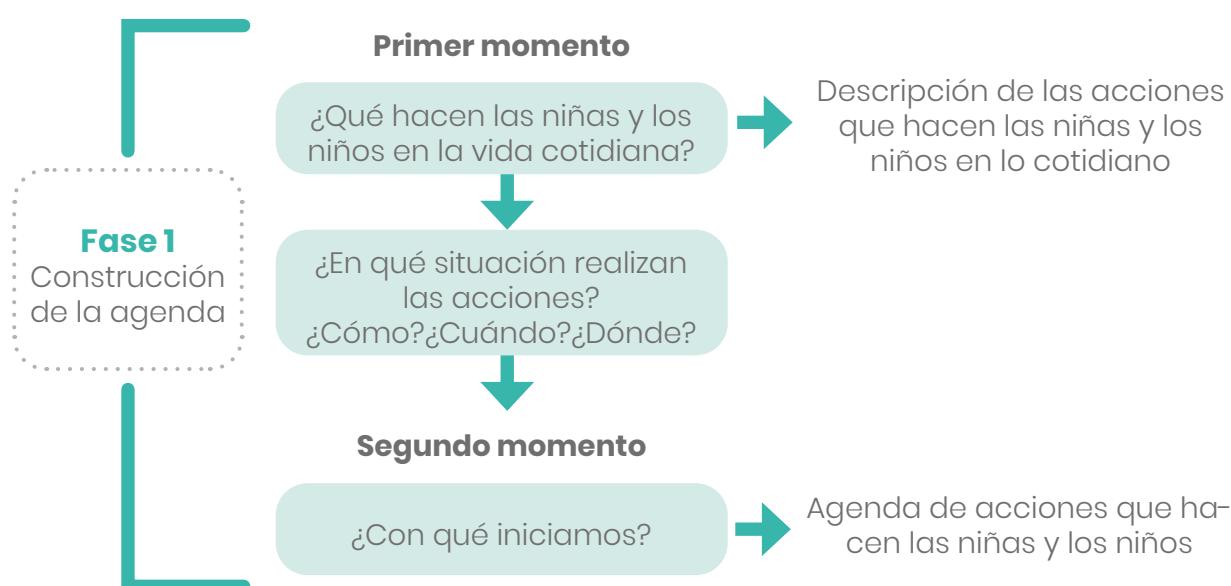


Figura 3. Fase 1. Construcción de la agenda.

- **Primer momento.** Descripción de lo que hacen las niñas y los niños cotidianamente y en qué situación lo realizan. Para iniciar la construcción de la agenda, las preguntas guía son:

**¿Qué hacen las niñas y los niños en la vida cotidiana?
¿En qué situaciones realizan las acciones?**

Estas preguntas se pueden responder a través de diferentes actividades: por medio de dibujos, escritos (descripciones), de manera oral o a través de un juego. Lo importante es que cada participante identifique y describa lo que hacen cotidianamente las niñas y los niños, y las situaciones en las que se da la acción (con otras personas, solos, fuera o dentro del hogar, en la comunidad, en un espacio abierto, durante el día o por la tarde, en la temporada de siembra, cuando sienten miedo, alegría, tristeza, etcétera.). Para apoyar las descripciones conviene pre-guntar ¿cómo?, ¿cuándo?, ¿dónde?

Ejemplo de las acciones que hacen las niñas y los niños:



Ilustración: © Shutterstock



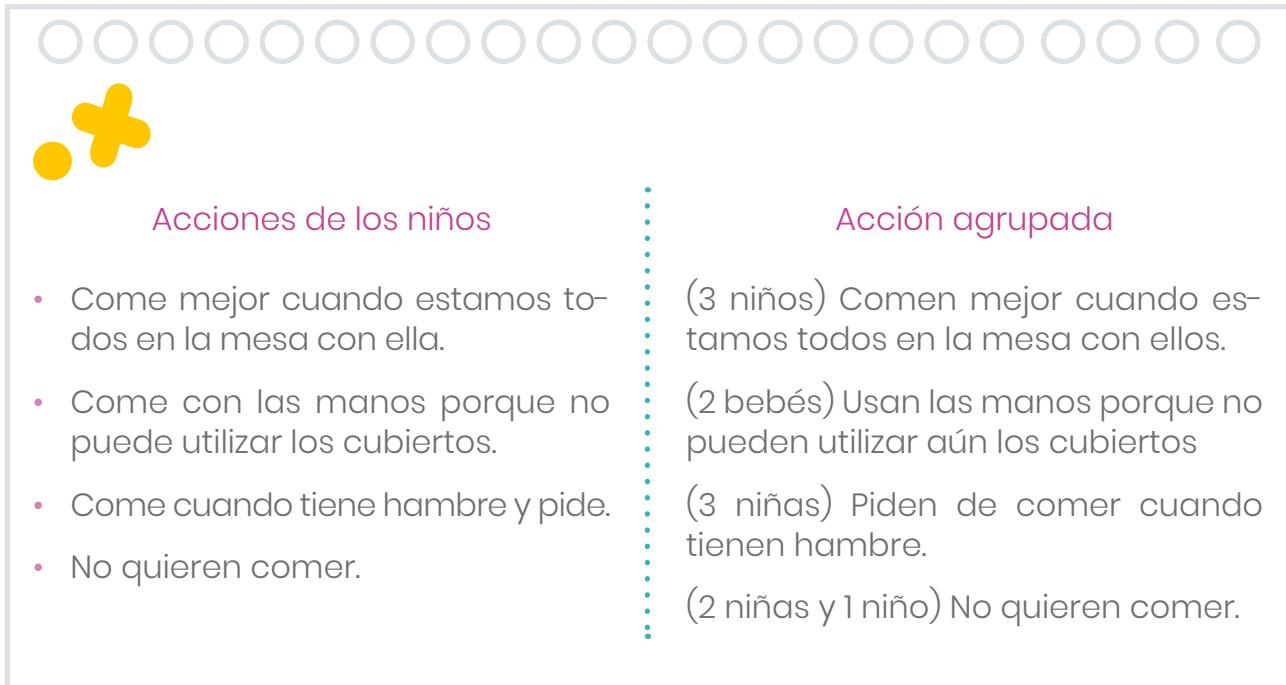
- **Come** mejor cuando estamos todos en la mesa con ella
- **Pelea** cuando no le prestan cosas que quiere
- **Duerme** cuando lo acompañó
- **Patea** dentro mi vientre cuando escucha la voz de su papá
- **Come** con las manos porque no puede utilizar los cubiertos
- **Juega** solo
- **Duerme** cuando se le lee un cuento
- **Platica** y quiere que le pongan atención
- **Muerde** porque le están saliendo los dientes
- **Come** cuando tiene hambre y pide
- **Platica** y para que lo escuchemos interrumpe las conversaciones de los adultos
- **Muerde** cuando le doy pecho
- **Platica** solo o con sus juguetes
- **Juega** con los trastes de la cocina
- **Juega** con el agua en el patio de la casa
- **Juega** con la tierra
- **Juega** con sus hermanos
- **Pelea** con sus hermanos
- **Muerde** cuando está enojado
- **Pelea** cuando agarran sus juguetes
- **Muerde** cuando no le dan lo que quiere
- Se **lava** los dientes
- **Hace** del baño



Se registran todas las aportaciones, se agrupan las acciones por coincidencia;⁵ es decir, seguramente varios padres mencionan una misma o varias acciones.

⁵ Esta agrupación puedes realizarla en un momento posterior, al término de la sesión.

Para agrupar las acciones se presenta el siguiente ejemplo:



Para cerrar este primer momento, se hace la observación de que las acciones que hacen las niñas y los niños en la vida cotidiana son similares, pero se presentan diferentes prácticas por el contexto donde viven (costumbres, familia, cultura, etcétera).

- **Segundo momento.** ¿Con cuál acción de la agenda consideran que podemos iniciar?

Una vez agrupadas las acciones, se acuerda con el grupo el orden de la agenda. Para organizar las acciones y agendarlas, conviene numerarlas y, de manera colectiva, elegir con cuál iniciar. Es importante evitar inconformidades al no coincidir en algún interés personal, por ello conviene mencionar al grupo que, durante el ciclo operativo, se abordarán las diferentes acciones e incluso, si se acordó un orden y posteriormente se desea modificarlo, es posible hacerlo si así lo decide el grupo.

Ejemplo de una agenda de grupo:



Agenda de las acciones que hacen las niñas y los niños

- 1. Come** mejor cuando estamos todos en la mesa con ella/él/ con las manos porque no puede utilizar los cubiertos/ cuando tiene hambre y pide.
- 2. Duerme** cuando lo acompañó/ cuando hay luz/ cuando se le lee un cuento.
- 3. Platica** y quiere que le pongan atención/ interrumpe las pláticas de los adultos/ habla solo o con sus juguetes.
- 4. Juega** con los trastes de la cocina/ con el agua en el patio de la casa/ con la tierra/ con sus hermanos/ sola(o).
- 5. Pelea** con sus hermanas(os)/ cuando agarran sus juguetes/ cuando no le prestan cosas que quiere.
- 6. Muerde** cuando le doy pecho/ porque le están saliendo los dientes/ cuando está enojada(o)/ cuando no le dan lo que quieren.

Al término de cada acción que se trabaje, es necesario revisar la agenda con el grupo, especialmente si cambian los integrantes. Se puede utilizar la misma descripción de acciones creada al principio y retomar las aportaciones de nuevos integrantes.

Fase 2. Descripción y análisis de las prácticas de crianza



Propósito de la fase:

Analizar las prácticas de crianza que se derivan de las acciones de las niñas y los niños, a fin de reconocer su origen e intención.

En la fase anterior se construyó la agenda. La segunda fase tiene dos momentos: a) Descripción de las prácticas de crianza y b) Análisis de las prácticas de crianza.

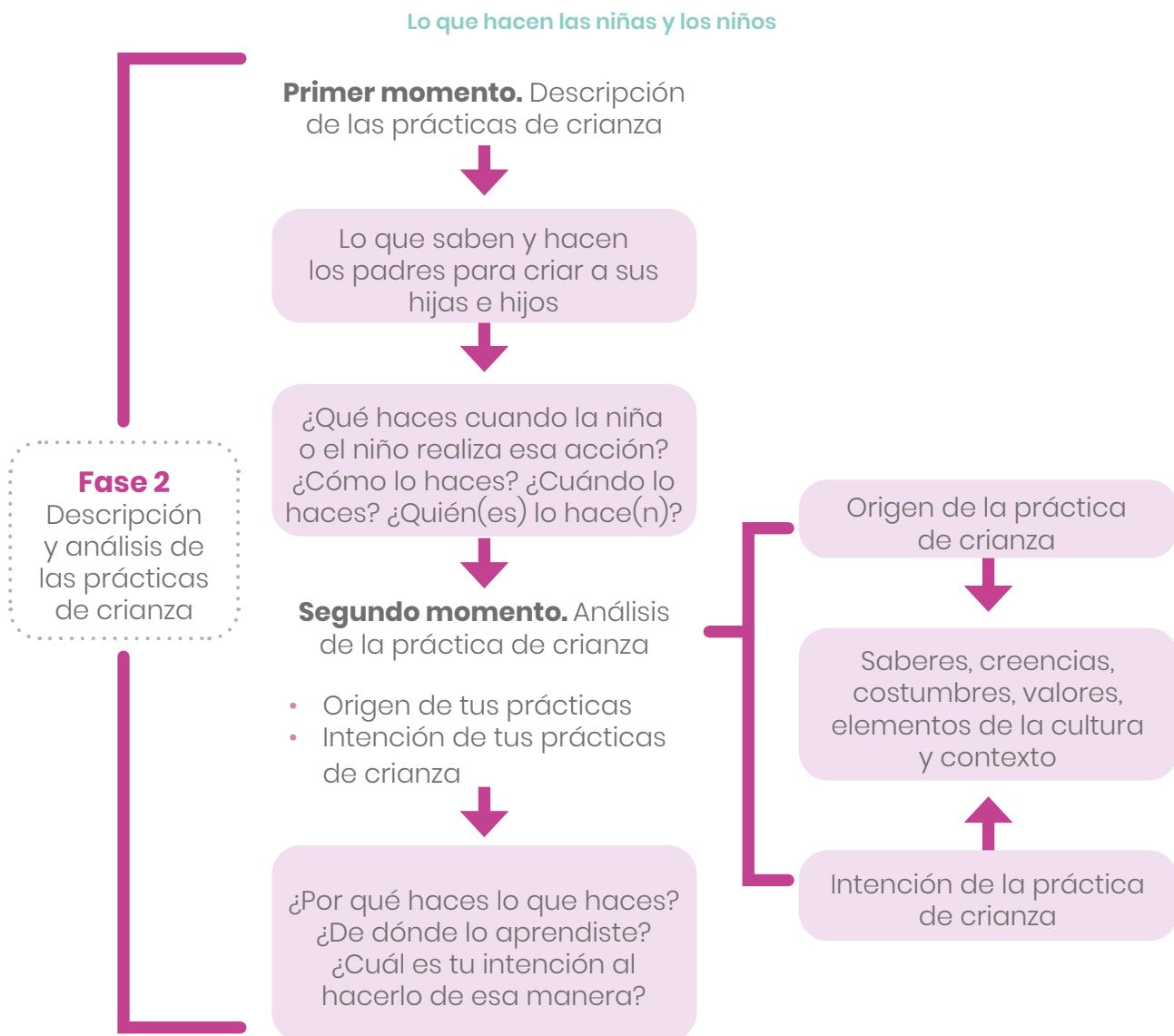


Figura 4. Fase 2. Descripción y análisis de las prácticas de crianza.

- **Primer momento.** Descripción de las prácticas de crianza

Para iniciar la descripción de las prácticas de crianza, se pregunta al grupo:
¿Qué haces cuando la niña o el niño realiza esa acción?

Ejemplos:

- ¿Qué haces cuando Josué come cosas que no le gustan en la casa de su abuela, y en su casa no lo hace?
- ¿Qué haces cuando María come con las manos porque aún no puede usar los cubiertos?

- ¿Qué haces cuando Sofía no quiere comer?

Los participantes deben describir lo que hacen cuando la niña o el niño realiza esa acción. De acuerdo con la acción que realizan las niñas y los niños, las madres, padres, embarazadas y/o cuidadores, actúan de manera distinta; por ello es necesario prestar atención a lo que dicen y tomar notas. Es muy importante que se registre lo que los adultos mencionan, ya que esta información te servirá para dar acompañamiento a las prácticas de crianza del grupo. Es necesario llevar un registro como el siguiente:



Situación en la que las niñas y los niños comen....	Las prácticas de crianza que hacen madres, padres y/o cuidadores respecto a la acción de niñas y niños:
Con los demás miembros de la familia	<p>María: Lo integro a la conversación de quienes estamos comiendo.</p> <p>Rosa: Le pregunto si le gusta lo que come.</p> <p>Martha: Lo felicito porque ha aprendido a comer en la mesa con todos los miembros de la familia.</p> <p>Lucía: Cuido que coma correctamente.</p>
Cuando ellos quieren	<p>Lucía: Tengo que calentar la comida hasta que él quiere comer.</p> <p>Rosa: No me preocupa, siempre y cuando vea que al final del día hizo sus comidas, aunque no sea con el resto de la familia.</p> <p>Norma: No permito que haga su voluntad, sino que se ajuste a los horarios que tenemos en casa para comer.</p> <p>Rosa: Lo dejo porque es cuando él siente hambre.</p>



Situación en la que las niñas
y los niños comen....

Con las manos

Cosas que no le gustan
las come en la casa de su
abuela y en su casa no lo
hace

Toma leche materna
(amamantan)

No quiere comer...
... porque quiere seguir
jugando
... cuando el adulto le ofrece
... porque no tienen hambre

Las prácticas de crianza que hacen
madres, padres y/o cuidadores respecto
a la acción de niñas y niños:

Rosa: No me preocupa porque me interesa
que empiece a hacerlo, sin que dependa de
mí o de otra persona.

Lucía: ¡Me molesta y lo regaño porque se
mancha todo!... Le lavo inmediatamente las
manos y le digo que no tiene que comer así.

María: Le festejo y le doy palabras alenta-
doras porque está al fin comiendo por
él mismo.

Ana: Cuando llegamos a la casa lo regaño
porque con su abuela se come las cosas
que no le gustan y acá en la casa no.

Rosa: Le reconozco su esfuerzo por probar lo
que no le gusta y que en la casa podemos
preparar los alimentos igual.

Lucía: Disfruto mucho estos momentos con
mi hijo y aprovecho para acariciarlo y con-
versar con él, a veces hasta le canto.

Martha: Lo hago de manera muy apresu-
rada porque a veces quiere comer cuando
tengo que hacer otra actividad de la casa.

Norma: Le pego y lo obligo a que coma y
hasta que termine, dejo que se vaya.

María: Le digo que si come bien, le daré un
premio.

Lucía: Le pregunto por qué no quiere comer,
no le insisto y espero hasta que él me pida
cuando quiera comer.

Los registros pueden ser extensos o breves, de acuerdo a la forma que sea más fácil concentrar y recuperar la información.

- **Segundo momento.** Análisis de las prácticas de crianza

Consiste en analizar las prácticas de crianza que el grupo ha descrito hasta el momento. Una vez que se cuenta con el registro de las prácticas de crianza del grupo, se cuestiona a los participantes con las siguientes preguntas guía: **¿Por qué hacemos lo que hacemos en la crianza de nuestros hijos? ¿Dónde lo aprendimos? ¿Cuál es el origen?**

Estas preguntas permitirán indagar acerca de dónde aprendieron las prácticas de crianza. En algunos casos, los participantes dirán que realizan aquellas que aprendieron de su familia (sus padres, abuelos, etcétera), o son costumbres de la comunidad; quizás de otros referentes como: médicos, personas mayores, líderes de la comunidad e incluso de los medios de comunicación (radio, televisión, libros, revistas o internet). Dado que las prácticas de crianza son personales, cada participante deberá brindar su propia respuesta a estos cuestionamientos. Por otra parte, es necesario que cada participante descubra: **¿Qué intención tiene al realizar esa práctica?**, ya que, detrás de toda acción de crianza, hay un interés del adulto hacia el niño. Sin embargo, **no siempre se es consciente de ello**, por lo que **es importante que los adultos identifiquen qué quieren lograr**, se detengan a revisar por qué hacen lo que hacen con las niñas y los niños. Para ello se plantea la siguiente pregunta: **¿Cuál es su intención al hacerlo de esa manera?**

Este análisis sobre la intención de sus prácticas de crianza, también mostrará una gran diversidad de respuestas. Las acciones sobre la crianza buscan influir en la vida de las niñas y los niños, y en general responden a los deseos e ideas de los adultos sobre lo que consideran que puede ser “mejor” o “necesario” para ellos.

En este primer momento es necesario tener presente lo siguiente:

1. Las descripciones serán acerca de todo aquello que hacen cuando sus hijas e hijos realizan diferentes acciones en la vida cotidiana. Esas son sus prácticas de crianza.
2. Es necesario realizar un registro y organización de las diferentes prácticas ello será de gran ayuda para el desarrollo de la Fase 3.
3. Es importante ubicar a las mamás, papás o cuidadores de acuerdo con las prácticas que realizan, ya que, en otro momento, se retomarán para el acompañamiento que se brinde a los integrantes del grupo, cuando establezcan compromisos en relación a sus prácticas de crianza.

Ejemplos⁶:

Segundo momento: origen de la práctica

Ejemplo 1

¿Por qué algunas de ustedes les preguntan a sus hijos cuándo y qué quieren comer? ¿Dónde lo aprendieron?

Respuesta: "Porque, si no tiene hambre, no se va a comer la comida, y lo aprendí porque mis papás me obligaban a comer y yo no quiero hacerle lo mismo a mi hijo".

Ejemplo 2

¿Por qué para algunas de ustedes es importante que los niños coman en un horario establecido? ¿Dónde lo aprendieron?

Respuesta: "Porque el doctor alguna vez me dijo que era necesario establecer horarios para que se acostumbrara, y es algo que siempre se ha hecho en mi familia y la de mi esposo".

Segundo momento: intención de la práctica de crianza

Ejemplo 1

¿Con qué intención las mamás les preguntan a sus hijos cuándo y qué quieren comer?

Respuesta: "Porque quiero que sepa tomar decisiones", "Me interesa que coma, no importa que no sea la hora en que todos comemos".

Ejemplo 2

¿Por qué para algunas de ustedes es importante que los niños coman en un horario establecido?

Respuestas: "Porque tiene que aprender que hay horarios para comer, y no a cualquier hora", "Para que el niño no pase tanto tiempo sin alimento y crezca bien".

⁶ No es necesario que en este segundo momento, las y los promotores realicen un registro. Los ejemplos que se incluyen son solo un referente de la información que puede generarse en el grupo.

Analizar las creencias busca conocer el origen y la intención de la práctica de crianza, es decir, de dónde surge (costumbres de la comunidad o familia, respuesta al contexto en el que viven) y cuál es su intención de hacer eso que hacen con las niñas y niños (propósito de la práctica de crianza). Ambos análisis nos ayudarán a conocer la noción de niña y niño que tienen los padres o cuidadores.

Es probable que, a partir del análisis de las prácticas de crianza, surjan y se expresen dudas sobre cuál es la forma “correcta” de criar a las niñas y los niños. Es importante aclarar a los padres que existen diferentes maneras de proteger, cuidar y educarlas(os); que en el transcurso de las sesiones, juntos reconocerán otras experiencias de crianza que los ayudarán a determinar lo que consideren mejor para su familia, y sobre todo saber y promover aquello que respete el interés superior y el desarrollo integral de las niñas y niños.

Es importante que los padres sientan confianza y reconozcan que las sesiones de Educación Inicial son un valioso espacio para dialogar, analizar, compartir y fortalecer sus prácticas de crianza sin imponer lo que se tiene que hacer.

Fase 3. Ampliar perspectivas sobre la crianza

Propósito de la fase:

Ofrecer información a las familias sobre pautas y experiencias de crianza, desde un marco de derechos de la infancia, que les permitan ampliar sus perspectivas.

En la fase anterior se habló acerca de lo que hacen los participantes para criar a las niñas y los niños, el origen e intención de dichas acciones. Es conveniente que, antes de iniciar la tercera fase, se realice un breve recuento de lo abordado en el grupo y se mencione que conocerán información sobre las acciones que se consideran “aceptables o deseables” para brindar atención a las niñas y los niños, las cuales se denominan **Pautas de crianza**. Asimismo, conocerán experiencias de madres, embarazadas, padres y abuelas que puedan generar empatía en torno a la crianza.

Ampliar las perspectivas acerca de la crianza significa mostrar a los participantes diversas maneras de realizarla desde el enfoque de derechos de la infancia. Esto generará prácticas conscientes y respetuosas hacia las niñas y los niños que favorecerá su desarrollo integral. La información se presenta en un formato de fichas de tres tipos: informativas, de experiencias de crianza⁷ y actividades, las cuales se encuentran en la sección III denominada **Ideas para acompañar la crianza**.

⁷ Algunas experiencias de crianza están disponibles en: <https://conafecto.conafe.gob.mx/revista/index.html>

Las fichas informativas y de experiencias de crianza podrás compartirlas al grupo de participantes, **de acuerdo con la práctica de crianza que se esté analizando**, de tal manera que esta información pueda ser retomada por los padres para enriquecer sus propias prácticas. Cabe señalar que esta información es un referente para la crianza, lo que significa que los participantes podrán adoptarla y adaptarla a las condiciones de su familia, tomando en cuenta la influencia del contexto social y cultural en el que viven, sus creencias y sus saberes. Es decir, si consideran que es posible retomar aspectos de la información y experiencias, lo harán de acuerdo a su ritmo y sus posibilidades.

Por otra parte, las fichas de actividades podrás desarrollarlas también durante esta fase. Otra opción es implementar algunas de ellas en un momento posterior durante la misma sesión. Estas actividades promueven la interacción entre adultos y niños y están enmarcadas en las Pautas de crianza con enfoque de derechos.

El siguiente esquema muestra los elementos a considerar para ampliar las perspectivas sobre la crianza:

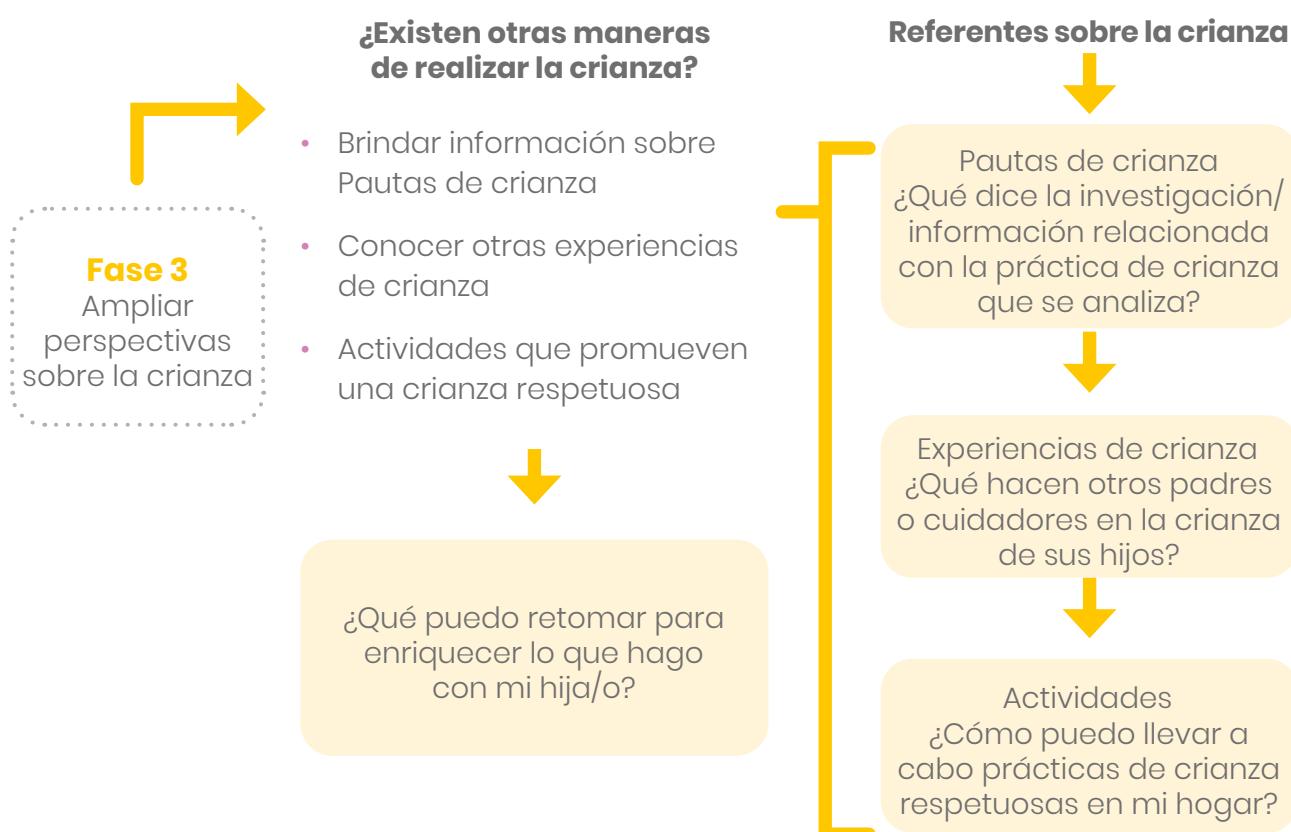


Figura 5. Fase 3. Ampliar perspectivas sobre la crianza.

Es recomendable que selecciones con anticipación la ficha que te servirá para apoyarte en esta fase. Recuerda que podrá ser una ficha para trabajar con las familias (informativa), una de experiencia de crianza o una ficha de actividades. También prevé la manera en que compartirás la información de la ficha, considerando que podrás apoyarte de otros recursos como videos, canciones, imágenes e incluso algún texto específico, cuando se trate de las fichas informativas.

A partir de la pregunta: **¿Existen otras maneras de realizar lo que hago?**, se prepara a los participantes para conocer otras formas de criar a las niñas y los niños. La información se presentará como otras posibilidades, que ayuden a los participantes a ampliar sus referentes y cuenten con alternativas para enriquecer o mejorar lo que hacen para criar a sus hijas e hijos.

Dependiendo de la ficha que utilices en esta fase, será la pregunta que plantees al grupo. Por ejemplo, si se trata de compartirles una ficha informativa sobre *pautas de crianza*, la pregunta que plantearás será la siguiente: **¿Qué dice la investigación/información relacionada con la práctica de crianza que se analiza?** Si la ficha es sobre una *experiencia de crianza*, puedes plantear la pregunta: **¿Qué hacen otros padres o cuidadores en la crianza?**, por último, si seleccionas una ficha de *actividades*, la pregunta que plantearás será: **¿Cómo puedo llevar a cabo prácticas de crianza respetuosas en mi hogar?**

Una vez que abordaste el contenido de la ficha que seleccionaste, será importante que preguntes al grupo: **¿Qué puedo retomar para enriquecer lo que hago con mi hija/o?**

Conocer, compartir experiencias y experimentar actividades con sus hijos, permitirá a los participantes ampliar sus explicaciones para comprender lo que hacen respecto a la crianza e identificar algunos elementos deseables para enriquecerla.

Ten presente que...

La Educación Inicial que brinda el Conafe parte del reconocimiento de los saberes de madres, padres, embarazadas, cuidadores, niñas y niños, derivados de la interacción con su entorno social y cultural, mismos que ponen en práctica en todo aquello que hacen para criar a las niñas y los niños. No se trata de imponer la manera como se realizará la crianza, sino de ofrecer a padres o cuidadores información que les ayude a ampliar sus perspectivas y junto con ello, la revisión autocrítica de sus prácticas de crianza, de tal manera que logren hacer conciencia de la manera en que están criando a sus hijos.

Fase 4. Valoración y toma de decisiones de las prácticas de crianza



Propósito de la fase:

Valorar las acciones de crianza con respecto al interés superior de las niñas y los niños, para plantearse compromisos encaminados a enriquecer sus prácticas y favorecer su desarrollo integral.

En las fases anteriores, los participantes del grupo identificaron sus prácticas de crianza; analizaron origen e intención y conocieron otras experiencias. De esta manera, cuentan con otros referentes, mismos que podrán influir en la valoración de sus prácticas de crianza y en la toma de decisiones: los dos momentos que conforman la fase 4.

El proceso de valoración de las prácticas de crianza implica poner en el centro a las niñas y los niños, con el fin de favorecer su desarrollo integral, al tomar en cuenta su cultura, lengua, sus conocimientos y derechos. Esto con el fin de que cada madre, padre y/o cuidador revise de manera personal **el efecto de sus prácticas de crianza en la vida de las niñas y los niños**, puesto que todo lo que se hace influye en ellos. Además de reconocer el efecto de las acciones, es necesario que cada participante del grupo decida qué hará en los siguientes días para fortalecer, modificar y enriquecer sus propias prácticas de crianza.

Para valorar las prácticas de crianza, las y los participantes deben estar conscientes de **dar prioridad** a lo que **piensan y requieren las niñas y los niños**, es decir, comprender que sus propios intereses, deseos y/o preocupaciones como adultos **no están por encima de los intereses o preocupaciones de las niñas y los niños**. Es necesario revisar si lo que se hace en la crianza ofrece respuestas prontas, apropiadas y amorosas; si se guía y atiende a las niñas y los niños cuando lo requieren, con amabilidad, atenta escucha y comprensión.

Una vez que se valoraron las prácticas de crianza, es necesario que los adultos tomen decisiones, acerca de lo que es necesario modificar. Sin embargo, es probable que no todos se “den cuenta” de esto a partir del primer análisis de su práctica de crianza. Se requiere de un proceso de revisión continua que les lleve a reconocer lo que hacen, cómo interactúan con otras personas y los efectos que tienen en la vida de las niñas y los niños, para que logren tomar las mejores decisiones. A partir de ello, habrán de establecer para sí mismos, de **manera voluntaria**, compromisos en los cuales se concreten sus decisiones.



Figura 6. Fase 4. Valoración y toma de decisiones de las prácticas de crianza.

- **Primer momento:** Valoración de las prácticas de crianza

Para dar inicio a la valoración de las prácticas de crianza, es necesario tener el registro de la fase 2 (prácticas de crianza de los participantes). A partir de este cada madre, padre y/o cuidador realizará su ejercicio de valoración. Para propiciar ello se pregunta: **¿Cómo afecta a las niñas y los niños lo que hago?** Con la intención de profundizar en las respuestas de los participantes y guiarlos a valorar sus prácticas de crianza, se hacen las preguntas:

¿Cuál es la reacción de la niña o el niño con lo que le digo y/o hago? ¿Lo que hago toma en cuenta la opinión, sentimientos y necesidades de la niña o el niño? ¿Lo que hago ejerce violencia (golpes, gritos, insultos, ignorar, aislar) sobre las niñas o los niños? ¿Lo que hago favorece la alimentación, salud y educación del niño o la niña?

Las preguntas son una guía para ti, puedes modificarlas o agregar otras, incluso se puede hacer algún juego o actividad, lo importante es que, efectivamente cada adulto realice una revisión personal sin juzgar o criticar a los otros.

Es necesario ayudar a profundizar la valoración. Lo importante es que los integrantes del grupo logren reconocer que todas las acciones de cuidado, atención, educación y socialización que hacen tienen un efecto en la vida de las niñas y los niños. Se aspira a que cada día encontremos maneras de relacionarnos, cuidarlos y educarlos para favorecer su desarrollo, donde se brinde una atención pronta, oportuna y amorosa. Como ejemplo pueden plantearse las siguientes preguntas:



¿Cuál es la reacción de la niña o el niño con lo que le digo y/o hago?

Norma: Se enoja, llora y a veces, cuando lo siento a la mesa, patalea... eso no me gusta, quisiera que sólo se sentara a comer y ya.

Lucía: Se ve tranquilo, sabe que es la hora de comer y que, si no tiene hambre, después le daré.

Martha: Como le gusta comer con todos, se sienta con gusto. Desde muy chiquito comemos juntos y sabe que cuando termina de comer lo felicito; a veces me enseña que comió todo.

Rosa: Cuando le sirvo y no quiere comer, le digo que al rato me pida. Me entiende y después me dice que le sirva y come bien.

María: Casi siempre está feliz cuando comemos. Solo cuando tiene sueño se inquieta y come menos, pero después come mejor. Le gusta escuchar lo que hablamos.

¿Lo que hago toma en cuenta la opinión, sentimientos y necesidades de la niña o el niño?

Norma: Bueno, yo no le pregunto si quiere comer. Es malo para comer y casi siempre termina llorando.

Lucía: Yo si le pregunto o sirvo la comida y, si no quiere, después le doy, pero siempre come... rara vez no come.



Martha: Desde chiquito nos sentamos todos a la mesa, sabe que ya es hora de comer y espera que le diga que comió bien. Lo que hago no le hace daño.

.....

¿Lo que hago ejerce violencia (golpes, gritos, insultos, ignorar, aislar, entre otros) sobre la niña o el niño?

Norma: Yo lo regaño y a veces le pego para que coma.

María: Casi siempre está feliz cuando comemos. Solo cuando tiene sueño se inquieta y come menos, pero después come mejor. Le gusta escuchar lo que hablamos.

.....

¿Lo que hago favorece la alimentación, salud y educación de la niña o el niño?

Norma: Aunque lo regaño y le pego, come. Quiero que no se enferme, me desespero cuando no quiere comer o se ensucia. A veces tengo más paciencia.

Rosa: Darle de comer cuando me pide, le ayuda a alimentarse y a su salud, también sabe decir lo que quiere y come.

Cuando los padres, madres, embarazadas y/o cuidadores reconocen que algunas de sus prácticas vulneran los derechos de los niños, es el mejor momento para replantear lo que hacen, mejorar la interacción adulto/niño e influir a favor de las niñas y los niños.

Es fundamental que el grupo esté seguro de que la intención no es juzgar o criticar; sino llevar a cabo una valoración para reconocer que lo que hacen afecta a sus hijas e hijos y replantearse otras maneras de actuar con ellas y ellos.

El interés superior del niño...

- Refiere a la satisfacción de los derechos de niñas y niños y los coloca por encima de cualquier interés para hacer efectivo el ejercicio de sus derechos.
- Implica un cambio de pensamiento en los adultos respecto a la noción de niñas y niños.

- **Segundo momento:** Toma de decisiones y establecimiento de compromisos

Una vez que las madres, padres y/o cuidadores valoran su práctica, es necesario que escuche opiniones sobre el análisis realizado hasta el momento. Posteriormente debe guiarse hacia una toma de decisiones consciente a fin de hacer lo “mejor” para sus hijas e hijos. Habrá madres, padres y/o cuidadores que requieren más tiempo para reconocer sus acciones de crianza y tomar decisiones al respecto. Esto te demandará un **acompañamiento** más cercano con ellos, con el fin de identificar las dificultades o motivos por los cuales no externan sus puntos de vista y una decisión sobre la forma en que crían a las niñas y los niños. Las siguientes preguntas pueden propiciar que los participantes piensen sobre sus posibilidades:

- **¿Qué puedes hacer para tomar en cuenta la opinión, sentimientos y necesidades de la niña o el niño en lo que haces?**
- **¿Qué puedes hacer para evitar dar golpes, gritos, insultos, ignorar o aislar, entre otros, a la niña o al niño?**
- **¿Qué puedes hacer para favorecer la alimentación, salud y educación de la niña o del niño?**

Es fundamental dar tiempo a los participantes para identificar qué pueden hacer. Posteriormente guíalos a tomar decisiones sobre lo que hacen y establecer un compromiso para realizarlas. Se puede plantear: “Considerando que todas sus acciones influyen significativamente en la vida de sus hijas e hijos, ahora, **¿qué hará?**”

Es importante que cada integrante del grupo decida qué va a hacer y plantee acciones reales a las cuales se comprometa a llevar a cabo. Cada persona ha experimentado de diferente modo el análisis y valoración de sus prácticas de crianza y por consiguiente las decisiones y compromisos serán distintos en cada uno.

Sea cual sea la decisión que tomen los padres o cuidadores, deben ser conscientes de que el cambio respecto a la crianza de sus hijas e hijos les llevará tiempo, pero es importante que **se comprometan a realizarlo**. Se trata de **establecer acciones personales, reales y voluntarias (compromisos)**, encaminadas a favorecer el mejor desarrollo de las niñas y los niños. Independientemente de cómo los padres establezcan sus compromisos (de manera verbal o por escrito), será necesario que al final de la sesión se registren para dar seguimiento a cada integrante del grupo.

En este momento de la fase, ten presente lo siguiente:

- Registra los compromisos que madres, padres y/o cuidadores decidieron establecer. Anótalos en sus respectivos expedientes.

Ejemplo:

Ahora, ¿qué haré?

Norma: Voy a ser paciente y avisarle que ya va a ser la hora de comer y luego me sentaré a comer con él.

Lucía: Le seguiré diciendo que, cuando tenga hambre, me pida que le dé de comer.

María: Seguiré procurando que comamos todos en familia.

Conocer las decisiones de los integrantes del grupo permitirá **acompañarlos en la crianza**. Si alguien no quiso expresar decisión y compromiso, podrá hacerlo más tarde. Otra estrategia es hacerlo por escrito. Sobre todo, se debe insistir que es fundamental que se realice aquello a lo que cada uno se comprometió.

Ten presente lo siguiente:

Retoma el registro de la fase 2 en el que se encuentra la descripción de las prácticas de crianza de los integrantes del grupo, para que incorpores los compromisos que establezcan. Ello te permitirá brindar acompañamiento a las familias.

Para acompañar a los participantes en la crianza, es importante tomar nota de los compromisos.⁸ Una manera de registrarlos puede ser la siguiente:

	Nombres de las madres, padres y/o cuidadores ¿Quiénes las realizan?	Descripciones de las prácticas de crianza ¿Cuáles son las prácticas que realizan las madres, padres y/o cuidadores?	Compromisos ¿Qué haré?
María		Lo integro a la conversación de quienes estamos comiendo.	Seguiré integrándolo en la conversación con los demás integrantes de la familia, a la hora de la comida.

⁸ Regístralos en el expediente de cada madre, padre, embarazada y/o cuidador.



Nombres de las madres, padres y/o cuidadores

¿Quiénes las realizan?

Martha

Norma

Descripciones de las prácticas de crianza

¿Cuáles son las prácticas que realizan las madres, padres y/o cuidadores?

Lo felicito porque ha aprendido a comer en la mesa con todos los miembros de la familia.

No permito que haga su voluntad, sino que se ajuste a los horarios que tenemos en casa para comer.

Compromisos

¿Qué haré?

Continuaré reconociendo en mi hijo el hecho de que coma por sí solo.

Voy a ser paciente y avisarle que ya va a ser la hora de comer y luego me sentaré a comer con él.

El grupo puede brindar apoyo a los demás integrantes, para que puedan acompañarse unos a otros en el cumplimiento de los compromisos, al reiterar que están aprendiendo cosas nuevas.

El cambio es un proceso que les llevará tiempo y enfrentarán diversas situaciones, tanto al interior de sus familias como de la misma comunidad. De esta manera, concluye la última fase de esta metodología para revisar las prácticas de crianza.

Inicio de un nuevo análisis

Una vez que concluyeron la fase 4 y, antes de finalizar la sesión, destina un momento para preguntar al grupo si decide continuar con la siguiente acción establecida en la agenda que conformaron al inicio del ciclo operativo o si consideran necesario modificarla.

Si acuerdan continuar con el orden de la agenda inicial, en la siguiente sesión se comenzará con la fase 2 (la fase 1 se omite, puesto que ya se tiene una agenda construida), que abrirá con la descripción de sus prácticas de crianza con base

en la siguiente acción de las niñas y los niños. Si, por el contrario, el grupo decide construir una nueva agenda, en la próxima sesión se trabajará con la fase 1 para rediseñarla.

Es necesario que tomes en cuenta que, si se incorporan nuevas familias al grupo, hagas un recuento de lo que significa la agenda y por qué se construyó de esa manera, para que conozcan la dinámica de las sesiones y se integren al grupo con interés.

Una forma de confirmar o reordenar la agenda puede ser la siguiente:

1. Plantear al grupo de padres que se analizó determinada acción de las niñas y los niños.
2. Preguntar al grupo: **¿Quieren que continuemos con la siguiente acción?**, señalándola en la agenda o: **¿Consideran que debemos abordar otra de las que se encuentran consideradas en la agenda?** Se debe escuchar los argumentos u opiniones de los integrantes del grupo.
3. Si se modifica el orden inicial de las acciones de las niñas y los niños, se deberá consensuar con el grupo el nuevo orden de la agenda.
4. Finalmente se señala la acción que se trabajará a partir de la siguiente sesión.

Acompañamiento a los compromisos de madres, padres y cuidadores

Los compromisos que establezcan los participantes en torno a las prácticas de crianza requieren un acompañamiento que permita evidenciar los avances y dificultades que enfrentan para realizarlos. Estos tendrán un efecto en el desarrollo de la niña o el niño, por ello es importante tener claro qué compromisos se plantearon los participantes y apoyarlos para revisar lo que han hecho. En la fase 2 se compartió la descripción de las prácticas de crianza, mientras que en la fase 4 se promovió el establecimiento de compromisos para cambiar, enriquecer o reafirmar sus prácticas. La recuperación de la información con respecto a los avances y/o dificultades en relación con los compromisos, se puede realizar en los siguientes momentos:

1. En la sesión con familias, durante el momento **Recuento de compromisos**. Revisar el ejemplo de la organización de una sesión en la *Tabla 1. Acompañamiento a los compromisos de los padres en la sesión*.
2. En conversaciones fuera de la sesión y/o visitas domiciliarias.

Tal vez al principio no te sea posible recuperar información de cada uno de los integrantes del grupo, pero se puede iniciar con aquellos casos que te parezcan más relevantes o se considere que es necesario ponerles mayor atención. Se podrá incorporar registros en el expediente de las madres, padres, embarazadas y/o cuidadores, que se conformó al inicio del ciclo operativo, lo cual ayudará a tener un seguimiento de cada integrante.

Avances y/o dificultades

Para recuperar los avances y/o dificultades de los participantes con respecto a sus compromisos, se conversa con el grupo, **después de abordar las dos primeras acciones de la agenda**, cuando se tienen al menos dos compromisos establecidos por parte de madres, embarazadas, padres y/o cuidadores. Se tiene el apoyo de la *Figura 6. Acompañamiento a los compromisos de los padres en las sesiones* en esta guía. Es importante incorporar información en sus expedientes acerca de los avances y/o dificultades que enfrentaron en el cumplimiento de sus compromisos.

Un ejemplo para organizar y registrar la información sobre los avances de los compromisos de los padres o cuidadores es el siguiente:

	<p>Nombres de las madres, padres y/o cuidadores</p> <p>¿Quiénes las realizan?</p>	<p>Prácticas de crianza</p> <p>¿Cuáles son las prácticas que realizan las madres, padres y/o cuidadores?</p>	<p>Compromisos</p> <p>¿Qué deciden hacer en relación con lo que actualmente hacen para criar a sus hijas e hijos?</p> <p>¿A qué pueden comprometerse?</p>
María	<p>Lo integro a la conversación de quienes estamos comiendo.</p>	<p>Seguiré integrándolo en la conversación con los demás integrantes de la familia, a la hora de la comida.</p>	<p>Mi niño convive más con nosotros y mi esposo también ya platica más con él.</p> <p>En ocasiones no podemos comer todos juntos por el trabajo de mi esposo.</p>



Nombres de las madres, padres y/o cuidadores

¿Quiénes las realizan?

Prácticas de crianza

¿Cuáles son las prácticas que realizan las madres, padres y/o cuidadores?

Compromisos

¿Qué deciden hacer en relación con lo que actualmente hacen para criar a sus hijas e hijos?
¿A qué pueden comprometerse?

Avances y/o dificultades

¿Qué han logrado al realizar sus compromisos?
¿Qué dificultades enfrentan?

Martha

Lo felicito porque ha aprendido a comer en la mesa con todos los miembros de la familia.

Continuaré reconociendo a mi hijo el hecho de que coma por sí solo.

Mi hijo es más seguro al comer él solo.

Norma

No permito que haga su voluntad, sino que se ajuste a los horarios que tenemos en casa para comer.

Voy a ser paciente y avisarle que ya va a ser la hora de comer y luego me sentaré a comer con él.

Soy más paciente y ahora ya tomo en cuenta su opinión para comer; aunque a veces mi esposo lo obliga a comer junto con nosotros.

Lucía

Tengo que calentarle de comer hasta que él quiere.

Le seguiré diciendo que cuando tenga hambre me pida que le dé de comer.

Sigo respetando su opinión y ahora mi familia me apoya. Ellos también le dicen que nos diga cuando tenga hambre.

Tercera acción de las niñas y los niños

Al inicio de la sesión donde se retoma la tercera acción de las niñas y los niños, se destinan aproximadamente 40 minutos para conversar con las madres, padres y/o

cuidadores acerca de los compromisos que establecieron a partir del análisis de las prácticas de crianza relacionadas con la primera acción de la agenda. Se trata de que puedan hablar sobre logros o dificultades que han enfrentado. Deben recuperar sus notas, a fin de poder acompañarlos.

Cuarta acción

Al inicio de la sesión donde se retoma la cuarta acción de las niñas y los niños, durante los primeros 40 minutos,⁹ se retoma con el grupo los avances, logros y/o dificultades que han tenido en el cumplimiento de los compromisos relacionados con las prácticas de crianza que establecieron para la segunda acción de las niñas y niños. Después se realiza el registro sobre ello, y así consecutivamente con las demás acciones que se retomen durante el ciclo operativo.

El siguiente esquema muestra el proceso para el acompañamiento a los compromisos de los padres:

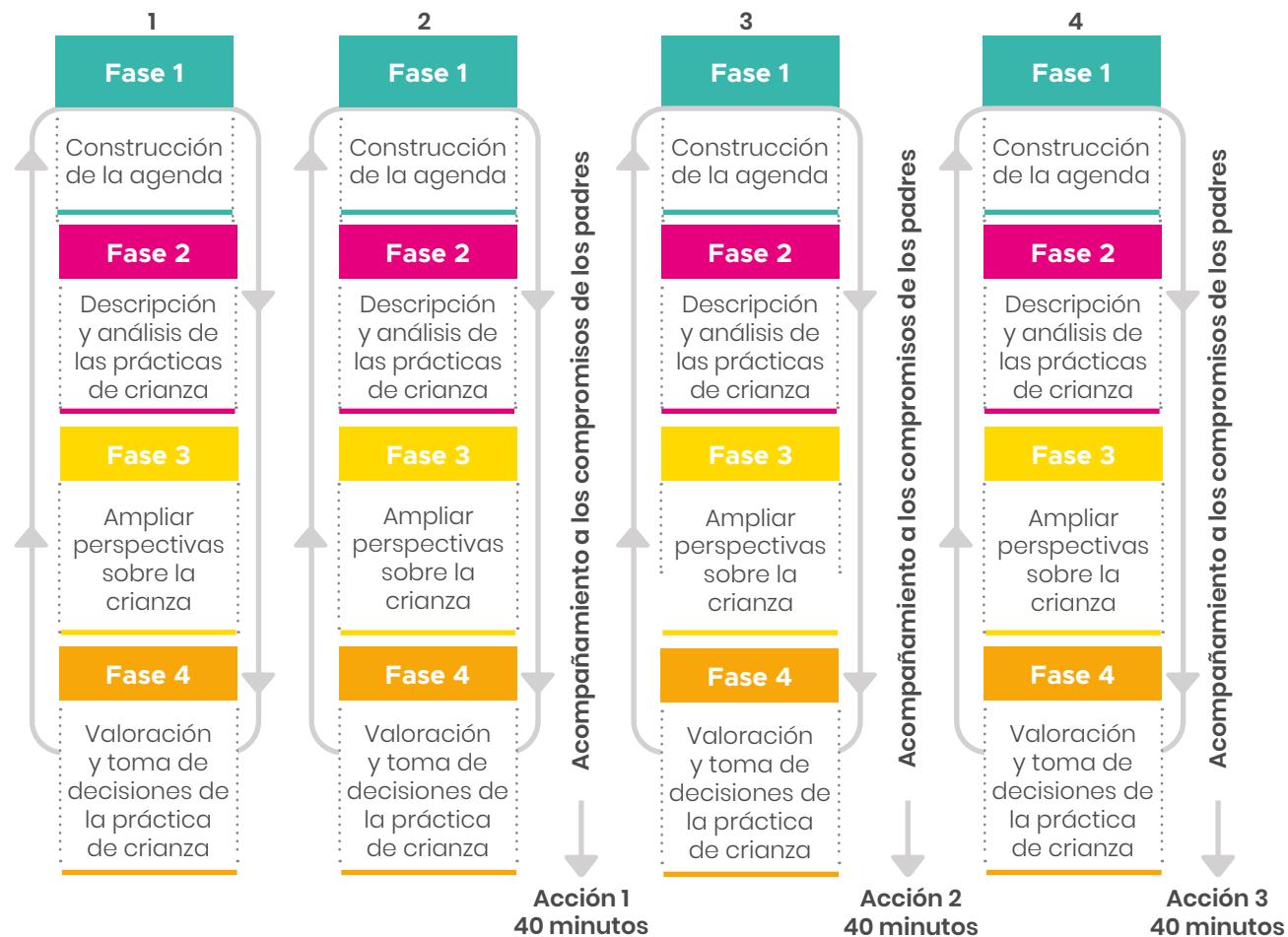


Figura 7. Acompañamiento a los compromisos de los padres en las sesiones.

⁹ 40 minutos es el tiempo mínimo que podría llevarte la revisión de los compromisos. Dependerá de cada grupo el tiempo que pueda destinarse a esa actividad. Lo importante es lograr el propósito de la misma.

En el espacio destinado para el acompañamiento a los compromisos de las familias durante las sesiones, se conversa con los participantes acerca de lo que se comprometieron a hacer con las niñas y los niños. Esta actividad se puede organizar a través de una plática en el grupo, donde cada participante comparte su experiencia en el cumplimiento de los compromisos o desarrolla un juego de asignar turnos para comentar los avances y dificultades sobre estos. También se puede conversar de manera individual con alguno de los padres, si así conviene. Es necesario evitar incomodarlos con demasiada insistencia. Se pueden hacer visitas domiciliarias para indagar sobre el avance o dificultades en el cumplimiento de sus compromisos.

A continuación, se presenta un ejemplo para organizar la sesión en la que se brindará acompañamiento a los compromisos, en torno a sus prácticas de crianza.

Sesión de acompañamiento a los compromisos de madres, padres y/o cuidadores		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Bienvenida 10 minutos	Canción y/o juego grupal *Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.	
Recuento de compromisos 40 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Juego adulto-niño 15 minutos	Actividad con colaboración de niñas y niños	
Replanteamiento de compromisos 20 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Participación de las niñas y los niños 20 minutos	Diálogo entre adultos, niñas y niños (Niños y adultos dialogan acerca de los cambios que empiezan a suceder en casa).	
Despedida 10-15 minutos	Canción y/o juego grupal *Promueve la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.	

Tabla 1. Acompañamiento a los compromisos de madres, padres y/o cuidadores en la sesión.

Hablar de las experiencias de crianza, requiere sentirse confiado, tener apertura para escuchar; emitir opiniones respetuosas y, sobre todo, revisar la vida propia. Por tal motivo, constantemente se hace referencia con el grupo a la importancia de aprender en conjunto y de forma colaborativa.

La participación de las niñas y los niños en las sesiones con familias

Junto con las madres, padres y cuidadores que asisten a las sesiones, les acompañan también bebés, niñas y niños pequeños, a quienes es necesario brindar atención a través de actividades que promuevan interacciones y fortalezcan el vínculo afectivo entre ellos y los adultos involucrados en su crianza.

A través del juego como metodología, se implementarán actividades con las niñas, los niños y los adultos, con el fin de generar interacciones adulto-niño, niño-niño. Estas actividades se intercalan entre los momentos en los que se analizan las prácticas de crianza, **se abren espacios específicos para las actividades de juego de las niñas y los niños**. Los momentos de actividades para las niñas y los niños son los siguientes:

Momento grupal

Es el momento en el que realizas una actividad en la que se involucra a las niñas, los niños, madres, padres, embarazadas y/o cuidadores al **inicio y al término** de la sesión. La intención de este momento es generar un ambiente de confianza con los integrantes del grupo y propiciar interacciones respetuosas adulto-niño, niño-niño, que les permitan un acercamiento e intercambio de miradas, sonrisas y emociones. Se destina a este momento un tiempo aproximado de 5 a 10 minutos.

Juego libre

El juego libre brinda la oportunidad de promover la creatividad, espontaneidad y autonomía de las niñas y los niños en un ambiente enriquecido por el acompañamiento de los adultos. Durante este momento, las niñas y los niños tienen la libertad de elegir qué quieren jugar, con qué y quiénes desean que los acompañen, por lo cual es necesario ofrecer materiales y objetos diversos (naturales, materiales desestructurados,¹⁰ etcétera) de acuerdo con sus intereses, en espacios seguros para la exploración y la interacción. Mientras se desarrolla la revisión de las

¹⁰ Se entiende como materiales desestructurados los que no tienen una función determinada y con ellos se pueden realizar una gran diversidad de juegos. Pueden ser tapas de botellas, cajas de diferentes tamaños y formas, trozos de diferentes materiales (papel, madera, plástico, telas).

prácticas de crianza con los adultos que asisten a la sesión, las niñas y los niños dedicarán un tiempo al juego libre. Preferentemente es necesario apoyarse en una madre o cuidador, que pueda estar cerca de ellos para evitar alguna situación de peligro o accidente. Se destina a esta actividad un tiempo estimado de 30 minutos.

Juego adulto-niño

El juego adulto-niño es un espacio de convivencia para promover la interacción entre adultos y niños. Es el momento para fortalecer el vínculo afectivo, y en el que las niñas y los niños identifican a un adulto dispuesto a dedicar tiempo para acercarse a ellos. En la actividad lúdica padres e hijos deben disfrutar la cercanía y establecer contacto cara a cara, de tal manera que sea una actividad gratificante para ambos. Para esta actividad se destina un tiempo aproximado de 20 minutos.

Juego libre

Al concluir el juego adulto-niño, será necesario que, con el grupo de adultos, retomes la revisión de las prácticas, de acuerdo con la fase en que se encuentren. Mientras, las niñas y los niños tomarán otro tiempo para el juego libre. Para ello dispondrán aproximadamente de 30 minutos. Recuerda que preferentemente un adulto puede apoyarte en estar cerca de las niñas y los niños durante este momento de juego libre.

Momento grupal

Al término de la sesión, se plantea una actividad para todo el grupo en la que nuevamente se integra a todos los participantes. Cada momento donde puedan interactuar adulto-niño o niño-niño es una oportunidad única para el establecimiento y fortalecimiento del vínculo afectivo. Se agradece a los asistentes su participación y se les invita a continuar en las sesiones posteriores. Esta actividad llevará aproximadamente 10 minutos.

Para que puedas desarrollar estos momentos de juego, debes considerar promover un ambiente emocional en el que se sientan cómodos, confiados, y en el que puedan divertirse. Es conveniente usar el material didáctico y la colección de libros con que cuente el servicio educativo, incluidos los materiales de reuso, materiales naturales propios del contexto, y otros objetos que las niñas y los niños puedan explorar durante los momentos de juego libre. El ambiente no únicamente lo conforman los materiales que puedes incluir en él, sino la parte afectiva que se logre generar con las familias, ya que las niñas y los niños se encargan de otorgar significado a los objetos que se encuentran en el lugar.

Ten presente...

- Es fundamental la disposición de los adultos para participar e involucrarse en las actividades con sus hijas e hijos, ya que son momentos en los que tienen la posibilidad de fortalecer el vínculo afectivo y la confianza entre ambos.
- Es importante invitar a las familias a llevar este tipo de actividades al hogar, con todos los miembros de la familia.

En la siguiente tabla, se muestra un ejemplo para organizar las actividades y los tiempos en las sesiones con familias, dar atención a los adultos y los momentos en que se incorpora a las niñas y los niños en las actividades de interacción, adulto-niño, durante las dos horas de cada sesión.

Sesión con familias (aplica a las dos primeras acciones de las niñas y los niños)		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Bienvenida 5-10 minutos		Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.
Recuento de la sesión anterior 5-10 minutos	Preguntas	Actividad con la colaboración de niñas y niños.
Reflexión sobre la crianza (fase de la metodología de reflexión acerca de las prácticas de crianza) 30 minutos	Diálogo entre PE y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Juego adulto-niño 20 minutos		Juego adulto-niño.
Implementación de una Ficha, de la sección III Ideas para acompañar la crianza 20-30 minutos	Actividad con padres o puede ser una actividad que involucre tanto a los padres como a los niños.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Despedida 10-15 minutos		Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.

Tabla 2. Organización de una sesión con familias.

En la siguiente tabla se muestra la distribución de las sesiones con familias durante el ciclo operativo:

Distribución de sesiones con familias durante el ciclo operativo				
Meses/ sesiones	Inicio de ciclo operativo (madres, padres, embarazadas, cuidadores, niñas y niños)	Con familias (madres, padres, embarazadas, cuidadores, niñas y niños)	Sesión de evaluación final (madres, padres, embarazadas, cuidadores, niñas y niños)	Total
Octubre	3	5		8
Noviembre		7		7
Diciembre		5		5
Enero		8		8
Febrero		7		7
Marzo		6		6
Abril		6		6
Mayo		8		8
Junio		6	1	7
Total	3	58	1	62

Tabla 3. Distribución de sesiones con familias durante el ciclo operativo.

Sesiones con embarazadas

Las embarazadas pueden formar parte del grupo de madres, padres, cuidadores, niñas y niños. Algunas tal vez esperan su primer bebé, otras ya tienen uno o más hijos, por lo que, con su presencia y participación, enriquecen las conversaciones sobre la crianza. Asimismo fortalecen sus ideas y conocimientos sobre lo que implica cuidar, educar y socializar a un niño o niña durante sus primeros años de vida.

Adicional a la asistencia a las sesiones con familias, las embarazadas pueden tener un espacio específico para ellas, en el cual, junto con otras mujeres en su misma condición, intercambian experiencias y amplían sus conocimientos en torno a su embarazo. De esta manera, al entrañar un diálogo entre lo que conocen y la información que se les ofrece, aprenden a cuidar de su salud y la de su

bebé, resuelven sus posibles dudas sobre su desarrollo, establecen lazos de comunicación y afecto con él, y anticipan algunos cuidados para el recién nacido. Se invita a las participantes a que asistan en compañía de su pareja: debe comentarse que el involucramiento en la crianza de una niña o niño empieza desde que se gesta, pues ahí nacen las primeras palabras para el bebé, se configuran ideas, temores e ilusiones por su llegada, se prepara el ambiente del hogar al que llegará.

Las sesiones específicas para embarazadas se realizan una vez al mes, durante dos horas. La meta de estas sesiones es de seis para cada ciclo operativo, considerando su incorporación con el grupo de familias para la sesión de evaluación final de ciclo operativo en el mes de junio. El horario y fecha de la sesión con embarazadas se acuerda con las participantes.

Las sesiones con embarazadas **son informativas**, recuperan los conocimientos de las participantes y estos se vinculan a una serie de ideas sobre el embarazo y el nacimiento del bebé, encaminadas a favorecer un ambiente de comunicación, atención y afecto desde que el bebé se gesta. Durante las sesiones con embarazadas se podrán abordar contenidos como los que se mencionan a continuación:



Figura 8. Contenidos para las sesiones de embarazadas.

El orden de los contenidos se organiza de acuerdo con los intereses de las participantes, incluso pueden incluir otros o sustituir alguno, siempre y cuando la información que abordes abone a que las embarazadas cuiden su salud, se comuniquen con su bebé y las orienten a saber cómo cuidarse y cuidar de su bebé a su nacimiento. Para abordar los temas sugeridos, puedes apoyarte en los recursos que encontrarás en la sección III. Ideas para acompañar la crianza, Revista Conafecto, el Bienestar de la madre, las niñas, los niños y la comunidad, publicados por el Conafe y disponibles en: <https://www.gob.mx/conafe/documentos/materiales-de-apoyo-de-educacion-inicial>

También se podrá invitar a la enfermera o médico de la casa de salud, a la partera de la comunidad para que apoye explicando a las participantes algunos aspectos del tema programado. Las sesiones con embarazadas se desarrollarán a partir de una **secuencia de actividades**, apoyándose en la información que encontrarás en la sección III. Ideas para acompañar la crianza. Proponemos organizar las dos horas de la sesión para embarazadas de la siguiente manera:

Secuencia de actividades para la sesión con embarazadas y asisten las niñas y los niños		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Bienvenida Saludo para disponerse a iniciar las actividades con las participantes. 10 minutos	Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.	
Lo que sabemos Mencionar el contenido sobre el cual se compartirá información. Recuperación de ideas previas sobre el tema (qué saben las participantes). Lluvia de ideas, juego de preguntas y respuestas, frases incompletas, etcétera. 20 minutos	Diálogo entre promotora educativa y embarazadas.	Actividad con colaboración de niñas y niños.

Secuencia de actividades para la sesión con embarazadas y asisten las niñas y los niños		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Juego adulto-niño 20 minutos		Juego adulto-niño.
Ampliando la mirada Desarrollar el tema, vinculándolo con las ideas de las participantes, ya sea para afirmar lo que saben o para aportar información sobre algún aspecto. Exposición, análisis de un documental o video, revisión de tarjetas con información, lectura de artículos o pequeños textos, etcétera. 45 minutos	Diálogo entre promotora educativa y embarazadas.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Acciones a emprender Guiar a las participantes a expresar un compromiso o idea a realizar en su hogar, encaminados a favorecer su embarazo y el ambiente en el que llegará su bebé. 15 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Cierre de la sesión y despedida Compartir los aprendizajes de la sesión. Despedir a las participantes e invitarlas para acudir a la siguiente sesión. 10 minutos		Canción y/o juego grupal Promueve la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.

Tabla 4. Secuencia de actividades para la sesión con embarazadas.

Sesiones para involucrar a los hombres en la crianza de las niñas y los niños

En Educación Inicial del Conafe es importante reconocer que diversas figuras masculinas pueden ejercer la paternidad: los papás biológicos, los tíos, los hermanos, los abuelos y otros hombres que se preocupan por las niñas y los niños. La paternidad se construye cuando los hombres deciden convivir de forma cotidiana con sus hijas e hijos.¹¹

Para las localidades donde los hombres no asisten a las sesiones con familias, pero muestran interés por involucrarse en la crianza de sus hijos, se **conforma un grupo específico de hombres**, a los que se atenderá en **seis sesiones**: una al mes, de dos horas, en el día y horario que acuerdes con los participantes. La intención es que los participantes encuentren un espacio donde puedan conversar sobre su experiencia como padres o cuidadores, de tal modo que, al inicio del siguiente ciclo operativo, se integren al grupo de familias.

Las sesiones con hombres son un espacio para motivar e involucrar en mayor medida a los papás, tíos, abuelos y otros parientes que conviven con regularidad con las niñas y los niños. Cuando se convoque a los padres y cuidadores a asistir a las sesiones, pídeles que acudan en compañía de su niña o niño, pues habrá momentos para jugar con ellos.

Se busca que intercambien puntos de vista y experiencias como hijos y como padres o cuidadores, que analicen sus prácticas de crianza y, con tu ayuda, conozcan otras maneras de cuidar y educar a las niñas y niños. Es de interés fomentar el jugar con su hija o hijo.

Para este tipo de sesiones, dedica la primera a **explicar la forma en que trabajarán y se integrarán al grupo**: se comparte a los participantes lo que se ha abordado en el grupo de familias y se cuenta sobre la actividad de las niñas y niños durante las sesiones, de tal modo que los participantes reconozcan las sesiones como un espacio donde a los niños les gusta acudir, y disfrutan del juego con sus madres o cuidadores.

¹¹ Garda Salas, Roberto. *Participación de los hombres en la crianza de los niños*. (México, Distrito Federal: Consejo Nacional de Fomento Educativo, 2010), 7.

Durante las sesiones con padres y cuidadores (hombres) abordarás lo siguiente:

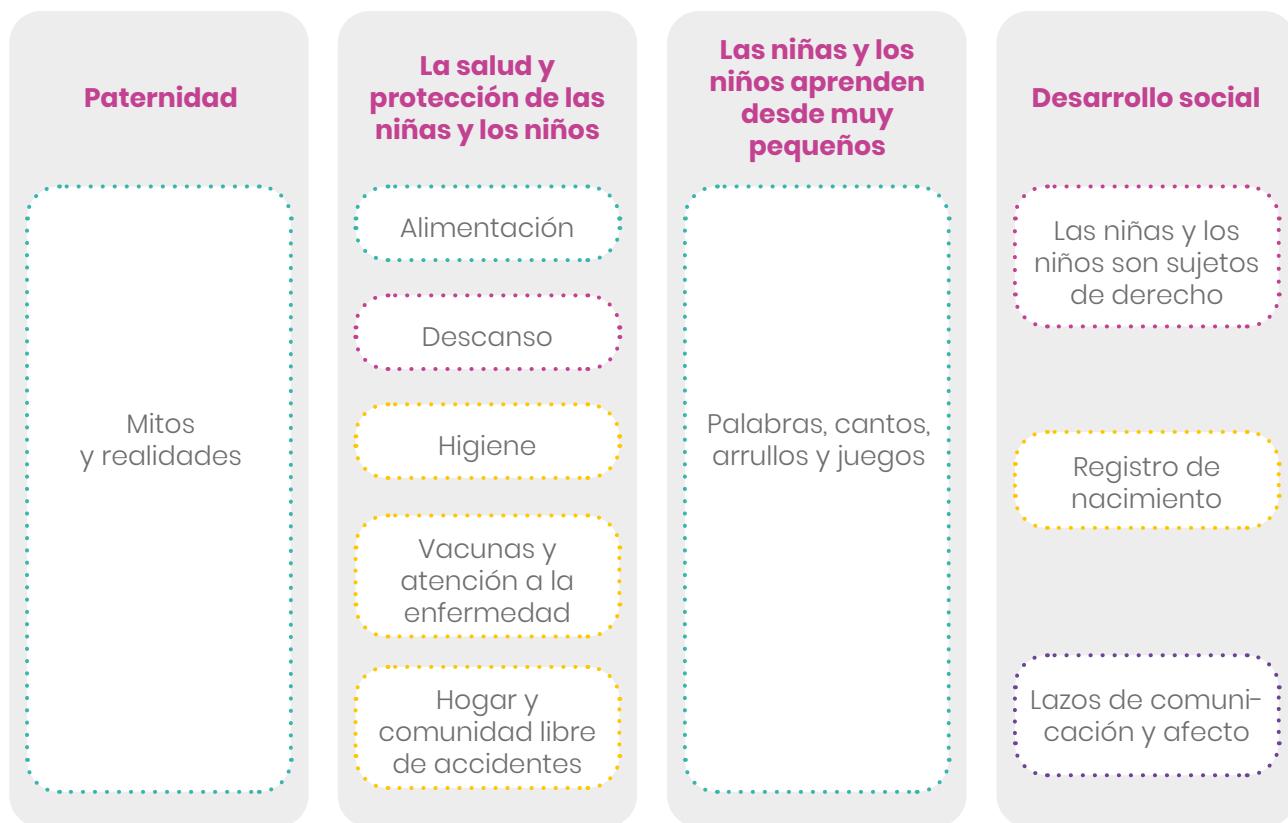


Figura 9. Contenidos para sesiones con hombres.

El orden de los contenidos se puede organizar de acuerdo con los intereses de los participantes, incluso pueden incluir otros temas o sustituir alguno, siempre y cuando la información que se aborde promueva que el grupo de hombres se involucre en mayor medida en la crianza de las niñas y los niños, lo que implica que los hombres participen en la atención y cuidado de sus hijos, que sean capaces de escucharlos, tranquilizarlos y explicarles diferentes situaciones desde que son bebés, que les dediquen tiempo para leer, narrar, cantar y jugar, así como que logren conciliar y compartir la crianza con su pareja y con las demás personas que, en alguna medida, están involucradas en la crianza de sus hijos. Para abordar los temas sugeridos, puedes apoyarte en los recursos que encontrarás en la sección III. Ideas para acompañar la crianza, la revista *Conafecto* y el material *Participación de los hombres en la crianza de las niñas y los niños*, publicados por el Conafe y disponibles en:

<https://www.gob.mx/conafe/documentos/materiales-de-apoyo-de-educacion-inicial>

Conviene combinar el tiempo de la sesión con actividades mediadas por el juego para que los padres y cuidadores convivan con las niñas y los niños. La intención es que pasen un momento agradable que las y los impulse a jugar en su hogar. Es importante que guíes a los padres para que hagan compromisos respecto a su práctica de crianza y dar seguimiento. Te proponemos organizar las dos horas de la sesión para involucrar a los hombres en la crianza de la siguiente manera:

Secuencia de actividades para la sesión con hombres involucrados en la crianza y asisten las niñas y los niños		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Bienvenida Saludo para disponerse a iniciar las actividades con las participantes. 10 minutos	Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.	
Lo que sabemos Mencionar el contenido sobre el cual se compartirá información. Recuperación de ideas previas sobre el tema (qué saben las participantes). Lluvia de ideas, juego de preguntas y respuestas, frases incompletas, etcétera. 20 minutos	Diálogo entre promotora educativa y hombres.	Actividad con colaboración de niñas y niños.
Juego adulto-niño 20 minutos		Juego adulto-niño.

Secuencia de actividades para la sesión con hombres involucrados en la crianza y asisten las niñas y los niños		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Ampliando la mirada Desarrollar el tema, vinculándolo con las ideas de los participantes, ya sea para afirmar lo que saben o para aportar información sobre algún aspecto. Exposición, análisis de un documental o video, revisión de tarjetas con información, lectura de artículos o pequeños textos, etcétera. 45 minutos	Diálogo entre promotora educativa y hombres.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Acciones a emprender Guiar a los participantes para expresar un compromiso o idea a realizar en su hogar, encaminados a favorecer su involucramiento en la crianza de sus hijos. 15 minutos	Diálogo entre promotora educativa y hombres.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Cierre de la sesión y despedida Compartir los aprendizajes de la sesión. Despedir a los participantes e invitarlos para acudir a la siguiente sesión. 10 minutos		Canción y/o juego grupal Promueve la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.

Tabla 5. Sesiones para involucrar a los hombres en la crianza.

Sección II. Sesiones de inicio y de evaluación del ciclo operativo

Al inicio del ciclo operativo se destinan las primeras tres sesiones a integrar el grupo de madres, padres, embarazadas y/o cuidadores, ubicar el espacio en donde se llevarán a cabo las sesiones y preparar el ambiente en que los participantes intercambiarán sus experiencias sobre la crianza. En este sentido, es necesario tomar en cuenta los siguientes aspectos en relación a la organización de estas tres primeras sesiones.

Sesiones de inicio del ciclo operativo

La conformación de un ambiente grupal basado en el diálogo, la confianza y el aprendizaje colectivo, forma parte de la preparación para lograr que las madres, embarazadas, padres y cuidadores reconozcan las sesiones de Educación Inicial como un lugar confiable para asistir en compañía de su bebé, niñas y niños; así como para permanecer en el grupo la totalidad del ciclo operativo. Dado lo anterior, para iniciar cada ciclo operativo se realizarán **tres sesiones** con las siguientes características:

a) Establecer la forma de trabajo y sentido de las sesiones

Las familias llegarán a las sesiones con expectativas acerca de lo que esperan de Educación Inicial, tanto para las niñas y los niños como para ellos mismos. Esas ideas expresan lo que, para ellas y ellos, una niña y un niño saben y necesitan, así como lo que les preocupa y desean para sus hijas e hijos. Dicha información es importante que se externe en el grupo y se retome para aclarar a los participantes el propósito y el sentido de las actividades que se realizarán durante todo el ciclo operativo. Para establecer la forma de trabajo y el sentido de las sesiones, es importante abordar con el grupo lo siguiente:

- **Expectativas.** Conversar sobre lo que esperan de Educación Inicial, tanto para las niñas y los niños como para ellos y la comunidad.
- **Propósito de las sesiones.** Compartir el propósito de Educación Inicial, así como también el de las sesiones: “Promover ambientes para el acompañamiento a la crianza de las niñas y los niños, en el marco de los derechos de la infancia que favorezcan su desarrollo”.
- **Características de las sesiones.** Explicar que el punto de partida para el desarrollo de las sesiones **es lo que hacen las niñas y los niños**, con la intención de ubicar las respuestas que los adultos tenemos ante ello. Es decir, derivado de una acción del niño, los adultos realizamos una o más prácticas encaminadas a protegerlos y/o educarlos.

- Durante cada sesión, **se promoverá la convivencia** con las niñas y los niños, de tal modo, que junto con los adultos se mantengan interesados y disfruten las actividades. Habrá momentos donde jueguen o canten en grupo, otros donde las niñas y los niños jueguen de manera libre, mientras los adultos conversan, así como espacios donde el adulto juegue con su hija o hijo para favorecer la interacción.
- **Acuerda con el grupo** el horario y días de reunión para el desarrollo de las sesiones (dos veces por semana). Invita a los participantes a ser puntuales para aprovechar lo más posible el tiempo.
- **Entrevistas con cada integrante del grupo.** Es necesario realizar una breve entrevista con cada madre, padre, embarazada y/o cuidador que asista a las sesiones. Se pueden reunir equipos de tres padres, o hacerlo de manera individual: ello dependerá del número de participantes que conformen el grupo. Lo importante es que se organicen de tal manera que puedan conversar sobre algunos aspectos que se plantean en el “Instrumento para recuperar información individual acerca de la crianza de las niñas y los niños”.¹² Con la información que se obtenga, se **conforma un expediente** por cada integrante del grupo,¹³ en el cual se incluyen los siguientes datos:
 - Nombre de la madre, padre, embarazada y/o cuidador
 - Edad
 - Domicilio
 - Nombre de las niñas y los niños que asisten
 - Resultados de la aplicación del “Instrumento para recuperar información acerca de la crianza de las niñas y los niños” (la que se aplicó al inicio y también al final del ciclo operativo)
 - Avances y dificultades de los compromisos que establezcan en torno a sus prácticas de crianza
- Este expediente te ayudará a resguardar información valiosa respecto al avance de cada integrante a lo largo del ciclo operativo y hacia el cierre se pueda ofrecer a cada madre, padre, embarazada y/o cuidador una valoración de sus logros y áreas de oportunidad. Lo sustantivo para este momento es aclarar que la Educación Inicial que favorece el Conafe se encamina a lograr que todos aquellos que se involucran en la crianza de las niñas y los niños reflexionen acerca de sus prácticas de crianza y replanteen la manera en que se relacionan, atienden y educan a las niñas y los niños, a partir de relaciones basadas en el respeto, que favorezcan su desarrollo infantil, en el marco de sus derechos.

¹² Anexo 1 y 2 de esta Guía.

¹³ Es necesario crear un expediente con los datos de la madre, padre, embarazada y/o cuidador que asiste a las sesiones de Educación Inicial, puedes registrar en una libreta, o en hojas.

b) Integrar al grupo

Probablemente los participantes se conocen, dado que viven en la misma localidad: algunos son vecinos, familiares, amigos o compañeros del ciclo operativo anterior. Sin embargo, es necesario que se identifiquen como miembros de un grupo interesado en la crianza de las niñas y los niños, lo que implica favorecer un clima de confianza, donde se sientan seguros de compartir sus experiencias, temores, dudas y puntos de vista. Asimismo, es importante que las niñas y los niños reconozcan las sesiones de Educación Inicial como un espacio grato, donde tienen la oportunidad de convivir con sus padres, otras niñas o niños y otros adultos.

La integración de un grupo se da cuando hay interés por compartir lo que se sabe y hay apertura para aprender de los demás; cuando se prioriza la puesta en común de las ideas. Los miembros del grupo acuerdan hacer de las sesiones un lugar confiable para expresar información íntima, la cual no puede ser divulgada en otro espacio. Al contrario, entre todos se apoyarán para crecer como padres y/o cuidadores, pues la crianza de las niñas y los niños se aprende en equipo, acompañados.

A lo largo del ciclo operativo, será necesario propiciar la integración del grupo, armonizar los posibles desacuerdos, propiciar que los adultos apoyen y cuiden a todas las niñas y los niños que asisten a las sesiones, de tal modo que, mientras la mayoría de los adultos se dediquen a conversar y reflexionar sobre la crianza, alguno o algunos cuiden y jueguen con las niñas y los niños en el espacio de la sesión, a la vista de sus padres.

c) Preparar el ambiente de las sesiones

El ambiente de las sesiones es el conjunto de elementos físicos y el clima que se genera en el grupo, y se conforma por lo siguiente:

- El espacio acordado para desarrollar las sesiones.
- El mobiliario del que dispongan, los materiales y recursos que otorga Educación Inicial, así como los que elabora y/o gestiona la promotora educativa junto con los padres, embarazadas, madres y/o cuidadores.
- La organización, ubicación y uso de los recursos en el espacio disponible, de tal modo que niñas, niños y adultos tengan un desplazamiento y estancia segura, libre de peligros.
- Las relaciones e interacciones que se dan entre los participantes durante el tiempo de la sesión, producto de la conversación y juegos que se favorecen.
- La disposición de los participantes para establecer un clima respetuoso, de diálogo y colaboración, así como su interés por esforzarse en la manera en la que se realiza la crianza de las niñas y los niños.
- El cumplimiento de las reglas que como grupo acuerden (puntualidad, asistencia, esfuerzo en el desarrollo de compromisos personales de crianza, entre otros).

- La intervención de la promotora educativa, quien guía el intercambio de experiencias sobre la crianza, favorece su análisis para que cada adulto sea consciente de lo que hace para criar al niño que tiene a su cuidado. La promotora educativa facilita el diálogo.

El ambiente en donde se desarrolla la crianza de las niñas y los niños es al interior de la familia, durante todos los días. En las sesiones se busca favorecer no sólo la reflexión acerca de la crianza, sino también promover la interacción mediada por el juego entre los adultos y los niños. Una actividad para las sesiones de inicio es la preparación de un ambiente de juego, lo que significa acondicionar un lugar para que las niñas y los niños puedan estar seguros y encuentren una diversidad de objetos que los inviten a explorar, crear juegos y disfrutar (objetos de la casa y de la naturaleza y cambiarlos frecuentemente). Debe cuidarse que no pongan en peligro a los más pequeños, y evitar objetos que puedan ser tragados, sean pesados, puntiagudos o con filo.

A continuación, se enlistan algunos ejemplos de objetos que pueden reunir y llevar poco a poco a la sesión: ollas, platos y vasos de plástico, cucharas de madera, prendas de vestir, trozos de tela, cubetas, periódico, revistas, hojas de papel, botellas de plástico de diferentes tamaños, piedras, conchas, hojas de plantas y árboles (no dañinas), semillas, arena, masa de maíz, tierra, cajas de cartón de diferentes tamaños y demás objetos que sea posible reutilizar. También pueden elaborar algunos juguetes con material de reuso, para que los niños los puedan apilar, agitar, dejar caer, rodar o arrastrar.

En las siguientes tablas se muestra una propuesta para organizar las tres sesiones de inicio de ciclo operativo, las cuales consideran tanto a los adultos como a las niñas y los niños:

Primera sesión de inicio		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Bienvenida 5-10 minutos	Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.	
Recuento del ciclo operativo anterior y/o compromisos del periodo julio-septiembre. 10-15 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Actividad con la colaboración de niñas y niños.

Primera sesión de inicio		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Expectativas, presentación del propósito y características de las sesiones de Educación Inicial. 25 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Juego adulto-niño 20 minutos		Juego adulto-niño.
Acuerdo de horario y días de las sesiones, conversar acerca de la importancia de preparar el espacio de las sesiones y la necesidad de habilitar un espacio seguro para que jueguen las niñas y los niños. Toma de acuerdos para empezar a preparar el espacio en las dos siguientes sesiones. 30 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Despedida		Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.

Tabla 6. Primera sesión de inicio.

Segunda sesión de inicio		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Bienvenida 5-10 minutos		Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.

Segunda sesión de inicio		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Recuento de la sesión anterior 5-10 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Actividad con la colaboración de niñas y niños.
Ampliación de explicaciones sobre las características de las sesiones de Educación Inicial 30 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Juego adulto-niño 20 minutos		Juego adulto-niño.
Preparación del espacio y material para las sesiones 30 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Despedida 10-20 minutos	Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.	

Tabla 7. Segunda sesión de inicio.

Tercera sesión de inicio		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Bienvenida 5-10 minutos	Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.	
Recuento de la sesión anterior 5-10 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Actividad con la colaboración de niñas y niños.
Preparación del espacio y material para las sesiones 30 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).

Tercera sesión de inicio		
Actividad	Adultos	Niñas y Niños
Juego adulto-niño 20 minutos		Juego adulto-niño.
Toma de acuerdos para el funcionamiento de las sesiones durante el ciclo operativo 30 minutos	Diálogo entre promotora educativa y adultos.	Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).
Despedida 10-20 minutos	Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.	

Tabla 8. Tercera sesión de inicio.

Recursos para el desarrollo de las sesiones de Educación Inicial

Los materiales que se elaboraron para apoyar el desarrollo de las sesiones, específicamente las fichas informativas, de experiencias y de actividades, se enmarcan en los cuatro componentes de la *Ruta Integral de Atención a la Primera Infancia: Salud y nutrición, Educación y cuidados, Protección, así como Bienestar y desarrollo*, al igual que el enfoque de derechos de los niños, para favorecer con ello una atención integral al desarrollo infantil temprano.

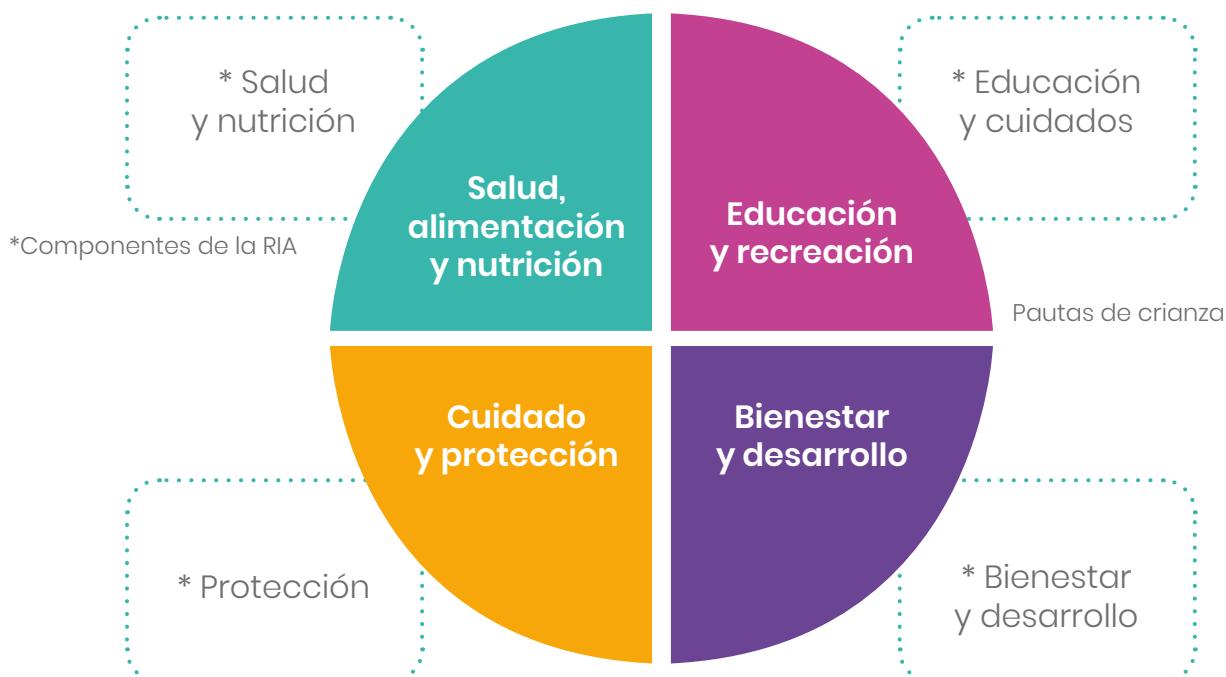


Figura 10. Componentes de la RIA y Pautas de crianza.

Logros esperados. En cada una de las fichas encontrarás la pregunta: ¿Qué esperamos?, que se refiere al logro esperado, a partir del desarrollo del contenido de la ficha.

Para el desarrollo de los diferentes tipos de sesiones de Educación Inicial, contarás con algunos recursos de apoyo, como son las fichas de experiencias de crianza y las de actividades. Anteriormente se presentaron algunos de sus usos, en la Fase 3, de acuerdo con la práctica de crianza que se esté analizando en el grupo. Sin embargo, **es recomendable hacer uso de estas fichas en cada sesión.**

Puedes utilizar las fichas del apartado *Educación y Recreación*, para trabajarlas de manera posterior al segundo momento de juego libre de las sesiones, e involucrar a niñas, niños y adultos en dicha actividad.

También podrás implementar algunas fichas del apartado *Cuidado y protección*, para abordar con el grupo información acerca de los derechos de la infancia, o la relacionada con la violencia, entre otros. De tal manera que en cada sesión del ciclo operativo, además del análisis de las prácticas de crianza, también puedes implementar una de estas fichas con prácticas que se quieren promover en las familias.

Por otra parte, también contarás con otros recursos para apoyar tu intervención educativa en las sesiones, tales como material didáctico y libros. Así como diversos recursos del contexto que podrás llevar a las sesiones para los momentos de juego libre con las niñas y los niños.

Sesión de evaluación final

Al inicio de junio, se deben considerar algunos momentos para aplicar nuevamente el “Instrumento para recuperar información individual acerca de la crianza de las niñas y los niños”, que se aplicó a los integrantes del grupo al inicio del ciclo operativo. Esto es con la intención de conocer si sus respuestas se modificaron, en comparación con las que registraste al inicio de ciclo, en relación a sus prácticas de crianza, la visión de los adultos de la comunidad acerca de las niñas y los niños, así como de las acciones de las embarazadas. Lo anterior, completará la información que se recabó a lo largo del ciclo operativo en cada expediente de los padres, y ayudará a tener información para compartir con el grupo, al cierre del ciclo operativo.

Hacia la última semana del mes de junio, se organiza una sesión de evaluación final de ciclo operativo. En los grupos, conformados únicamente por hombres, se

debe respetar la decisión del grupo: si deciden realizarla integrándose con el grupo de madres o si acuerdan permanecer como grupo, se debe realizar de esa manera.

Esta sesión de evaluación final tiene la finalidad de realizar un recuento de lo abordado durante el ciclo operativo, promover un espacio donde las familias comenten si las expectativas que tenían al inicio del ciclo se cumplieron, se superaron o no fue lo que esperaban. Por otra parte, para que puedan compartir qué cambió en ellos con respecto a otros miembros de su familia y en su relación con las niñas y los niños que cuidan, a partir de su asistencia a las sesiones de Educación Inicial.

Puedes apoyarte en la información registrada a lo largo del ciclo operativo en el expediente de cada participante. Esto permitirá ofrecer, con mayor precisión, una valoración de los logros y áreas de oportunidad que enfrentaron en el cumplimiento de sus compromisos, en torno a sus prácticas de crianza. Es importante establecer acuerdos individuales de crianza para realizarlos durante el periodo en el que no hay sesiones, así como invitar al grupo a reunirse el siguiente ciclo operativo e incorporar a más familias.

Sesión de evaluación final con familias y embarazadas		
Actividad	Adultos	Niñas y niños
Bienvenida 5-10 minutos		Canción y/o juego grupal
Recuento del ciclo operativo Promueve la participación de las niñas y los niños para que digan que les gusta de las sesiones y que no les gusta. 20 minutos	Diálogo entre promotora educativa, niñas, niños, con apoyo de los adultos.	Actividad con niñas y niños.

Sesión de evaluación final con familias y embarazadas		
Actividad	Adultos	Niñas y niños
<p>Habla con los padres acerca de los efectos de sus esfuerzos en los niños al realizar sus compromisos de crianza.</p> <p>Invítalos a comentar sobre: qué lograron fortalecer, en qué requieren seguir esforzándose, todo ello con la finalidad de favorecer el desarrollo integral de las niñas y los niños, pues todo lo que se hace para criálos influye significativamente en su vida.</p> <p>Comparte de manera general y a modo de conclusiones, los logros y retos que identificaste a partir de tus registros y la aplicación del instrumento sobre prácticas de crianza.</p> <p>Agradece su participación en las sesiones.</p> <p>30 minutos</p>	<p>Diálogo entre promotora educativa y adultos.</p>	<p>Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).</p>
<p>Juego adulto-niño</p> <p>20 minutos</p>	<p>Juego adulto-niño.</p>	
<p>Establezcan acuerdos individuales de crianza a realizar entre julio y septiembre (tiempo en el que no hay sesiones).</p> <p>Invita al grupo a reunirse el siguiente ciclo operativo.</p> <p>30 minutos</p>	<p>Diálogo entre promotora educativa y adultos.</p>	<p>Juego libre (acompañado de preferencia por un adulto voluntario).</p>

Sesión de evaluación final con familias y embarazadas		
Actividad	Adultos	Niñas y niños
Despedida		Canción y/o juego grupal Considera la opinión de niñas y niños en la elección del juego o canción.

Tabla 9. Sesión de evaluación final con familias y embarazadas.

La información que los adultos externen permitirá identificar sus expectativas para el siguiente ciclo operativo, complementar la información acerca de cómo están criando a sus hijos y sobre sus esfuerzos para realizar sus compromisos. En caso que el grupo decida realizar una convivencia por el cierre del ciclo, se sugeriré que se haga al final de la sesión.

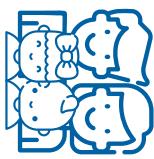
Para el caso de la sesión de evaluación final de ciclo operativo con el grupo de hombres, se distribuyen de igual manera las actividades que en el ejemplo de sesión con familias y embarazadas que te presentamos. Se invita a involucrarse en las sesiones con familias y a dar seguimiento a sus compromisos de crianza.

Sección III. Ideas para acompañar la crianza

INTEGRAR AL GRUPO	
Actividades	Icono
<p>Conociéndonos ¡Me quiero!</p> <p>1. CUIDADO Y PROTECCIÓN</p> <p>Informativas</p> <ul style="list-style-type: none"> Las niñas y los niños en los primeros años. Derechos de las niñas y los niños I. Derechos de las niñas y los niños II. Acompañar a las niñas y los niños. 	
<p>Ideas sobre las niñas y los niños. Cambio de pañal. Conociendo a nuestros bebés. La llegada de mi hijo.</p> <p>2. SALUD, ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> Derecho a la identidad. El acta de nacimiento. Violencia hacia las niñas y los niños pequeños. Impacto de la violencia en la vida de las niñas y los niños pequeños. El destete. Hábitos de higiene. Hábitos de aseo. El baño. 	
<p>3. EDUCACIÓN Y RECREACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> El arte en los primeros años. La importancia del juego en los primeros años. La música en los primeros años. Al encuentro con la lectura. Ler en la Primera Infancia. Ler en voz alta. Autorregulación y autonomía. 	
<p>4. BIENESTAR Y DESARROLLO</p> <ul style="list-style-type: none"> Arrullos y murmullos. Versos para jugar. ¿Dónde está el bebé? ¿Cómo suena? Haciendo música. Juegos de dedos. 	
<p>5. EMBARAZADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> La gestación del bebé, paso a paso. La lactancia materna exclusiva. Música y lectura durante el embarazo. Los cambios en la mujer durante el embarazo. Ejercicio de la paternidad y la crianza de las niñas y los niños. 	
<p>6. HOMBRES EN LA CRIANZA</p> <ul style="list-style-type: none"> Mi plato del buen comer. Así vivo el embarazo. Mitos y realidades de la lactancia materna. Comunicándonos Soy papá. Paternidad. Mitos y realidades. 	

Fichas para conocer con las familias

1. Cuidado y protección



Las niñas y los niños en los primeros años

Se vincula con las fichas para hacer con las familias:

-**Ideas sobre las niñas y los niños**

¿Qué queremos?
Madres, padres y cuidadores...

Enriquezcan sus ideas acerca de quienes son las niñas y los niños desde los primeros años de vida.

Sabías que...

Aprendizaje temprano

La fase más crítica del desarrollo de la vida es la infancia temprana que comprende los primeros mil días de existencia del ser humano. En esta etapa el desarrollo de la persona se produce a una velocidad nunca vista en otra etapa de la vida. En ningún otro momento **el cerebro** experimenta un proceso más rico de descubrimiento, asombro y aprendizaje. Igualmente es el tiempo en el que se aprenden las maneras de relacionarse con los demás. Si los padres o cuidadores escuchan y respetan lo que las niñas o niños dicen, cuando ellas y ellos sean mayores también escucharán y respetarán a los demás.

Los recién nacidos y los niños pequeños se desarrollan y aprenden más rápidamente cuando reciben **amor, afecto y atención**, así como alimentos nutritivos y una buena atención de salud.

El cerebro del bebé está preparado para conectarse con el cerebro de sus padres, cuando encuentran respuestas a sus emociones. Rápidamente generan nuevas conexiones neuronales al desarrollarse la estructura cerebral y la capacidad para entender sus emociones y las de otras personas, a la vez que aprende a responder efectivamente. Algo muy valioso que se construye en la familia, la comunidad y la sociedad en general, es la capacidad para relacionarnos en una cultura del **buen trato, el respeto, la cordialidad** y construir caminos de salida a los conflictos que se presenten.

Cuando la niñez tiene oportunidades de participar activamente en procesos comunitarios donde se respetan sus ideas y su voz, desarrolla una gran capacidad para poder escuchar y respetar las ideas de otras personas; buscar interacciones similares para construir nuevas posibilidades de relación.

Es por ello que los papás, mamás y otros adultos en los espacios familiares e instituciones deben comprender la importancia del **buen trato** y desarrollar las habilidades para responder a los esfuerzos de comunicación del recién nacido o niños pequeños, para un desarrollo saludable.

La nutrición física como el desarrollo de una arquitectura cerebral saludable está altamente determinada por los vínculos que el recién nacido o niño pequeño pueda tener con sus papás y mamás, así como por la capacidad de estos para responder a sus necesidades de una forma sensible, constante y amorosa.

Toma en cuenta que...

- ✓ Las niñas y los niños aprenden desde el nacimiento y tienen capacidad para aprender.
- ✓ Los recién nacidos buscarán las maneras de comunicarse con su madre o adulto cuidador para hacer saber sus requerimientos de alimento, descanso, higiene y cariño.
- ✓ Es fundamental que los adultos estén atentos y brinden respuesta pronta, apropiada y amorosa a estos requerimientos, con lo cual los bebés y

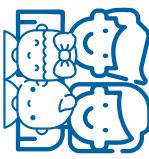
niños pequeños experimentarán confianza y seguridad, ya que identificarán que existe un adulto que atenderá sus necesidades.

Fuentes de consulta:

Palmer, Parker, Luz Stella Losada, José Miguel De Angulo y Brisa De Angulo. (2013). *Las 12 estrategias para el desarrollo integral en la infancia temprana*. Bolivia: MAP-BOLIVIA Y CUBE.

Fichas para conocer con las familias

1. Cuidado y protección



Derechos de las niñas y los niños I

Se vincula con las fichas para conocer con las familias:

-**Derechos de las niñas y los niños II**

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan su papel de acompañantes en el ejercicio de los derechos de las niñas y los niños.

Sabías que...

La Convención sobre los Derechos del Niño es el tratado internacional, ratificado por 196 países, que establece los derechos humanos de las niñas y los niños.

Dicho tratado introduce el concepto de "evolución de las facultades" del niño. En su artículo 5, establece que la dirección y orientación impartidas por los padres u otras personas encargadas legalmente del niño deben tomar en consideración la capacidad del mismo de **ejercer sus derechos por cuenta propia**.

Determina que, a medida que los niños adquieren competencias cada vez mayores, disminuye la necesidad de dirección y orientación (por parte de los adultos) y aumenta la capacidad propia de

asumir responsabilidades, al tomar decisiones que afectan su vida.

La Convención reconoce a los niños como protagonistas activos de su propia vida, con la capacidad de ser escuchados y respetados y de que se promueva una autonomía cada vez mayor en el ejercicio de sus derechos. También aboga a favor de que reciban protección en función de su relativa inmadurez y vulnerabilidad.

El equilibrio entre los derechos del niño y los de sus padres

La Convención reconoce de gran importancia el lugar del niño dentro de la familia.

El artículo 5 destaca que el Estado debe respetar los derechos y responsabilidades de los padres u otras

personas encargadas del cuidado del niño “de im-partirle, de acuerdo con la evolución de sus facul-tades, dirección y orientación apropiadas para que el niño ejerza sus derechos”. Dicho de otro modo, **los derechos y responsabilidades de los padres no son ilimitados**.

Estas disposiciones tienen un significado profundo para la relación que existe entre el niño, la familia y el Estado. La Convención establece una relación directa entre el niño y el Estado, que constituye un desafío para la creencia de que los padres tienen derecho de propiedad sobre el niño. Es decir, da vi-sibilidad al niño como sujeto de derechos dentro de la familia, como el de recibir protección en su pro-pio beneficio, y autoriza al Estado a intervenir, cuan-do sea necesario, para proteger los derechos del niño, reconociendo que el interés superior del niño no siempre es protegido por los padres.

Los derechos y responsabilidades de los padres de impartir dirección y orientación al niño no son, por lo tanto, una consecuencia de su condición de “propietarios” del niño, sino más bien una fun-ción como padres, **hasta que el niño sea capaz de ejercer tales derechos por su propia cuenta, con-siderando que las facultades de los niños están dún en evolución**.

Toma en cuenta que...

- ✓ Las niñas y los niños tienen derecho a que se res-peten sus capacidades, cualquiera que sea su edad. No hacerlo significa negarles el respeto y la dignidad que merecen como individuos.
- ✓ A medida que van creciendo, las niñas y los niños desarrollan sus facultades cognitivas, físicas, so-ciales, emocionales y morales, y a partir de ello, podrán poco a poco ejercer sus derechos.

Fuentes de consulta:

UNICEF (2005). *La evolución de las facultades del niño*. Italia: UNICEF.

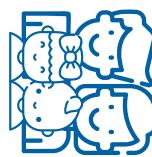
Fichas para conocer con las familias

1. Cuidado y protección

Derechos de las niñas y los niños II

Se vincula con las fichas para conocer con las familias:

-Derechos de las niñas y los niños I



¿Qué queremos? Madres, padres y cuidadores...

Conozcan sobre el derecho a la participación de las niñas y los niños.

Sabías que...

La participación infantil es un derecho y uno de los cuatro principios fundamentales de la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), junto a los de no discriminación; interés superior del niño y el derecho a la vida, la supervivencia y el desarrollo. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a ser escuchados y tomados en cuenta en los asuntos de su interés, conforme a su edad, desarrollo evolutivo, cognoscitivo y madurez. Este derecho exige que se les reconozca como protagonistas activos, con el derecho de participar en las decisiones que afectan su vida.

Los padres están en una posición muy favorable para ayudar al desarrollo de la capacidad del niño de intervenir de manera progresiva en la toma de decisiones y para prepararlos a una vida responsable en una sociedad libre. Ello implica dárles la información necesaria, así como la debida orientación y dirección, garantizándoles, al mismo tiempo, el derecho de expresar libremente sus opiniones y de que esas opiniones se tomen en cuenta.

Todos los niños son capaces de expresar su opinión, tienen el derecho de hacerlo y de que se tome en

Por otra parte, aunque los padres deban tener en cuenta las opiniones de los niños, no tienen necesariamente que respaldarlas, y deben dar a los niños la posibilidad de comprender las razones por las que se ha tomado una decisión diferente.

La participación no es solamente un medio que sirve a los niños para efectuar cambios, sino que les brinda la oportunidad de adquirir autonomía e independencia, además de aumentar su competencia social y capacidad de adaptación en otros contextos en los que se desenvuelven, más allá de la familia.

El principio de respetar al niño como participante activo y como sujeto de derechos, y de no considerarlo simplemente como un receptor pasivo de la protección de los adultos, es un tema reiterado frecuentemente en todo el texto de la Convención.

Toma en cuenta que...

- ✓ El diálogo, la explicación, la negociación y la participación de las niñas y los niños debe ser una práctica que se promueva día a día en su vida cotidiana.
- ✓ Los ambientes familiares en los cuales se escucha al niño, se le respeta, se confía en él para que asuma cada vez más responsabilidades a medida que demuestra mayores capacidades, son los que generan posibilidades del ejercicio del derecho a la participación de las niñas y los niños.

Fuentes de consulta:

UNICEF (2005). *La evolución de las facultades del niño*. Italia. UNICEF.

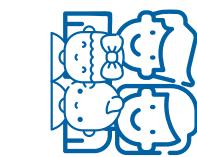
Fichas para conocer con las familias

1. Cuidado y protección

Acompañar a las niñas y a los niños

Se vincula con las fichas para trabajar con las familias:

- Violencia hacia las niñas y los niños pequeños
- Impacto de la violencia en la vida de las niñas y los niños pequeños



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Identifiquen que las niñas y los niños requieren de adultos dispuestos a aprender nuevas formas de relacionarse con ellos para acompañarlos durante su vida.

Sabías que...

Comúnmente se pueden escuchar expresiones como las que se presentan a continuación:

- “Le pego porque es mi hijo y le estoy educando”.
- “Yo sé qué le conviene a mi hijo, por eso decidí por él”.
- “No te metas, es plática de grandes”.
- “Tú no opinas, estás chico y no sabes nada”.

Estas frases reflejan lo que piensan algunos adultos

sobre las niñas y los niños: que son una propiedad; se considera que no piensan, que no pueden opinar y que, por ser pequeños, no saben. Por estas razones, el adulto es quien decide y controla sus acciones.

Esta forma de pensar y relacionarse con las niñas y los niños puede ser aprendida a partir de nuestra

propia experiencia en la infancia, es decir, de cómo se relacionaron con nosotros los adultos en los diferentes espacios, como la casa, la comunidad y, más tarde, la escuela. Este tipo de frases y acciones se vuelven cotidianas y no las cuestionamos: pensamos que así debe de ser, que así ha funcionado y que no tendría que cambiar. Según estas creencias, los adultos son quienes tienen que educar a las niñas y a los niños a partir del control.

Sin embargo, si partimos de reconocer que la infancia es una forma de ser persona, que tiene el mismo valor que cualquier otra etapa de la vida, que lo que hacen las niñas y los niños es igual de importante que lo que hace un adulto, y que las niñas y los niños tienen derechos, que piensan,

que saben, que pueden opinar, entonces, ¿qué tipo de adulto necesito ser?, ¿cuál es ahora mi papel frente a las niñas y a los niños?, ¿qué trato les debo dar?

La respuesta es que se requieren adultos que acompañen, que expliquen, escuchen, negocien, conversen, quién y estén dispuestos a aprender nuevas formas de relacionarse con las niñas y los niños desde que nacen.

También se requieren adultos que involucren a las niñas y a los niños en la toma de decisiones, que estén dispuestos a escuchar sus opiniones y a valorar lo que tienen que aportar. Que los adultos compartamos nuestras opiniones con ellos y exploremos soluciones en conjunto. Es así que niñas y niños aprenderán a tomar decisiones y podrán participar de la vida en comunidad.

Como adultos que nos planteamos un nuevo papel en las relaciones con las niñas y los niños, “es necesario entender que los derechos de la niñez y adolescencia no se ejercen contra los adultos; los derechos de la niñez [...] y los derechos de los adultos no están contrapuestos, ya que los derechos de la infancia no se ejercen a costa de los derechos de los adultos.” (Rodríguez Tramolao, 2013)

La forma en la que niñas y niños viven relaciones con los adultos que les rodean, en gran medida impactará en el tipo de relación que tengan con los demás en su infancia y en la edad adulta.

Toma en cuenta que...

- ✓ Hay cosas que aprendemos durante nuestra vida. Con nuestra familia o cuidadores aprendimos cómo podían ser las relaciones entre niños y adultos, y eso en buena parte determinó la forma en la cual nos relacionamos ahora con los demás.
- ✓ Es importante reconocer que hay otras formas de hacer las cosas y que actualmente las niñas y los niños requieren adultos dispuestos a plantearse otras maneras de acompañarlos durante su vida.

Fuente de consulta:

Jiménez Reynoso, A. (10 de octubre de 2017). La participación no duele. Obtenido de <https://prezi.com/udu81bwvp9zu/la-participacion-no-duele/>
Rodríguez Tramolao, S. (2013). Superando el adultocentrismo. Únete por la niñez, Cuatro. UNICEF. Santiago de Chile.

Fichas para conocer con las familias

1. Cuidado y protección

Derecho a la identidad. El acta de nacimiento



¿Qué queremos? Madres, padres y cuidadores...

Reconozcan la importancia del acta de nacimiento como parte del ejercicio del derecho a la identidad.

Sabías que...

Todos, sin excepción, tenemos derecho a la identidad en cualquier parte del mundo. La identidad se refiere al reconocimiento de los rasgos o características que definen a cada persona y permiten diferenciarlo de alguien más.

Para reconocer institucionalmente el derecho a la identidad, es necesario inscribir a las niñas y a los niños, desde que nacen, ante el registro civil para que se emita su acta de nacimiento.

El acta de nacimiento es el documento legal que certifica la identidad de la persona. En esta se deja constancia de su nombre, fecha y lugar de nacimiento y se le reconoce como parte de una familia y de un país.

El derecho a la identidad es la llave que permite abrir la puerta para derechos como el acceso a servicios de salud, educación y protección, para que las niñas y los niños puedan desarrollarse en una vida plena. El no tener un registro y un acta de nacimiento se convierte en un factor de exclusión y discriminación para las niñas y los niños. Será difícil defender sus derechos fundamentales y pueden estar expuestos a delitos que los pongan en riesgo, como robo, adopciones ilegales, entre otros.

Si no existe un registro de las niñas y los niños, entonces decimos que son invisibles a los ojos de la sociedad, lo cual provocará que la violación de sus derechos pase desapercibida.

Para poder realizar el registro de las niñas y los niños, es importante disponer de la información necesaria para llevar a cabo este trámite y contar con el acta de nacimiento.

Si viven en una comunidad alejada, pueden investigar con las autoridades locales si existe algún programa que les ayude a llevar a cabo este trámite, o bien que les apoyen en su gestión.

También es importante que, una vez que tengan el acta de nacimiento, la revisen cuidadosamente para corroborar que la información registrada en ella sea la correcta y así se eviten futuras complicaciones.

Toma en cuenta que...

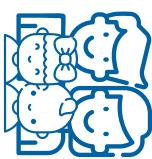
- ✓ La identidad otorgada mediante el acta de nacimiento les permite a las niñas y a los niños acceder a otros derechos desde pequeños y a lo largo de su vida, por eso es muy importante.

Fuente de consulta:

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). *Derecho a la identidad: la cobertura del registro de México*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Consultado el 1 de mayo de 2020. https://www.unicef.org/mexico/media/1016/file/UNICEF_Derecho%20a%20la%20identidad.pdf

Fichas para conocer con las familias

1. Cuidado y protección



Violencia hacia las niñas y los niños pequeños

Se vincula con las fichas para conocer con las familias:

- Impacto de la violencia en la vida de las niñas y los niños pequeños
- Acompañara las niñas y a los niños

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Reconozcan las diferentes situaciones mediante las cuales se ejerce violencia hacia las niñas y niños más pequeños.

Sabías que...

La violencia en la primera infancia es una experiencia angustiante y dolorosa para las niñas y los niños, que tiene consecuencias en el momento en el que se vive y para toda la vida.

En muchas ocasiones, cuando escuchamos que alguien se refiere a violencia lo relacionamos con golpes, con maltratos, es decir, con acciones que podemos ver y pueden dejar huella en el cuerpo de la persona.

En la Convención de los Derechos del Niño se define la violencia como “toda forma de perjuicio o abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación, incluido el abuso sexual, mientras el niño se encuentre bajo la custodia de los padres, de un representante legal o de cualquier otra persona que lo tenga a su cargo”.

La violencia puede ocurrir en el hogar, en las escuelas, las casas hogar, en los centros que brindan servicios de salud, en las calles y en otros lugares públicos.

Pero hay también otro tipo de experiencias que vienen niñas y niños, provocadas por personas mayores, que a veces no se pueden ver tan fácilmente, y que también dejan huella en sus vidas.

Las niñas y los niños tienen derecho a una vida libre de violencia. En nuestro país existe la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, mediante la cual se busca garantizar el cumplimiento de sus derechos. En el artículo 46 de esta ley se establece

que: "Niñas, niños y adolescentes tienen derecho a vivir una vida libre de toda forma de violencia y a que se resguarde su integridad personal, a fin de lograr las mejores condiciones de bienestar y el libre desarrollo de su personalidad."

Los adultos que estamos a cargo de la crianza y educación de niñas y niños tenemos la obligación de proteger los derechos de las niñas y los niños y exigir su cumplimiento. Por ello es importante reconocer las diferentes expresiones de violencia que pueden sufrir, a fin de valorar otras formas de relación con ellos.

- Violencia física: se refiere a agresiones, por lo general resultado de castigos, que pueden tener como consecuencia o no, alguna lesión física en el cuerpo de las niñas o los niños.
- Violencia emocional y psicológica: se refiere al acoso verbal por medio de insultos, críticas, descalificaciones o ridiculización de las niñas y los niños. Este tipo de violencia también se expresa mediante la indiferencia, ignorarlos, el rechazo, el aislamiento y aterrorizarlos. Otra forma de maltrato emocional es que las niñas y los niños sean testigos de la violencia entre sus padres.
- La falta de protección y cuidado hacia las niñas y los niños por parte de quienes deben hacerlo. Ocurre cuando hay abandono por parte de los responsables de su cuidado o no se atienden sus necesidades básicas (físicas, sociales, psicológicas y/o intelectuales).

- Abuso sexual: cualquier clase de práctica sexual con algún niño o niña, por parte de un adulto, familiar o cuidador.
- Para que las niñas y niños tengan un desarrollo saludable es necesario que las relaciones que los adultos establezcan con ellos sean afectuosas y de respeto, que tengan la posibilidad de recibir amor y vivir en un ambiente cordial desde que llegan a este mundo.

Toma en cuenta que...

- ✓ Las niñas y los niños tienen derecho a vivir una vida libre de violencia y, como padres, madres o cuidadores, tenemos la responsabilidad de pensar cómo nos relacionamos con ellos y si lo que hacemos promueve o no su desarrollo saludable.
- ✓ Es importante recordar que las experiencias de respeto o violencia impactan en la vida presente y futura de las niñas y los niños.

Fuentes de consulta:

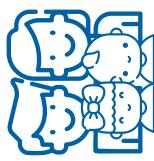
- UNICEF. (2014). *Eliminar la violencia contra los niños y niñas: Seis estrategias para la acción*. New York. UNICEF. Obtenido de: https://www.unicef.org/spanish/publications/files/UNICEF_Ending_Violence_Spanish_WEB_240215.pdf

UNICEF. (s. f.). *La prevención de la violencia debe comenzar en la primera infancia*. New York: UNICEF. Obtenido de https://violenceagainstchildren.un.org/sites/violenceagainstchildren.un.org/files/documents/publications/early_childhood_spanish.pdf

Valdebenito, L., S. (2007). *El maltrato deja huella. Manual para la detección y orientaciones de la violencia intrafamiliar*. Santiago de Chile: UNICEF. Obtenido de https://www.unicef.cl/archivos_documento/208/UNICEF%20completo.pdf

Fichas para conocer con las familias

1. Cuidado y protección



Impacto de la violencia en la vida de las niñas y los niños pequeños

Se vincula con las fichas para conocer con las familias:

-Violencia hacia las niñas y los niños pequeños

-Acompañar a las niñas y a los niños

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Reconozcan el impacto que genera la violencia en la vida de los bebés, las niñas y los niños pequeños.

Sabías que...

Cuando bebés, niñas y niños pequeños viven violencia y abuso, se generan consecuencias para toda su vida.

En algunas ocasiones, es común escuchar que personas dicen:

- “Le pego porque es mi hijo”.
- “Cuando yo era niña/niño también me pegaron, y vea, soy un hombre/mujer de bien”.
- “Le pego porque no entiende”.
- “Siempre haces todo mal, iqué no entiendes! [gritando]”.

- “Si no haces esto que te digo, te voy a dejar de querer”.
- “Te portaste mal, por eso no te voy a dar de comer”.
- “Deja llorar al bebé para que haga pulmón”.
- “Por no hacerme caso, te voy a encerrar en ese cuarto y voy a apagar la luz”.

En todas estas frases, hay una acción violenta detrás; puede ser física y referir, en este caso, a los golpes; puede ser psicológica-emocional cuando hay crítica, descalificación y amenazas, o cuando se ignora y no se atienden las necesidades básicas de los bebés, las niñas y los niños pequeños.

Algunas personas comentarán: "A mí también me pegaron de niño y no me pasó nada", sin embargo, hay especialistas que refieren que, cuando se vive violencia en la primera infancia, pasa una serie de sucesos en el cuerpo y en el cerebro de las niñas y los niños que, en algunos casos, no se ven, pero, al paso del tiempo, tienen un impacto en su desarrollo.

Todos los seres humanos viven sucesos poco favorables durante su vida, algunos de mayor o menor magnitud. Estos sucesos ayudan para la formación y el crecimiento de las personas, para enfrentar nuevos retos. En la primera infancia se viven sucesos nuevos a diario (conocer nuevas personas, nuevos sonidos, nuevos lugares, probar nuevas cosas, recibir vacunas...).

Sin embargo, cuando los bebés, niñas y niños viven sucesos poco favorables, como la violencia, y no cuentan con una familia que brinde respuesta a sus necesidades, se pueden presentar consecuencias como las que se mencionan a continuación:

1. La estructura y función del cerebro en desarrollo puede verse alterado, esto tiene un impacto en la adquisición del lenguaje y pueden generarse problemas para el aprendizaje.
2. Se puede afectar algunos otros órganos que comprometerían su salud en el presente y en el futuro (enfermedades cardíacas, la diabetes, la depresión, entre otras).

3. Se pueden generar problemas sociales y emocionales, al provocar temor, ansiedad, comportamiento agresivo, entre otros.

Por estas razones, es importante que bebés, niñas y niños cuenten con adultos dispuestos a cuidarlos, que les den apoyo y respondan a sus necesidades, que vivan experiencias libres de violencia. Cuando se han vivido situaciones poco favorables, pero se cuenta con adultos que ayudan a hacer frente a esas situaciones, las niñas y niños se vuelven resilientes, es decir, se pueden recuperar de las adversidades vividas.

Toma en cuenta que...

Las situaciones poco favorables, como la violencia que viven bebés, niñas y niños, tienen repercusiones importantes en su desarrollo. Este tema es importante, tanto por lo que viven en esta etapa de la vida, así como por lo que pasará en su vida adulta. Hay estudios que muestran que las niñas y niños que vivieron situaciones violentas tienen más probabilidades de ser víctimas de violencia cuando crezcan, o bien, convertirse en personas que agredirán a sus familias y a otras personas. Por esto es importante que, como adultos y miembros de la comunidad, promovamos y propiciemos que cada niña y niño viva sin violencia.

Fuentes de consulta:

Center on the Developing Child Harvard University. (s.f.). *El impacto de la adversidad durante la infancia sobre el desarrollo de los niños*. Consultado el XX de mayo de 2020. https://46y5eh1fngw3ve3ytpwx9r-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2015/07/04_EL-IMPACTO-DE-LA-ADVERSIDAD-3.pdf

Santibañez Martínez, L., & Calderon Martín del Campo, D. (2014). *Los invisibles. Las niñas y los niños de 0 a 6 años*. México: Mexicanos primero. Consultado el 1 de mayo de 2020. https://cdn.ymaws.com/www.andeglobal.org/resource/dynamic/blogs/20151005_154954_14532.pdf.

UNICEF. (s.f.). *La prevención de la violencia debe comenzar en la primera infancia*. New York: UNICEF. Consultado el 1 de mayo de 2020. https://violenceagainstchildren.un.org/sites/violenceagainstchildren.un.org/files/documents/publications/early_childhood_spanish.pdf

Fichas para conocer con las familias

2. Salud, alimentación y nutrición

Lactancia materna y neurodesarrollo



¿Qué queremos? Madres, padres y cuidadores...

Conozcan acerca de la lactancia materna y el neurodesarrollo.

Sabías que...

Investigaciones realizadas en niños prematuros han demostrado que aquellos que recibieron lactancia materna exclusiva, presentaron índices de coeficiente de inteligencia **ocho puntos superiores** a aquellos prematuros alimentados con fórmulas infantiles.

El componente de DHA (omega 3) se cree que es una de las principales razones por las que la leche materna puede mejorar el rendimiento cognitivo de los niños.

La práctica de la lactancia incrementa las necesidades de energía, proteína y calcio por arriba incluso de las necesidades de la mujer embarazada. Por lo tanto, **se debe aumentar el consumo de alimentos y líquidos.**

La mujer debe considerar que durante el periodo de lactancia:

- La madre necesita comer más para recuperarse y producir la leche que el niño necesita.
- Debe **agregar dos raciones más del platillo principal a los alimentos del día:** por ejemplo, si come dos tacos de huevo con frijoles, agregará otros dos.
- Es recomendable el consumo abundante de líquidos: cerca de 3 litros por día.

La lecha materna:

- Promueve el desarrollo sensorial y cognitivo.
- Protege al bebé de enfermedades infecciosas y crónicas.

- Reduce la mortalidad infantil por enfermedades de la infancia, como la diarrea o la neumonía.
- Favorece un pronto restablecimiento en caso de enfermedad.
 - Contribuye a la salud y el bienestar de la madre.
 - Ayuda a espaciar los embarazos.
 - Disminuye el riesgo de cáncer ovárico y mamario.
 - Es una forma segura de alimentación.
- Si se comenzara a amamantar a todos los recién nacidos antes de transcurrida la primera hora de vida, se podría evitar aproximadamente la quinta parte de todas las muertes neonatales.

Riesgos de no amamantar:

Para el niño:

- Mayor riesgo de mortalidad;
- Mayor riesgo de enfermedades agudas, como la diarrea, las infecciones del oído y las infecciones respiratorias;
- Mayor riesgo de enfermedades crónicas, incluida la diabetes de tipo 2.

Para la madre:

- Mayor riesgo de cáncer de mama y de ovario;
- Menores posibilidades de perder peso después del parto.

“No hay una fórmula infantil que contenga la **perfecta combinación** de proteínas, carbohidratos y grasas para mejorar el crecimiento infantil y el desarrollo del cerebro como la leche materna lo hace. No hay una fórmula infantil que contenga

- **anticuerpos** para proteger a los lactantes contra la infección como lo hace la leche materna. No existe una fórmula infantil tan **segura** de administrar como lo es la leche materna. Y no hay una fórmula infantil más **accesible** a las familias que preste la nutrición perfecta a los niños mientras los protege de **las infecciones**, como la leche materna UNICEF y OMS China, Declaración Conjunta sobre la Contaminación de la Fórmula Infantil, septiembre, 2008.

Toma en cuenta que...

- ✓ La **dieta** y el **estado nutricional** de la madre pueden influir sobre la cantidad y la calidad de la leche materna.
- ✓ Es importante que consideres conectar tu madera con la de tu bebé y platicarle, mientras lo amamantas.
- ✓ La leche materna cubre en forma suficiente las necesidades y los requerimientos normales de los primeros seis meses de vida y no es necesaria la introducción de alimentos diferentes en este lapso de tiempo.

Fuentes de consulta:

Rodríguez Filio, F. Axiel (2018), “Nutrición y el impacto en el neurodesarrollo de los niños”. Ponencia presentada en el Taller de Nivelación de figuras educativas de Educación Inicial. Del 28 de mayo al 1º de junio de 2018. Oaxtepec, Morelos.

Fichas para conocer con las familias

2. Salud, alimentación y nutrición



Alimentación complementaria

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan acerca de la alimentación complementaria.

Sabías que...

Como cuidadores, es importante propiciar que los bebés...

- Aprendan a aceptar, mezclar, masticar y paladar los diferentes alimentos.
- Aprendan a ingerir los alimentos líquidos, semiliquidos y sólidos.
- Desarrollen buenos hábitos alimentarios.
- Tengan un adecuado crecimiento y desarrollo, evitando el sobre peso y obesidad.
- No ingieran alimentos que provoquen alergias.
- No consuman alimentos que tienen pobre o nulo valor nutritivo, exceso de grasas y azúcares, como el jugo de carne y los té.

Recomendaciones para iniciar la alimentación complementaria...

- Introducir un solo alimento a la vez. Ofrecerlo durante dos o tres días, lo cual permitirá conocer su tolerancia.
- No mezclar alimentos al momento de servirlos o prepararlos.
- No forzar la aceptación de los alimentos.
- Ofrecer primero el alimento semisólido y luego la leche materna.
- Variar la cantidad de alimento por día en ir en aumento.Poco a poco, disminuirá el volumen de leche consumida.
- Promover el consumo de alimentos naturales.
- Preparar los alimentos **sin agregar** sal, azúcar u otros condimentos.
- Ofrecer los alimentos primero como papilla. A los siete u ocho meses deben darse picados y al año, en trocitos pequeños.
- Preparar los alimentos observando pautas de higiene.
- Ajustar la alimentación a la práctica y al menú familiar, con el propósito de favorecer la socialización y el aprendizaje del niño.
- Promover que el niño intente comer por sí mismo, aunque se ensucie.
- Ofrecer jugos de frutas, en lo posible naturales, cuando el niño pueda tomar líquidos en taza. También se le puede ofrecer agua simple (purificada o hervida).

- Cuando se ofrezcan caldos o sopas, hay que proporcionar el alimento sólido y no sólo el líquido.
- En lo posible, los alimentos deben estar a temperatura ambiente.
- Cuando se ofrezcan caldos o sopas, hay que proporcionar el alimento sólido y no sólo el líquido.

Toma en cuenta que...

- Es importante que, cuando alimesntes a tu bebé, lo hagas preferentemente en un ambiente en donde se sienta a gusto, donde estén sus hermanos u otros familiares y que le hablen al bebé, le pregunten si le gusta lo que está comiendo, si se siente cómodo. Y leer sus expresiones.

Fuentes de consulta:

Rodríguez Filio, F. Axiel (2018), “Nutrición y el impacto en el neurodesarrollo de los niños”. Ponencia presentada en el Taller de Nivelación de figuras educativas de Educación Inicial. Del 28 de mayo al 1º de junio de 2018. Oaxtepec, Morelos.

Fichas para conocer con las familias

2. Salud, alimentación y nutrición



Alimentación de acuerdo a las edades de las niñas y los niños

Se vincula con las fichas para conocer con las familias:

- Nos alimentamos
- Lotería de alimentos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan acerca de la alimentación, de acuerdo con la edad de los bebés.

Sabías que...

Los alimentos se deben proporcionar a las niñas y a los niños de acuerdo a su edad.

La alimentación por edades.

PRIMERA ETAPA				
EDAD	ALIMENTO	PREPARACIÓN	FORMA DE DARLO	CANTIDAD Y FRECUENCIA
6 a 7 meses	VERDURAS Zanahoria, calabaza, chayote	Bien lavadas, cocer con poca agua.	* Raspar las frutas en forma directa. * Sin agregar sal, azúcar o miel.	* Esperar 3 o 4 días para dar nuevo alimento. * Incrementar hasta ofrecer 1/4 de taza o lo que el bebé acepte.
6 a 7 meses	FRUTAS Papaya, pera, manzana, plátano, guayaba	Escoger frutas maduras. Es conveniente suavizarlas en baño maría los primeros días.	* Iniciar con una cuchara una vez al día durante 3 o 4 días.	* Evitar mezclar diferentes frutas o verduras al mismo tiempo. * Ofrecer solo un tipo de alimento, 3 o 4 días seguidos.
6 a 7 meses	CARNE Ternera, pollo, pavo, res, cerdo, hígado	Bien lavada, cocer con poca agua, sin sal.	* Hacer un puré. * Las verduras se deben cocer con poca agua.	

PRIMERA ETAPA				
EDAD	ALIMENTO	PREPARACIÓN	FORMA DE DARLO	CANTIDAD Y FRECUENCIA
	CEREALES Arroz, maíz, trigo, avena, centeno, amaranto, cebada, tortilla, pastas	Bien cocidos.	<ul style="list-style-type: none"> * Eliminar huesos, semillas y cáscaras al inicio y según la capacidad de masticación del niño. * Preparar el cereal con leche materna. * Evitar dar el cereal en biberón. * Evitar combinación de cereales. * Hacer combinaciones con los alimentos ya conocidos. 	<p>6 a 7 meses</p> <ul style="list-style-type: none"> * Iniciar con una cuchara una vez al día durante 3 días. * Incrementar hasta ofrecer 1/4 de taza o lo que el bebé

SEGUNDA ETAPA				
EDAD	ALIMENTO	PREPARACIÓN	FORMA DE DARLO	CANTIDAD Y FRECUENCIA
			LACTANCIA MATERNA	
	Además de lo que ya consume, agregar LEGUMINOSAS (frijol, haba, garbanzo, lenteja, alubia).		<ul style="list-style-type: none"> Bien cocidos, molidos y colados. 	<ul style="list-style-type: none"> * Hacer puré, picados finos, alimentos machacados. * A libre demanda (lo que el bebé pida). * 1 vez al día.
	<ul style="list-style-type: none"> • Procurar dar alimentos naturales y evitar alimentos industrializados. 			

TERCERA ETAPA				
EDAD	ALIMENTO	PREPARACIÓN	FORMA DE DARLO	CANTIDAD Y FRECUENCIA
			LACTANCIA MATERNA	
	Incorporar DERIVADOS DE LECHE (queso panela, carnasa, fresco o requesón, yogur y otros)		<ul style="list-style-type: none"> * Frescos, sin muchos días de almacenamiento, revisar fecha de caducidad * Bien cocidos. 	<ul style="list-style-type: none"> Picados, finos trocitos, permitir que el niño los manipule. 3 a 4 veces al día.
	HUEVO PESCADO			
	<ul style="list-style-type: none"> * Se deben introducir si no existen antecedentes familiares de alergia al alimento; si es así, introducirlos después de los 12 meses de edad. 			

CUARTA ETAPA

EDAD	ALIMENTO	PREPARACIÓN	FORMA DE DARLO	CANTIDAD Y FRECUENCIA
LACTANCIA MATERNA				
Más de 12 meses	Incorporar: CÍTRICOS Naranja, piña, mandarina, toronja, lima, limón, durazno, sandía	Bien lavados, sin cáscara, jugo, pedazos de gajo.	* Diluir jugo en agua helada (mitad de agua y mitad de jugo). Ofrecerle en vaso. * Gajos en pedacitos sin semillas.	* Diluir jugo en agua helada (mitad de agua y mitad de jugo). Ofrecerle en vaso. * 4 o 5 veces al día.

Toma en cuenta que...

- ✓ La alimentación complementaria es fundamental en el neurodesarrollo. Una adecuada alimentación complementaria contempla un inicio a la edad de 6 meses, pues su práctica antes de esa edad representa riesgos para el niño dada su madurez biológica en diferentes sistemas como:
 - Neuromuscular, donde la coordinación entre los movimientos de masticar y digerir es inadecuada.

- Digestivo, donde no hay capacidad completa para absorber proteínas, grasas y carbohidratos.
- Renal, donde no hay tolerancia a ciertos compuestos de los alimentos y, por lo tanto, no se tiene la capacidad de desecharlos.

- ✓ Se recomienda introducir solo un alimento nuevo a la vez, por dos o tres días, con el propósito de valorar su tolerancia y descartar alergia al mismo.

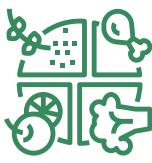
Fuentes de consulta:

Rodríguez Filio, F. Axiel (2018), "Nutrición y el impacto en el neurodesarrollo de los niños." Ponencia presentada en el Taller de Nivelación de figuras educativas de Educación Inicial. Del 28 de mayo al 1º de junio de 2018. Oaxtepec, Morelos.

Fichas para conocer con las familias

2. Salud, alimentación y nutrición

El Destete



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan acerca del proceso del destete.

Sabías que...

El destete se define como la suspensión de la alimentación con leche materna. El término literalmente significa “quitar la teta” y se refiere a la sustitución de la leche materna por otros alimentos. Se recomienda que el proceso sea gradual. Por destete se entiende el paso a la integración progresiva de la dieta usual de la familia.

Cuando se realiza la introducción de alimentos diferentes de la leche materna, deben considerarse los alimentos consumidos en el hogar, la facilidad de disposición y las condiciones ambientales para prepararlos. Si existe alguna desventaja relacionada con estas condiciones, es preferible retardar la al-

imentación complementaria hasta que sea absolutamente necesaria por razones de nutrición.

El destete representa una etapa clave en el crecimiento y desarrollo del niño por su repercusión nutricional, psicológica y social. No sólo es un período fundamental para el niño, sino también para la madre. En la decisión del destete **intervienen factores biológicos, socioculturales y psicológicos**.

Para empezar el destete es conveniente **reemplazar una de las tomas cotidianas**, escogiendo la hora que represente menor dificultad. En general, será una de las del día y no la previa al sueño de la noche. Si el niño lo acepta puede sustituirse la tetada por una alimentación con sólidos y la toma de líquidos

en taza. Si durante varios días se elimina una sola toma, la madre no resiente las molestias del llenado excesivo de los pechos y el niño no sufre cambios bruscos en su rutina de alimentación.

Cuando esta toma ha sido reemplazada adecuadamente, puede suspenderse otra, siguiendo los mismos pasos. De este modo, seguirán progresivamente todas las tetadas.

Toma en cuenta que...

- ✓ En cada familia y comunidad existen ideas acerca del destete, y tienen diversos “métodos” o maneras de llevar a las niñas y los niños a ello, sin embargo, algunos pueden resultar agresivos, violentos e incluso pueden llegar a lastimar a los niños.
- ✓ Es importante considerar el respeto a la integridad de las niñas y los niños, ante cualquier acción que los padres o cuidadores implementen con ellos.

Fuentes de consulta:

Rodríguez Filió, F. Axiel (2018), “Nutrición y el impacto en el neurodesarrollo de los niños”. Ponencia presentada en el Taller de Nivelación de figuras educativas de Educación Inicial. Del 28 de mayo al 1º de junio de 2018. Oaxtepec, Morelos.

Hábitos de higiene



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Reconozcan y valoren la importancia de fomentar hábitos de aseo en las niñas y los niños pequeños.

Sabías que...

Durante los primeros años de vida, las niñas y los niños desarrollan su personalidad, adquieren nuevas capacidades, habilidades y desarrollan hábitos. En casa es donde las niñas y los niños aprenden los hábitos de higiene básicos.

Adquirir un hábito requiere de un proceso continuo y gradual de aprendizaje; se necesita de un ambiente confiable, tranquilo, adaptado, donde las niñas y los niños se sientan motivados.

La primera infancia es el momento ideal para que los niños adquieran una serie de hábitos saludables que les serán importantes para el resto de su vida. Cuando nos hacemos mayores, estos hábitos que vamos aprendiendo son más difíciles de cambiar.

En la adquisición de hábitos juega un papel fundamental la familia: las niñas y los niños repiten aquello que ven, por eso es importante que los adultos también practiquen dichos hábitos y les expliquen a los niños la importancia de éstos para su salud.

Algunos de los hábitos saludables en las niñas y los niños son: cepillado de dientes, baño diario, lavado de manos, alimentación variada y saludable y la hora de dormir a una hora establecida (el sueño).



Toma en cuenta que...

- ✓ Los hábitos de salud e higiene previenen la aparición de enfermedades.
- ✓ Enseñar a los niños buenos hábitos de higiene bucal a una edad temprana, puede traducirse en menos problemas bucales para toda la vida.
- ✓ Los niños pueden tener una vida sana si desarrollan hábitos de higiene personal.
- ✓ El cuidado y aseo del cuerpo, especialmente de las manos, son hábitos que los niños requieren desarrollar para vivir saludablemente.
- ✓ El baño diario de las niñas y los niños evita la transmisión de virus y gérmenes.
- ✓ Dormir un número determinado de horas es esencial para la salud y el desarrollo de niñas y niños.

Fuentes de consulta:

- National Sleep Foundation. (s. f.) Los niños y el sueño. Consultado el 13 de mayo de 2020. <https://www.sleepfoundation.org/articles/los-ninos-y-el-sueno>
- Organización Mundial de la Salud. (2003, 1 de abril). Ambientes *saludables* para los niños. Consultado el 12 de mayo de 2020. <https://www.who.int/features/2003/04/es/>
- Organización Panamericana de la Salud. (2011). Hábitos de higiene personal y del medio. Consultado el 12 de mayo de 2020. <http://www.bvsdepaho.org/bvsdeescuelas/full-text/entornosdocente/unidad6.pdf>

Existen videos como el siguiente que pueden apoyar estos contenidos: El Duende Peste <https://youtu.be/lmLzxUC1v8s>

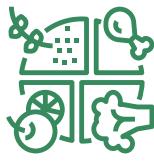
• American Dental Association. (s. f.). *Cuidado de los dientes de su hijo*. Consultado el 12 de mayo de 2020. <https://www.mouthhealthy.org/es-MX/babies-and-kids>

• Servicios Psicológicos Integrales de México. (s. f.). *La importancia de promover hábitos saludables en las niñas y los niños*. Consultado el 13 de mayo de 2020. <https://sepimex.wordpress.com/2016/08/23/la-importancia-de-promover-habitos-saludables-en-las-ninas-y-los-ninos/>

Fichas para conocer con las familias

2. Salud, alimentación y nutrición

Hábitos de aseo. El baño



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan la importancia de que las niñas y los niños se bañen todos los días e identifiquen algunas recomendaciones.

Sabías que...

Para conservar la buena salud de los niños, es necesario desarrollar, desde edad temprana, buenos hábitos de higiene personal. El baño diario es uno de los más importantes ya que ayuda a eliminar gérmenes y bacterias.

También es una forma de contribuir a la autonomía del niño, si se le permite que vaya practicándolo solo. A partir de los tres años de edad, el pequeño querrá lavarse por él mismo la panza, los brazos o las piernas; deja que lo haga con una esponja. Sin embargo, las zonas más delicadas del cuerpo debes limpiarlas tú.

Desde bebés, el momento del baño se convierte en una oportunidad de juego y diversión, por ello es importante que les permitan tener diferentes objetos

(muñecos, libros de plástico, entre otros), para que jueguen durante el baño.

Si bien no es indispensable que el baño siempre sea a la misma hora, se sugiere establecer un horario aproximado para que las niñas y los niños lo identifiquen. Una hora recomendable es por la noche, poco antes del momento de dormir, ya que el baño es relajante y contribuye a un sueño más placentero.

En los primeros meses es preferible bañar al bebé en una bañera con poca agua tibia. Debes comprobar la temperatura del agua antes de bañar a la niña o el niño para evitar quemaduras. La niña o el niño menor de un año deberá bañarse de preferencia en una pequeña tina o palangana de plástico.

Algunas prácticas del cuidado del bebé durante el baño son las siguientes:

- Envolverlo en una toalla para lavarle primero la cabeza y después colocarlo en la bañera para asear su cuerpo.
- Si colocas al niño dentro de la bañera, debe permanecer sentado con la ayuda de un adulto.
- No debes dejar sólo al bebé en el agua.

Toma en cuenta que...

- ✓ El baño es un momento de convivencia. Platica con tu hija o hijo mientras lo bañas, explícale lo que estás haciendo, cántale, etcétera.
- ✓ Es mejor evitar el baño justo antes o después de la comida. Si el pequeño tiene mucha hambre, se negará a cooperar y llorará inconsolablemente. Por el contrario, si se le asea inmediatamente después de haber tomado su alimento, se le podría provocar vómito al manipular su estómago lleno.¹⁴

Fuentes de consulta:

Consejo Nacional de Fomento Educativo. (s. f.) *Higiene. Conafecto.* Consultado el 13 de mayo de 2020. <https://conafecto.conafe.gob.mx/los-expertos-opinan/alimentacion/pdf/higiene.pdf>.

Asociación Española de Pediatría. (s. f.). *Baño en los niños.* Consultado el 14 de mayo de 2020. <https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/bano-en-ninos>.

Marciel, M.(2016, 22 de febrero). *¿Cada cuánto se baña a los niños? Consejos de higiene infantil.* Consultado el 13 de mayo de 2020. <https://www.guiainfantil.com/articulos/bebes/higiene/cada-cuanto-se-bana-a-los-ninos-consejos-de-higiene-infantil/>

Fundación Carlos Slim. Educación Inicial. (s. f.). *La hora del baño.* Consultado el 11 de mayo de 2020. <https://educacioninicial.mx/infografias/la-hora-del-bano/>.

Fundación Carlos Slim. Educación Inicial. (s. f.). *La hora del baño, momentos para compartir.* Consultado el 12 de mayo de 2020. <https://educacioninicial.mx/infografias/la-hora-del-bano-momentos-para-compartir/>.

Consejo Nacional de Fomento Educativo. (s. f.). *El baño del bebé.* Consultado el 12 de mayo de 2020. <https://conafecto.conafe.gob.mx/recursos/audios/index.html>.

Embarazo & Bebés.(s. f.). *¿Cómo bañar al bebé?* . YOUTUBE. https://youtu.be/aD0_htbYSLc
Existen recursos como los siguientes que pueden apoyar estos contenidos:

El baño del bebé

<https://conafecto.conafe.gob.mx/recursos/audios/index.html>

¿Cómo bañar al bebé?

https://youtu.be/aD0_htbYSLc

¹⁴ <https://conafecto.conafe.gob.mx/los-expertos-opinan/alimentacion/pdf/higiene.pdf>

Al encuentro con la lectura



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan el valor de la comunicación en la vida cotidiana del bebé y el niño pequeño.

Sabías que...

A partir del nacimiento, el bebé, con todos sus sentidos, está listo para recorrer un camino extraordinario de aprendizajes. Sensible al sonido, a los gestos, las miradas, los contactos corporales, poco a poco se “convertirá en un refinado lector de las expresiones del rostro y de los movimientos del cuerpo, mínicas que, cuando se juntan con palabras, serán desde muy pronto para él señales variadas y precisas en su universo cotidiano” (Bonnafé, 2016, p.76). Estas primeras lecturas construyen los cimientos de la seguridad y cariño que los bebés necesitan, pues son señales que están acompañadas del afecto de un adulto. También lo ayudarán a dar significado a los múltiples estímulos que lo rodean. El bebé aprenderá a diferenciar, poco a poco, los sonidos,

palabras, tonalidad, intencionalidad de su lenguaje materna. Esa capacidad para diferenciar es una de las herramientas básicas para la construcción del pensamiento.

De esa interpretación de significados y signos, surgirá después el lenguaje, de ahí la importancia de estimular y enriquecer el mundo sonoro de los bebés, al establecer con ellas y ellos interacciones afectivas al hablarles, cantarles, leerles, platicarles el día a día, realizar juegos de manos; etcétera.

Lo anterior alimenta la función expresiva del lenguaje, ya que las niñas y los niños leen ritmos, movimientos corporales y gestos que comparten emociones. Más enriquecedor y diverso será el mundo sonoro del bebé si se le expone a distintos sonidos, distintas



lenguas. Por lo tanto, si se habla alguna lengua diferente al español en la comunidad, es importante fomentar su uso.

El desarrollo del lenguaje del bebé depende de la comunicación que se establezca entre él y los adultos cercanos, que le muestran el mundo cuando le cantan un arrullo o le cuentan una historia, cuando juegan a repetir una rima relacionando las palabras con los movimientos del cuerpo o cuando leen juntas las ilustraciones de un libro o revista.

“La conversación común del día a día y el relato, a través de nanas, leyendas, cuentos, juegos de palabras, son dos formas del lenguaje oral esenciales para que los niños construyan su propio lenguaje y comiencen a interpretar lo que escuchan, lo que ven a su alrededor y las historias que ofrecen los libros”. (CONAFE, 2011, p 11).

Toma en cuenta que...

- ✓ Cuando a los bebés les cantamos, hablamos, narramos y contamos historias, les ofrecemos información sobre el mundo y ayudamos a que construyan el suyo.
- ✓ Como adultos, contribuimos a que los bebés aprendan a comunicarse a través de sonidos, movimientos y gestos. A partir de esta comunicación se crea un vínculo emocional entre el bebé y el adulto.

Fuentes de consulta:

Bonafé, M. (2016). *Los libros eso es bueno para los bebés*. Océano explorés. México.

Conafe. (2011). *Disfrutar y construir el mundo a través de la lectura*. México

Leer en la Primera Infancia



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Incorporen y promuevan la lectura en sus hijos desde antes del nacimiento, a través de los libros con y sin páginas.

Sabías que...

Todas las niñas y los niños, desde el momento en el que nacen, pueden leer. Claro, no nos referimos al reconocimiento de las letras y frases (alfabetización), sino a la capacidad de leer, con todos los sentidos, el mundo para comprenderlo y formar parte de él.

Si los adultos facilitamos esas primeras lecturas, acercándoles las palabras y el sonido al cantarles, narrarles historias, arrullarlos, dándoles a oler diferentes cosas y a probar alimentos nuevos, enseñándoles a observar y recoñocer diferentes texturas, todo esto les ayudará a ir explorando el mundo, a interpretarlo y construir su identidad al relacionarse con personas y objetos.

Así, el acto de leer, en la primera infancia, comienza como una actividad compartida, en la que necesariamente se necesitan dos: el que lee y el que escucha. Pero uno no escucha de manera inmóvil, pasiva, aunque aparentemente no esté pasando nada. El que escucha se siente acompañado, interpreta, relaciona sonidos y signos, miradas y gestos; imagina, imita al balbucear o emitir sus primeras palabras, en resumen, se construye el lenguaje y el pensamiento. Leer, como escuchar, resultan actividades que generan gozo y sensaciones, al permitir la expresión y la exploración de otras formas de comunicación, al generar aprendizajes, en todos los que la practican, niños y adultos.

La familia y los adultos juegan un papel importante y deben estar dispuestos para el encuentro, el juego y la fantasía. Para compartir no hace falta más que amor, afecto y palabras.

Palabras las tenemos todos, todos somos narradores de nuestras historias; hemos contado alguna vez una anécdota que nos emociona, o recordamos la leyenda o cuento que alguien, en nuestra infancia, nos contó y aún nos genera emoción.

A través de nuestras experiencias, hemos atesorado una canción que nos gusta, que bailamos y cantamos solos o acompañados; recordamos un cuento de nuestra infancia, el pequeño verso de la abuela o de los músicos de la comunidad, las lenguas tradicionales, un juego de manos, un trabajo en lenguas, una rima que inventamos, una historia real o fantástica.

A estas manifestaciones del lenguaje oral, Yolanda Reyes las denomina “libros sin páginas”, y son la primera biblioteca del bebé: no cuesta y se puede agrandar tanto como la imaginación y la creatividad lo permitan.

Acompañando a los “libros sin páginas”, están también los libros que contienen poderosas ilustraciones que nos hacen mirarlos una y otra vez, y dan cuerda suelta a la imaginación para inventar historias, así como aquellos que incorporan historias escritas. Para Yolanda Reyes estos son: “libros con páginas”.

Todos en su conjunto, con y sin páginas, son esenciales en la vida de cualquier ser humano, pero más aún en los primeros años de vida, pues recordemos que es la etapa en donde se sientan las bases del desarrollo y se ponen en juego las capacidades de comunicarse, escuchar, hablar e ingresar al lenguaje escrito.

Toma en cuenta que...

✓ La lengua, ya sea hablada o escrita, es el lugar de encuentro con historias y voces de otros (de los que ya se han ido, de los que viven muy lejos, de los que hoy están con nosotros, entre otros). Es importante compartirlas en su lengua materna, sin traducción al español, para Enriquecer no solo el mundo sonoro del niño, sino también para mostrar la riqueza y diversidad de la comunicación humana.

Fuentes de consulta:

Reyes, Y. (2018). *La poética de la infancia*. Amanquemecán. México.

Fichas para conocer con las familias

3. Educación y recreación

Leer en voz alta



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Tomen en cuenta algunas recomendaciones para que la lectura sea un momento de gozo y aprendizaje.

Sabías que...

La lectura en voz alta, a primera vista puede ser una actividad simple, sin mayor dificultad, y utilizada para “entretenér” a los niños, sin embargo, debemos tener en cuenta que es una actividad con la cual se favorece el desarrollo del habla, del lenguaje, del pensamiento, la imaginación y el descubrimiento del mundo tanto exterior como interior.

Además, es una actividad que se desarrolla en conjunto, por lo tanto, puede convertirse en un buen momento para fortalecer el vínculo afectivo entre adulto y el niño. También puede ser la ocasión propicia para fomentar el juego, la reflexión y el disfrute visual de las ilustraciones.

El papel del adulto resulta muy importante, pues, además de ser el primer “libro-rostro” que lee el bebé (miradas, voz, entre otros), es mediador, es decir, el que ayuda a comprender que existen diversas formas de mirar y que existe tanto el mundo real (objetos, personas, situaciones) como el mundo imaginario (personajes y mundos fantásticos). De esta manera, la niña o el niño va desarrollando tanto un pensamiento lógico como un pensamiento narrativo literario. Es en este último en donde los sentimientos y emociones tienen lugar.

Al desarrollarse en un ambiente tranquilo y afectivo, las niñas y los niños vincularán esa emoción con la lectura, lo cual fomentará su interés por la misma.

Para formar lectores, no basta con poner libros cerca de los niños. Se requiere que los adultos estén dispuestos a leerles, a compartir y socializar lo que piensan y sienten con lo que leen. Al principio, necesitamos que alguien nos muestre y acompañe en el camino.

Es por lo anterior que, al leer en voz alta, debemos tener en cuenta lo siguiente:

- Leer previamente el libro para conocer la historia, revisar las oraciones y sus pausas. Practicar nuestras voces y entonaciones.
- Asegurarnos de que las imágenes son lo suficientemente grandes para que todos los niños las vean.
- Preparar el espacio: poner algún tapete donde se sienten los niños o se puedan hacer algunos cojines con retazos de tela para que los niños se sientan más cómodos. De vez en cuando, crear atmósferas distintas, al cambiar la disposición del tapete o cojín, del lector y los oyentes; incorporar elementos que se relacionen con la historia del libro (dibujos, luces, objetos, entre otros).
- Antes de iniciar la lectura, muestra la portada y lee el título del libro. Algunas veces, para no ir directo a la lectura, puedes iniciar con las siguientes preguntas: ¿De qué se tratará? ¿Por qué el libro se llama de esa manera? ¿Cómo sabemos eso?
- Lee con emoción, cambia los tonos de voces. También, algunas veces, para volver a llamar

la atención de los niños y fomentar su reflexión, puedes realizar preguntas como ¿qué pasará?, ¿por qué ocurrió aquello?, además de identificar en la historia aspectos de la vida misma: “Aquí también pasa eso”.

- Invita a los niños a que reflexionen sobre las emociones de los personajes: ¿Qué siente el personaje? ¿Por qué creen que se sienta así? ¿Cómo se sentirían en su lugar? Son algunas de las preguntas que se pueden realizar.
- Al finalizar, puedes preguntar: ¿Qué fue lo que más les gustó, lo que no les gustó? Da tiempo para que las niñas y los niños opinen, para que fluyan los pensamientos y reflexiones. La intención no es verificar si los niños recuerdan la historia o si la entendieron o no. Lo que se busca es el diálogo y compartir el momento.
- Puedes invitar a que las niñas y los niños realicen un dibujo o un movimiento, incluso una canción sobre lo que la historia del libro les hizo sentir. Esto las y los ayudará a trasmisir sus emociones y/o percepciones a través de otro lenguaje (dibujo, pintura, danza, música).

Toma en cuenta que...

- ✓ Para evitar rechazo a la lectura de libros, debemos incorporar estos en los espacios de juego cotidiano, dar tiempo para las preguntas e inquietudes de los niños, no leer de manera monótona o aburrida y estar dispuestos a leer varias veces el mismo libro.
- ✓ La intención de la lectura es el disfrute y sentirse acompañado por el adulto, principalmente en estos primeros años.

Fuentes de consulta:

Plan Nacional de Lectura. (2009). *Mundos Posibles. Libros para leer en voz alta*. Buenos Aires.

Fichas para conocer con las familias

3. Educación y recreación

Autorregulación y autonomía



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Amplíen sus ideas para identificar la importancia del proceso de autorregulación, desde los primeros días de vida de las niñas y los niños.

Sabías que...

En los primeros años, la regulación personal (cognitiva y emocional) se da por las relaciones con los adultos. Los niños pequeños necesitan ayuda con la regulación, por lo cual la tarea de los adultos consiste en establecer acciones de regulación con ellos para luego apoyarlos en la autorregulación, en aspectos cotidianos como dormir, caminar y tranquilizarse. Los bebés y las niñas y niños pequeños aprenden de manera positiva y comienzan a tener sentido del mundo a través de las relaciones con estos adultos y con otros niños; a través del juego y por su participación en las rutinas diarias.

Los niños, desde muy pequeños, empiezan a participar en rutinas de cuidado personal, tales como vestirse, alimentarse y usar el baño.

Las rutinas diarias, como la hora de comer, el baño, el cambio de pañal, entre otras, son situaciones importantes para favorecer la interacción entre niños y adultos.

Por esto, las rutinas son consideradas como oportunidades valiosas para estar con las niñas y los niños y fortalecer el vínculo afectivo.

Los adultos deben tomarse el tiempo para hablar, sonreír, jugar, y responder a las necesidades de cada niña y niño: esto les hace sentir importantes y se puede hacer durante las actividades de la rutina.

Las rutinas dan seguridad a las niñas y los niños, y esto se logra cuando identifican la actividad que sigue a lo que están haciendo ahora.

Las rutinas y horarios deben organizarse de acuerdo con las necesidades de las niñas y los niños y no a las conveniencias de los adultos. Nunca debe pasar esto.

La rutina nocturna es especialmente importante porque tiene que ser la señal para los niños de que la noche ha llegado y, con ella, el descanso. Entonces, hay que hacer una secuencia de actividades todas las noches para prepararse para dormir, por ejemplo: baño tibio, comida, cambio de pañales y ya dormir! Una vez que se esté listo, puede venir la canción de cuna, el mimo de buenas noches, la lectura de un libro y luego, el sueño.

Fuentes de consulta:

UNICEF (2011). ¿Mucho, poquito o nada? Guía sobre pautas de crianza para niños y niñas de 0 a 5 años de edad. Unicef. Uruguay.

Toma en cuenta que...

- ✓ Cuando la niña o el niño tiene un vínculo afectivo fuerte, acompañado de muestras de cariño, como hablar, abrazar y mirar, aprenderá poco a poco a regular por sí mismo sus emociones.
- ✓ En los primeros años, las niñas y los niños aprenden a dominarse y adquieran el autocontrol de su conducta en lo emocional y cognitivo, aspectos esenciales para funcionar de manera competente a lo largo de la vida.

Fichas para conocer con las familias

3. Educación y recreación



El arte en los primeros años

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan ideas y los argumentos de por qué es importante acercar el arte a las niñas y los niños, desde los primeros días de vida.

Sabías que...

Acercar el arte a las niñas y los niños, desde los primeros años, quiere decir acercarlos a su realidad, conocer su pasado y el presente de su familia, de la comunidad y de la naturaleza, ya que su vida diaria está llena de arte.

Escuchar canciones, un arrullo, un poema, una narración de los abuelos, ver un amanecer, leer un libro, observar un paisaje, asistir a la fiesta de la iglesia de la comunidad; todo ello las y los acerca al arte.

A veces, el arte es todo aquello que representa algo para los niños, como un objeto o un dibujo que los identifica. También puede representar ideas que no se expresan de forma oral y representar por medio de otros lenguajes, por ejemplo: expresar los sentimientos a través de los dibujos o las pinturas.

El arte tiene una tarea importante para el pensamiento, ya que permite crear, expresarse y comunicarse.

El arte en la Educación Inicial es un elemento lúdico, un símbolo y una fiesta, y no solo la manipulación de materiales específicos para modelar una figura, para pintar con determinado color una hoja de papel o para hacer un dibujo libre a fin de entretener a las niñas y los niños.

Pensar al arte desde un punto de vista lúdico está centrado en acciones que invitan a crear y a experimentar con el movimiento o la libertad de desplazarse y elegir algo que parezca extraordinario. Por ejemplo, para las niñas y los niños es emocionante imitar algunos animales, moverse como ellos, hacer sus sonidos; improvisar para crear una canción o

contemplar una obra pictórica donde, además de identificar las figuras trazadas, pueden dar su propia interpretación de lo que expresa el autor, o bien, construir con colores sin que esté determinada alguna figura en particular.

Por otro lado, cuando identificamos las fiestas de la comunidad como arte, estamos hablando de una actividad en donde todos participan, incluidas las niñas y los niños. Se realizan por el gusto de hacerlas y no porque se impongan, se celebra lo que se hace, con la cooperación de todos, de manera individual o colectiva. Cuando los pequeños, de dos o tres años, se sorprenden y comentan con los demás acerca de lo que les interesó en la fiesta o comparten con los adultos alguna fiesta importante en la cultura, eso es arte.

Fuentes de consulta:

Gadamer, Hans-Georg, (1998), “*El arte como juego, símbolo y fiesta*”, en La actualidad de lo bello. Barcelona, Paidós.

Toma en cuenta que...

- ✓ Todo niño guarda un potencial artístico porque es capaz de convertir cualquier objeto en un juguete.
- ✓ Con frecuencia se piensa que las niñas y los niños pequeños no entienden el arte, porque los adultos lo consideramos algo muy complicado.
- ✓ No existen los dibujos feos o malos, todas las expresiones gráficas de las niñas y los niños son valiosas.

La importancia del juego en los primeros años



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan algunas ideas sobre el juego y su importancia para el desarrollo y el aprendizaje de las niñas y los niños.

Sabías que...

Para los bebés, las niñas y los niños pequeños, el juego es una parte esencial de su vida, les ayuda en su desarrollo personal y social, y les permite favorecer la autonomía, la seguridad en sí mismos, el comparñerismo, la tolerancia, la escucha y los vínculos afectivos para crecer y adaptarse en el mundo.

El juego también funciona como una herramienta de la mente que permite a las niñas y los niños organizar y regular su conducta desde que nacen.

Es muy interesante observar cómo juegan los bebés y las niñas y niños más pequeños: con su cuerpo, a esconder y descubrir su rostro, a jalar objetos, ríen cada vez que sienten un objeto suave o cosquillas, hablan con sus juguetes favoritos o, en ocasiones,

se duermen con alguno de ellos, andan de un lado a otro con una cobija o con un osito, sin alejarse de él ni descuidarlo. Estos objetos le permiten al niño tener un apoyo emocional para su desarrollo social posterior.

Es muy importante permitirles que manipulen los juguetes (siempre que sean seguros), los sientan, los chupen, los muerden y disfruten de ellos, ya que eso los hará sentirse seguros para integrarse poco a poco a la sociedad.

Conforme van creciendo, las niñas y los niños experimentan acciones cada vez más diversas, su deseo de vivirlas los motiva a explorar, así el juego se vuelve cada vez más complejo, ya no es solo el adulto quien propone qué hacer, sino que el mismo niño elige a

qué jugar o con quién hacerlo. En este caso, el adulto tiene que estar disponible para el niño y adaptarse a sus ideas.

Es muy común observar, durante el juego, que algunas pequeñas y pequeños prefieren construir un espacio para estar con ellos mismos, conversan solos, con amigos imaginarios o con los juguetes. Por este motivo, se debe respetar esos momentos de individualidad.

Cuando el adulto les permite jugar así, en tiempos y lugares diferentes, las niñas y los niños entran en un espacio imaginario que, por momentos, les ayuda a desprenderse de sus preocupaciones. Así viven experiencias de crear y recrear la realidad, desde su propia fantasía y libertad.

Cuando las niñas y los niños son más grandes, se relacionan con otros adultos y comienzan a realizar juegos en grupo, se organizan, definen sus propios papeles, expresan emociones y juegan roles que les permitirán comprometerse en situaciones más cooperativas para aprender a autorregular sus emociones.

- ✓ A través del juego creativo, las niñas y los niños experimentan el sonido, la comunicación y el movimiento.
- ✓ Hay que proporcionar a los bebés y niños una amplia gama de juegos en la que, ya sea solas(os) o con otras(os) niñas(os), puedan tener experiencias de exploración, construcción y simulación.

Fuentes de consulta:

SEP (2018), *Educación Inicial. Guía para madres y padres de familia. El arte y el juego acompañantes para una crianza amorosa*. México.

The LEGO Foundation, (2019), *Nuestra definición de: Crianza lúdica en la primera infancia*. Dínamarca.

Toma en cuenta que...

- ✓ Las experiencias de juego que viven las niñas y los niños dependen de lo que tú les pongas a su alcance: juguetes, materiales desestructurados, libros, la música y los espacios que les permiten tener experiencias con la naturaleza.

Fichas para conocer con las familias

3. Educación y recreación



La música en los primeros años

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Identifiquen lo fundamental que es la música para las niñas y los niños desde los primeros días de vida.

Sabías que...

La música forma parte de la vida cotidiana de niñas, niños y adultos: con frecuencia se canta y se juega con ella, se hace música o se escucha música grabada. Es muy común cantar arrullos a los bebés antes de dormir, cuando se juega con sus manos, hacer obras de títeres con o para los niños, donde la música tiene un papel fundamental. Para los niños pequeños, escuchar música es indispensable porque les permite distinguir sonidos o diferenciar voces.

Los adultos pueden generar experiencias para que los bebés disfruten de la música, donde, además de escuchar, jueguen con diversos instrumentos que tengan a su alcance o fabriquen otros con objetos de la naturaleza para producir sonidos. También es importante que dialoguen y comparten experien-

cias y diversos estilos de música y que hagan música con su propio cuerpo o con los objetos.

Si, desde los primeros meses de vida, se permite a las niñas y los niños escuchar música, explorar sonidos de voces, objetos o instrumentos musicales y distinguir entre ruido y silencio, todo ello servirá de estímulo para su construcción mental. Esto hará posible que, más adelante, discriminen palabras y tonalidades, así como sentar las bases de las operaciones lógicas para las matemáticas, la lectura y la escritura.

Con la música y con voces, los pequeños se mueven de acuerdo con el ritmo, se expresan corporalmente, se entusiasman y se encuentran con el arte y el desplazamiento.

La canción y la música son un recurso importantísimo para establecer el vínculo afectivo del adulto con el bebé; por ello, cuando los padres, madres y cuidadores acompañan, con su propia voz, las acciones demandantes de los bebés o, cuando les cantan o comparten con ellos melodías, se establece este vínculo.

El repertorio musical en el que se encuentra inmerso el niño desde los primeros meses es muy amplio: abarca desde el latido del corazón hasta la voz de la persona encargada de su crianza, las canciones de cuna, las rimas, las poesías y los susurros. Todo esto le permite sensibilizar su audición.

Los bebés, las niñas y los niños pequeños pueden producir su propia música, con sus balbuceos, con los elementos que se encuentran en su entorno, al utilizar diversos objetos, como botones o botellas limpias y otros materiales, para producir diferentes sonidos.

Toma en cuenta que...

- ✓ La voz de la madre, los arrullos, los cantos y algunas rimas son melodías rítmicas que fortalecen el vínculo afectivo con las niñas y los niños.
- ✓ Es muy importante introducir a las niñas y los niños en el mundo de la música, aprender canciones con ellos. Se pueden compartir canciones de animales, canciones de cuna para la hora de jugar o dormir a sus muñecos, canciones de piratas, canciones de fiestas tradicionales de la región o de otros ritmos y melodías.

Fuentes de consulta:

SEP (2018). *Educación Inicial. Guía para madres y padres de familia. El arte y el juego acompañantes para una crianza amorosa*. México

Fichas para conocer con las familias

5. Embarazadas



La gestación del bebé, paso a paso

¿Qué queremos? Madres, padres y cuidadores...

Conozcan el desarrollo del bebé durante el embarazo.

Sabías que...

El embarazo tiene una duración de 40 semanas, lo que es equivalente a 280 días. Durante este periodo, por algunos momentos pareciera que el producto crece y se desarrolla muy lento y, por otros, de manera acelerada. Durante los dos primeros meses u ocho primeras semanas, el producto se llama embrión y, cuando ya tiene rasgos humanos, a partir de los dos meses, se le considera un feto.

En el lugar del útero, donde se implante el óvulo fecundado, se desarrollará la placenta. De esta, saldrá una especie de manguera, que es el cordón umbilical, el cual mide de 50 cm a un metro de longitud. Su función es comunicar la placenta con el feto.



La placenta es un filtro que evita el paso de sustancias peligrosas. Su función es permitir que el feto se alimente y respire, así como la liberación de desechos.



El bebé está dentro de una bolsa que lo protege, la cual, en algunos lugares es conocida como la “bolsa de aguas”. Dentro de esta bolsa, el bebé se encuentra rodeado por un líquido tibio conocido como líquido amniótico, donde flota el embrión o feto.

El embrión crece muy rápido. A los 23 días de la fecundación, mide 3 milímetros y ya se ha formado lo que será su cerebro.

A los 40 días, el embrión ya tiene forma humana y un largo de 13 milímetros.

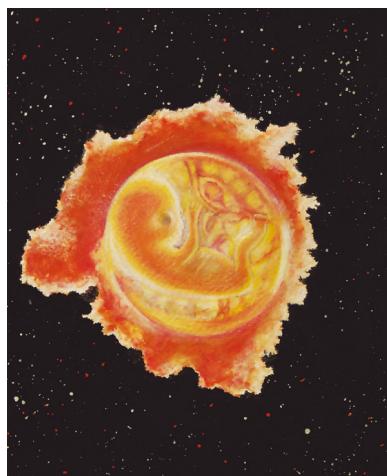
A los dos meses, están esbozados todos sus órganos. Para entonces mide 3 centímetros.

A los ocho meses, una grasa recubre su cuerpo para que pueda resbalarse durante el parto. Se empieza a poner más gordito.

A los nueve meses, está listo para nacer. Ahora puede medir más de 38 centímetros y pesa entre 2.75 y 3.5 kilos.

Mientras crece, sus sentidos también se desarrollan, como puede verse en la siguiente tabla:

Tercer mes	Responde a los cambios de posición de la madre (movimiento)
Cuarto mes	Los ojos son sensibles a la luz (vista) Puede escuchar un ruido fuerte (óido)
Quinto mes	Responde al tacto Tiene mucha sensibilidad en la piel (tacto) Puede diferenciar sonidos (oído) Se duerme y despierta Ya tenía gusto y vista
Sexto mes	Es un ser humano en miniatura (falta el olfato) Ya sueña
Séptimo mes	Puede mostrar incomodidad (tacto) Tiene preferencias musicales Reacciona ante las caricias al vientre



A los tres meses, es un feto: ya están desarrollados los órganos y listos para crecer. Su talla oscila entre los 6 y 7 centímetros.

A los seis meses, la cara se afina. Pesa un kilo y puede medir entre 25 y 30 centímetros.

Ilustraciones: María Vázquez

Toma en cuenta que...

- ✓ La placenta protege y alimenta al bebé. Por el cordón umbilical pasa alimento y oxígeno.
- ✓ El bebé es al principio tan pequeñito como la punta de un alfiler, pero a los nueve meses de gestación mide cerca de 38 o más centímetros.
- ✓ El bebé desde el útero siente el movimiento. Ya están presentes los sentidos del tacto, gusto, oído y vista. El olfato se presenta con el nacimiento.

Fuentes de consulta:

Conafe. (2012) Paso a paso. Guía para el desarrollo de Sesiones. (2. ed.) Conafe. Pp. 128-138.



La lactancia materna exclusiva

Se vincula con las fichas para conocer con las familias:

-Mitos y realidades de la lactancia materna

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan la importancia y los beneficios de amamantar al bebé con la leche materna.

Sabías que...

Al primer líquido de color amarillento que sale del pecho de la madre se le llama calostro; esta sustancia es muy rica en anticuerpos, es decir, proporciona al bebé defensas contra enfermedades. Después del calostro, el líquido que sale de los senos se va modificando, la sustancia se enriquece en lactosa y grasas, entonces da paso a la leche materna.

Lo ideal es iniciar esta práctica media hora después del parto.

La leche materna está compuesta por vitaminas, agua, lactosa, grasas, carbohidratos y proteínas, lo que facilita su digestión, contiene exactamente lo que el bebé necesita para su crecimiento y desarrollo, por lo que, durante los primeros seis meses de

vida, será su único alimento; sin que se le proporcione ningún otro líquido.

Es el alimento de mejor calidad, el más económico que existe, con la temperatura y en las cantidades que el bebé necesita y suele estar disponible a la hora que él la requiera. Es bueno para el bebé que su mamá lo amamente, pues así recibe alimento nutritivo y cariño al mismo tiempo.

Es muy recomendable darle pecho al recién nacido cada vez que lo pida. Poco a poco, se establecerá un horario.

Para que la mujer produzca más leche, es importante que beba suficiente agua y, por otra parte, que el bebé succione.

La leche materna es más que un alimento para el bebé. El acto de amamantar transmite amor. Al estar sujeto entre los brazos de su madre, el bebé siente el calor de la piel y eso lo hace sentirse seguro. Es el momento para acariciarlo, comunicarse con él y disfrutarlo. Justo en esos momentos se desarrolla un vínculo muy fuerte entre madre e hija o hijo.

Al哺乳, el bebé hace breves pausas. Esto no significa que esté cansado, sino que aprovecha para volverse a su madre y comunicarse con ella. Es una “pausa” muy valiosa para establecer un diálogo entre los dos. El bebé observa la cara de su madre cuando ella le está dando de comer. Si su mamá le corresponde al hablarle y mirarlo, esa imagen se le quedará grabada por siempre en la mente.

¡La leche materna reduce el riesgo de desnutrición en niñas y niños!

Toma en cuenta que...

- ✓ La lactancia materna juega un papel primordial en el desarrollo cognitivo, afectivo y físico de las niñas y los niños
- ✓ La leche materna aporta anticuerpos al bebé, al protegerlo de enfermedades.
- ✓ El momento de la lactancia es una buena oportunidad para fortalecer el vínculo afectivo entre madre e hija o hijo.

✓ Las mujeres que practican la lactancia materna tienen menos probabilidades de enfermarse de cáncer y de osteoporosis.

Fuentes de consulta:

CONACYT. (2016). La Lactancia Materna en México. (T. G. de Cosío Martínez, S. H. Cordero, Ed) Consultado el 17 de abril de 2020. https://www.anmm.org.mx/publicaciones/ultimas_publicaciones/LACTANCIA_MATERNA.pdf

Música y lectura durante el embarazo



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan la importancia de la música y la lectura para el desarrollo del bebé en gestación, especialmente para generar lazos de comunicación y afecto.

Sabías que...

Durante la gestación se establece un vínculo maravilloso con el bebé y, de alguna manera, es posible comunicarse con él, ya que es capaz de reconocer sonidos y voces. La primera voz que reconoce, por supuesto, es la de la madre y también reconoce el latido de su corazón. Aquí empieza el establecimiento de los vínculos afectivos entre ambos.

Si desde estos primeros meses, en los que el bebé se está formando, se brinda un cuidado atento, sensible y cariñoso, el bebé se desarrollará en las mejores condiciones. Gracias a estas experiencias, posteriormente el recién nacido podrá distinguir la voz materna de todas las otras voces que le rodean. Igualmente estará en condiciones de realizar discriminaciones

mentales que pongan en movimiento su actividad de pensamiento.

Existen dos elementos de los cuales las mamás podemos auxiliarnos para fortalecer esos vínculos:

a. La música

La primera experiencia en la música para el bebé es el latido del corazón de la madre. Cuando una mamá le canta al bebé durante el embarazo, esas canciones podrá utilizarlas después, al nacer, para tranquilizarlo. En las comunidades existen muchísimos arrullos y canciones para cantarles.

b. Los libros

El acercamiento a los libros es positivo para los bebés en gestación. Así podrán reconocer esos sonidos cuando ya nazcan. Cuando una mamá o un papá lean

a los bebés mientras estos se forman, contribuyen a la creación de sus primeros recuerdos sonoros. Existe una cantidad enorme de libros a elegir; lo importante es escoger aquellos cuya lectura se disfrute.

Cuando los adultos leen al bebé, se crea un vínculo afectivo fuerte, que se puede asociar a relaciones seguras y cariñosas con la lectura de cuentos, rimas y otras historias.

Los resultados de investigaciones recientes han concluido que los bebés, a quienes se les lee en voz alta desde el embarazo, se convierten en mejores lectores. (Thorndike, Robert 1973).

Pero, ¡advertencia! hay que tomar en cuenta que existen situaciones negativas que afectan el desarrollo del bebé. Por ejemplo, cuando las madres propician ideas negativas y de rechazo (emociones tóxicas), este puede ser el origen de la violencia.

Toma en cuenta que...

- ✓ El aprendizaje tiene lugar dentro del vientre, antes de que el bebé haya nacido. Aquí empieza el proceso de aprender a hablar.
- ✓ Dentro del vientre, los bebés juegan y son susceptibles a todos los estímulos que reciben a través de la madre. Estos pueden ser positivos, a través de la música y los libros, o implicar situaciones de estrés tóxico.

✓ La música de la voz materna calma y acompaña siempre al bebé

Fuentes de consulta:

Conafe (2016). Unidad de Aprendizaje Cantes y Arrullos, en *Unidades de Aprendizaje Autónomo. Educación Inicial*. México.

Los cambios en la mujer durante el embarazo



Se vincula con las fichas para conocer con las familias:
-Así vivo el embarazo.

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Conozcan los cambios que vive la mujer durante el embarazo.

Sabías que...

Con el embarazo, el cuerpo de la mujer vive una serie de cambios importantes, algunos más visibles que otros. En algunas mujeres pueden presentarse ligeros males-tares durante los primeros tres meses, como náuseas, falta de apetito, dolor abdominal, dolor en los pechos, sueño, entre otros.

El útero es uno de los órganos que tiene cambios más importantes: aumentará su tamaño y peso, pues ahí es donde crecerá y se desarrollará el bebé. Así, el estómago y los intestinos se irán adaptando al crecimiento del útero. Es probable que se presenten dificultades en la digestión y que esta se haga más lenta.

La alimentación cambiará debido a las náuseas y a la sensación de estar satisfecha. Sin embargo, esto suele resolverse después del primer trimestre.

Durante los primeros meses, la embarazada tendrá una sensación de cansancio y sueño, por lo que es importante que tome pequeñas siestas o haga pausas en sus actividades, a fin de recuperar energía.

Los pechos comenzarán a aumentar de tamaño, como si se hincharan, la areola y el pezón cambiarán de color, se irán poniendo oscuros. Es entonces cuando se empieza a producir una hormona llamada prolactina, la cual ayudará a generar la leche con la que se alimentará el bebé.

Algunas mujeres también presentan, durante el embarazo, una sensación y necesidad urgente por orinar, lo cual es natural por la gran cantidad de líquidos que está produciendo su cuerpo.

Conforme avanza el embarazo, la presión sanguínea aumenta, lo que genera la sensación de pesadez en algunas partes del cuerpo, comúnmente en las piernas, por lo que pueden presentarse varices. Otro órgano que se ve afectado por el aumento de la presión sanguínea es el corazón: comienza a latir más rápido de lo habitual.

El peso se va modificando, por lo que los movimientos se hacen más lentos y no se tiene la misma energía ni la agilidad, como antes del embarazo.

Como la piel se estira, podrán presentarse algunas estrías en abdomen, caderas y senos. Por ello, es importante que su piel se mantenga suficientemente hidratada.

Es importante mencionar que no todas las mujeres vienen estos cambios de la misma manera, por lo que podría considerarse que no todos los embarazos son iguales. Hay muchos factores que influyen en esto, por ejemplo: si la mujer es primera o si ya tuvo otros embarazos, así como su estado de salud y hasta su estado emocional.

Toma en cuenta que...

- ✓ El embarazo no es una enfermedad.
- ✓ Hay mujeres que viven en embarazo sin ningún malestar (náuseas, vómitos, mareos) y hay otras que sí. De ahí, se puede determinar que no todos los embarazos son iguales ni se viven de la misma manera.

✓ Es importante cuidar la salud y la alimentación para tener un embarazo en las mejores condiciones.

Fuentes de consulta:

Conafe.(2012) Paso a paso. Guía para el desarrollo de Sesiones. (2. ed.) Conafe. 128-138

El ejercicio de la paternidad y la crianza de las niñas y los niños



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Amplíen sus ideas sobre el ejercicio de la paternidad.

Sabías que...

Probablemente fuiste educado con la idea de que las mujeres son las encargadas de cuidar y educar a las niñas y los niños, y los hombres son responsables de otras tareas.

Los hombres conciben que su identidad masculina la construyen en el trabajo, en labores del campo, en la fábrica o al emigrar a otra ciudad o país en busca de nuevas opciones. En esos espacios, ellos son obreros, campesinos, emigrantes, pero no “papás”, porque no se les ha educado para ejercer su paternidad y, por tanto, no todos saben cómo hacerlo cuando nacen sus hijos. No obstante, muchos hombres se esfuerzan por involcarse en el cuidado de sus hijas e hijos. Por ello, podemos

observar tres formas de ejercer la paternidad por parte de los hombres:

1. Con largos períodos de ausencia o, simplemente, están del todo ausentes.
2. De forma autoritaria: maltratan a sus hijos.
3. Cuando se comprometen afectivamente con sus hijos, alejados de la violencia, y les dan prioridad incluso sobre sus responsabilidades laborales.

Los hombres no ejercen la paternidad de una sola forma, sino de manera dinámica; algunos suelen ser muy equitativos con unos hijos y más autoritarios con otros. En ocasiones llegan a estar ausentes por mucho tiempo, pero, al estar presentes, pueden ser muy equitativos o tal vez muy violentos.

Los papás también cambian de acuerdo con el crecimiento de sus hijas o hijos. Quizás durante la infancia fueron muy cooperativos y en la adolescencia se volvieron más autoritarios.

A las diversas posibilidades de paternidad, se suman las correspondientes a otros hombres (como los abuelos, los tíos u otros) que, por algún motivo, cuidan de algún niño sin ser papá biológico, y que en determinado momento se convierten en figuras paternas muy relevantes.

Muchos hombres, por enseñanza de género, consideran que las mujeres deberían cuidar siempre a sus hijos, y ellos sólo “ayudar”. Sin embargo, es necesario transitar a una visión de “responsabilidad”, conforme a la cual mujeres y hombres cooperamos para criar a los hijos.

Para muchos hombres, la crianza de los hijos implica construir un nuevo rol y, desde ahí, rehacer nuevas ideas de género que a veces chocan con las ideas pre establecidas. Muchos hombres lo han hecho por sí mismos; sin embargo, en el grupo de Educación Inicial se les ofrece un espacio donde pueden reflexionar sobre sus prácticas de crianza, lograr que aprendan nuevas ideas que les permitan flexibilizar estereotipos y roles de género, así como reconocer la importancia de su participación en la crianza de las niñas y los niños.

Toma en cuenta que...

- ✓ El ejercicio de la paternidad es dinámica, sin embargo, es importante transitar a prácticas de cuidado y atención de las niñas y los niños, donde, en colaboración con la pareja, se encarguen de su crianza.

Fuentes de consulta:

Conafe (2012). *Paso a paso. Guía para el desarrollo de Sesiones*. México, Conafe. Pp.156-157.

Fichas para hacer con las familias

Integrar al grupo

Conociéndonos



Tiempo: 30 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Establezcan un clima de confianza en el grupo.

Inicio...

10 minutos.

1. Pregunta a los participantes si conocen bien a sus vecinos, qué podrían decir brevemente de ellos. Por ejemplo: que comenten algunas características: si son muy serios, muy alegres, conviven con todos, siempre están trabajando, etcétera.
2. Escucha algunas participaciones y comenta que van a realizar una actividad que ayudará a conocer un poquito más de cada integrante del grupo.

característica que se mencione y podrá indagar para obtener mayor información.

4. Según la confianza que exista entre los integrantes del grupo, podrás pedirles que estrechen la mano, se abracen o toquen la espalda de un integrante del grupo que...

- Le guste conversar
- Haya nacido en el mismo mes que tú
- Su nombre comience con la misma letra que el tuyos
- Tenga los ojos color claro
- Tenga el cabello rizado
- Sea muy sonriente
- Tenga cabello corto

Desarrollo

20 Minutos

3. Invita a los participantes a sentarse formando un círculo. Cada uno buscará a alguien que reúna la

- Le guste bailar
- Vaya a la misma iglesia que tú
- Viva cerca de ti

- Tenga animales en casa
- Sea tímido

- Siempre asista a las sesiones

Apóyalos seleccionando a quien pase al frente y menciona alguna de las características que sugerimos. Puedes incluir algunas otras que correspondan a los integrantes del grupo. Lo importante es que existan características de cada persona que está en la sesión.

5. Por último, al terminar la actividad, pídele a algunos participantes que compartan su opinión acerca de cómo se sintieron al mencionar una característica de cada uno, y qué les permitió esta actividad.

Recuerda que...

- ✓ Es fundamental que los integrantes del grupo reconozcan sus cualidades y características en un clima de respeto.
- ✓ Conformar un clima de confianza en el grupo es clave para promover la permanencia en el grupo y la asistencia permanente.

Fichas para hacer con las familias

Integrar al grupo



¡Me Quiero!

Material:

- Hojas de rotafolio
- Marcadores
- Masking tape

Tiempo: 40 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores....

Reconozcan el aprecio y valoración hacia sí mismos.

Inicio...

10 minutos.

1. Entrega a cada participante una hoja con el formato y solicita que lo lean de manera individual. Si a algún integrante se le dificulta escribir, puede auxiliarse contigo u otra(o) compañera(o) del grupo. Ejemplo del Formato:

	Qué me gusta	Qué no me gusta	Qué podría cambiar
Mi carácter			
Mi forma de dar cariño			
La forma de relacionarme con mis hijos			
Mi aspecto personal			

Desarrollo

20 Minutos

- ✓ 2. Una vez que escribieron o pensaron sobre los aspectos considerados en el formato, conforma equipos de tres integrantes. Pídeles que se reúnan para que compartan lo que escribieron, y también respondan las siguientes preguntas:

De lo que les gusta: ¿Por qué les gusta?

De lo que no les gusta: jPor qué no les gusta?

De lo que podrían cambiar: jHan hecho algo para cambiar?

- ✓ 3. Una vez que compartieron en equipos, pide que se reúnan en un círculo y pregunta a los participantes:

¿Qué preguntas les fue difícil responder? ¿Por qué? ¿Qué información de la que registraron compartieron con los demás participantes?

10 minutos

- ✓ 4. Retoma la participación de algunos integrantes del grupo y agradece su disposición para realizar esta actividad.

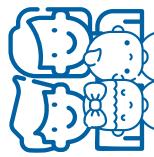
Recuerda que...

✓ Es importante tomar un momento para vernos a nosotros mismos, reconocer aspectos que nos gustan y aquéllos que podemos mejorar.

✓ Favorecer la autoestima de las personas fortalece su aceptación y que se relacionen de manera assertiva con los demás.

Fichas para hacer con las familias

1. Cuidado y protección



Ideas sobre las niñas y los niños

Material:

- Hojas de rotafolio
- Marcadores de agua
- Masking tape

Tiempo: 35 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Las niñas y los niños en los primeros años.

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Enriquezcan sus ideas acerca de quiénes son las niñas y los niños.

Inicio...

10 minutos

1. Pide a los participantes que observen la siguiente imagen y después pregúntales:



¿Qué opinan de esta imagen?, ¿qué relación perciben entre el niño y el adulto?

2. Escucha algunas participaciones y menciona que existen diferentes ideas acerca de las niñas y los niños, que hemos aprendido en nuestra propia familia a partir de la manera en que nos trataron de niños, o a partir de información que escuchamos en distintos medios y por distintas personas en nuestra comunidad.

Desarrollo

20 Minutos

3. Muestra y lee al grupo las siguientes frases en torno a los niños pequeños:
“Él no sabe, está chiquito”.

“Tú ya entiendes, tu hermanita está chiquita”.

“Los recién nacidos no entienden lo que les dices”.

4. Pregunta a los participantes: **«Qué opinan sobre estas frases?»**

5. Escucha las participaciones con atención e invítalos a realizar la siguiente actividad con sus hijos:
Con bebés...

- Tomen en brazos o sienten a su bebé en sus piernas, de tal manera que puedan conectar la mirada con ellos.

- Platican acerca de lo que sienten por ellos, acariciarlos, acurrucarlos, darles un beso, cantarles.

Con niñas y niños pequeños...

- Siéntenlos en sus piernas, de tal manera que puedan conectar su mirada con la de ellos.
- Platican acerca de lo que sienten por ellos, de cuanto disfrutan su compañía, darles un beso, cantarles.

- Pide a los participantes que observen las expresiones de su bebé y de los niños pequeños, mientras les dicen estas palabras y conversan con ellos.

6. Agradece la participación de los adultos, las niñas y los niños, y pregunta a los participantes:

¿Qué observaron en sus bebés y los niños pequeños mientras platicaban con ellos?, ¿cuál fue la reacción de las niñas y los niños?, ¿comprendieron lo que les dijeron?

7. Escucha algunas participaciones.



Ilustración:@ Shutterstock

Recuerda que...

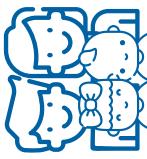
5 minutos

- ✓ Las niñas y los niños desde muy pequeños realizan esfuerzos por comprender lo que sucede a su alrededor,leen el cuerpo y cara de sus madres o cuidadores.
- ✓ Es importante observar a nuestras niñas y niños pequeños, qué hacen cuando están en la cama, en el petate, cuando están con otros bebés u otros niños, cuando otros adultos hablan con ellos.
- ✓ Las niñas y los niños son igualmente importantes que los adultos.

Fichas para hacer con las familias

1. Cuidado y protección

Cambio del pañal



Material:

- Dos muñecos
- Dos pañales de tela
- Dos fajeros
- Manta o tapete
- Tiras de papel con consideraciones en el cambio de pañal

Tiempo: 30 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Derechos de las niñas y los niños I y II

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Reconozcan a las niñas y los niños como sujetos de derechos, desde los primeros años de vida.

Inicio...

10 minutos.

1. Invita a los participantes a comentar acerca de: ¿Para qué cambiamos el pañal a nuestro bebé?
2. Escucha algunas opiniones de los participantes y comenta que realizarán una actividad práctica sobre el cambio del pañal, utilizando el material que se les solicitó.

Desarrollo

20 minutos

3. Solicita a dos padres voluntarios que se acomoden en el tapete o manta que trajeron y colocan los materiales sobre éstos.
4. Pide a los voluntarios que realicen el cambio de pañal al muñeco, primero uno, luego el otro voluntario. Al tiempo que lo cambian, deberán describir cada acción que realizan. Mientras, el resto de participantes observa la acción.

5. Una vez que cambiaron el pañal al muñeco, pregunta al grupo lo siguiente:

¿Qué hacen diferente ustedes en el cambio del pañal?

6. Escucha algunas participaciones y luego solicita al grupo que se sienten en círculo.

7. Pregunta a los participantes si alguna vez han considerado o realizado alguna de las siguientes acciones con sus bebés durante el cambio de pañal:

Presenta los siguientes enunciados en una hoja de rotafolio:

- Les explican a sus bebés que van a realizar el cambio del pañal para que se sientan más cómodos y a gusto.
 - Les solicitan autorización para poder tocar su cuerpo y poder realizar la limpieza.
 - Los tratan con delicadeza y cariño mientras realizan el aseo de sus partes íntimas.
 - Les explican a los bebés lo que van haciendo para cambiarles el pañal (te voy a limpiar con el papel, te voy a limpiar con un paño húmedo, tal vez sientas un poco de frío...)
 - Hacen contacto con su mirada y conversan con ellos, mientras realizan el cambio de pañal.
8. Una vez que leíste al grupo cada una de las ideas anteriores, pregunta a los padres:
- ¿Consideran importante tomar en cuenta estos aspectos con sus bebés?, ¿por qué si o por qué no?

¿Qué les implicaría tomar en cuenta estos aspectos?, ¿cuál sería el beneficio de considerar estos aspectos y para quién sería el beneficio?

9. Escucha con atención los comentarios de los participantes y agradece su participación.

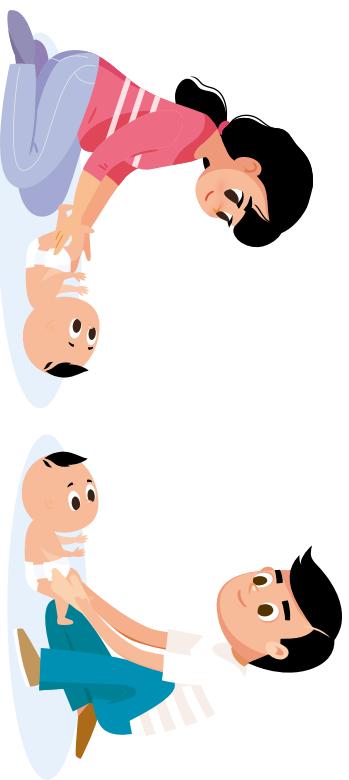


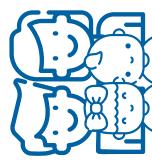
Ilustración: © Shutterstock

Recuerda que...

- ✓ Toda interacción con el recién nacido y niñas y niños pequeños debe ser con suavidad, con explicaciones amorosas sobre los contactos del adulto con el niño, así como del cuidado que le están proporcionando.
- ✓ Debe invitarse al bebé a participar en esta acción de cuidado.
- ✓ Cuando el adulto hace lo anterior, los bebés experimentan dignidad, confianza, al mismo tiempo que aprenden que sus madres, padres o cuidadores los valoran, los cuidan, los protegen y procuran su bienestar.

Fichas para hacer con las familias

1. Cuidado y protección



Conociendo a nuestros bebés

Material:

- Tarjetas con preguntas
- Hoja de papel bond
- Marcadores
- Masking tape

Tiempo: 30 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Derechos de las niñas y los niños I y II

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Identifiquen los requerimientos de las niñas y los niños en los primeros años.

Inicio...

5 minutos.

1. Pregunta a los participantes:
Cuando van por la calle y observan que golpean a alguien: **¿Qué experimentan?**
2. Escucha algunos comentarios.

Desarrollo

20 minutos

3. Solicita a los padres que se organicen en parejas y se coloquen frente a frente, pueden estar de pie o sentarse en un tapete. Entrégales una tarjeta y pídeles que conversen un poco acerca de lo que se plantea en ella:

Tarjeta 1. Cuando tienen hambre, ¿qué hacen?, ¿a quién le dicen o comentan lo que necesitan?

Tarjeta 2. Cuando se sienten molestos, ¿qué hacen?, ¿a quién le dicen o comentan lo que necesitan?

Tarjeta 3. Cuando se sienten tristes, ¿qué hacen?, ¿a quién le dicen o comentan lo que necesitan?

Da un tiempo para que ambos conversen.

4. Una vez que conversaron en parejas, comenten al grupo lo que hacen los participantes para manifestar su necesidad a los demás. Registra en una hoja de papel bond lo siguiente:

¿A través de qué lo hacen?, ¿quién responde a esas necesidades o requerimientos?

Comenta, en general, sobre las coincidencias que pudieron presentarse en las respuestas de los padres.

5. Por último, pregunta al grupo:

¿Cómo se sienten cuando se satisface esa necesidad o requerimiento?

- ✓ Hay que identificar y atender lo que nuestras hijas e hijos nos expresan a través de diferentes lenguajes. Ello será fundamental para generar confianza y seguridad en las niñas y los niños.
- ✓ Cuando observamos y escuchamos a los demás, podemos ser empáticos y comprender lo que sienten.

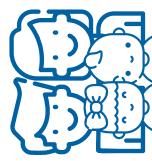
Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Es importante hacer un esfuerzo por identificar lo que nuestros bebés, niñas y niños pequeños nos dicen, no solo a través de palabras o balbuceos, sino también a través de gestos, el llanto, su sonrisa, su postura corporal. Todos son lenguajes que ellos usan para comunicarse con sus padres o cuidadores.

Fichas para hacer con las familias

1. Cuidado y protección



La llegada de mi hijo

Material:

- Papel periódico o bond por familia
- Gis o marcador de cera por familia
- Topete o manta

Tiempo: 40 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Interacciones entre adultos y niños.

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Fortalezcan el vínculo afectivo con sus hijas e hijos.

Inicio...

10 minutos

1. Pregunta a los participantes:
¿Sus padres les platicaron alguna vez sobre lo que sintieron cuando ustedes estaban en el vientre materno? ¿qué sintieron al saberlo? si no les platicaron, ¿qué sienten al respecto?

2. Escucha algunas participaciones.

Desarrollo

20 minutos

3. En papel periódico o la hoja de papel bond, solicita a cada participante que dibuje la silueta de la niña o el niño con el que convive de manera frecuente y cercana y escriba su nombre.
4. Enseguida, sienten a la niña o niño que cuidan en sus piernas o a su lado, sobre el tapete, muéstrenle la silueta que hicieron.

5. Platican a los niños los sentimientos que experimentaron al saber que se formaban en su vientre (si pensaban que sería hombre o mujer, si pensaban en el nombre que le pondrían, etcétera).

6. Al finalizar su conversación con el niño o la niña e incluso el bebé, pidan a las madres, padres y/o cuidadores que abracen a la niña o niño, le regalen un beso y le digan cuánto lo quieren.

NOTA: Si asistieran a la sesión madres, padres y/o cuidadores con más de un niño o niña, tendrían que realizar el ejercicio con cada uno, es decir, dibujarían la silueta de los niños con los que asisten a la sesión y conversarían con cada uno de ellos, sobre los mismos aspectos.

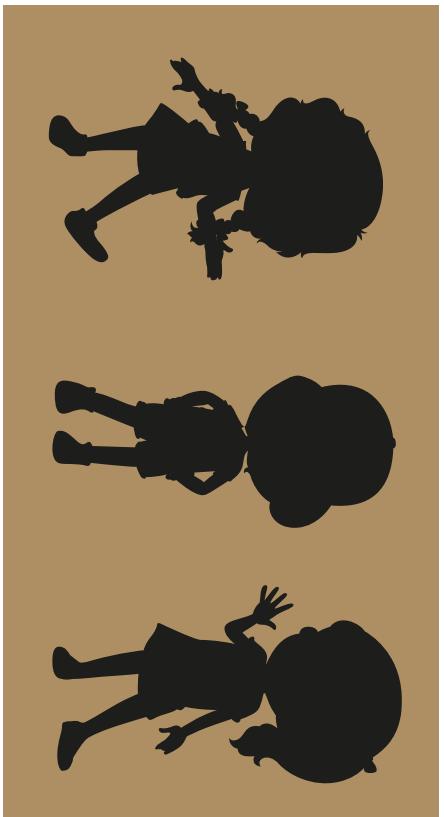


Ilustración: © Shutterstock

Recuerda que...

10 minutos

- ✓ Las relaciones de apego son los vínculos afectivos que los niños pequeños establecen con sus padres y otros cuidadores clave.
- ✓ Las niñas y los niños que establecen una relación positiva de apego hacia uno o ambos de sus padres o cuidadores, estarán en condiciones de utilizarlos como base segura, desde la cual explorarán el entorno.

Fichas para hacer con las familias

2. Salud, alimentación y nutrición

Nos alimentamos



Material:

- Hoja de rotafolio
- Marcadores o crayolas
- Masking tape

Tiempo: 30 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

- Alimentación de acuerdo a las edades de las niñas y los niños.

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Identifiquen los alimentos que más les agrandan a sus hijas e hijos.

Inicio...

10 minutos.

1. Invita a los participantes a comentar acerca de aquellos alimentos que consumen las niñas y los niños con más frecuencia.
2. Escucha algunas participaciones.

Desarrollo

20 minutos

3. Coloca una hoja de rotafolio y solicita a los participantes que escriban o dibujen acerca de lo siguiente:
¿Cuáles son los alimentos que más les gustan a sus hijas e hijos? ¿cuáles son los alimentos que no les gustan? Ejemplo:

Lo que más les gusta: Lo que no les gusta:

Las galletas	La sopa
Los chocolates	El queso
Los dulces	El elote

4. Una vez que escribieron en el papel, pídeles que se sienten en círculo y comenten sus respuestas, es decir, lo que escribieron o dibujaron, y ayúdalos a que identifiquen lo siguiente:
 - a. ¿Conocen bien a sus niñas y niños?, es decir, ¿supieron con claridad lo que les gusta y lo que no les gusta?
 - b. De los alimentos que identificaron, ¿son los que deberían consumir, de acuerdo con su edad?, ¿o identifican algunos que no deberían consumir las niñas y los niños?
5. Escucha algunos comentarios de los participantes, después de las aportaciones que hiciste.
6. Invita a las mamás a que se acerquen a sus hijas e hijos y les pregunten frecuentemente sobre los alimentos que consumen, si son de su agrado o no. En el caso de los bebés, pueden darse cuenta por la expresión que tienen éstos, si es de su agrado o no, lo manifestarán de alguna manera.
7. Por último, invita a las madres y/o cuidadores a que de vez en cuando involucren a las niñas y los niños en la preparación de algún alimento, con cuidado de no ponerlos en riesgo, pero explicándoles el procedimiento. Es decir, que conversen con ellos sobre los ingredientes que llevan, pero

que, sobre todo, manifiesten el interés porque el alimento sea del agrado de sus hijas e hijos y así se lo hagan saber.



Ilustración: © Shutterstock

Recuerda que...

- ✓ Toda interacción con el recién nacido y las niñas y niños pequeñas(os) debe ser respetuosa; involucrarlos en la actividad hará sentir muy bien a las niñas y los niños.
- ✓ Observar y escuchar a las niñas y los niños ayuda a los padres y cuidadores a conocerlos e identificar sus requerimientos.

Fichas para hacer con las familias

2. Salud, alimentación y nutrición

Lotería de alimentos



Material:

- Tarjetas de lotería de alimentos
- Semillas o piedritas

Tiempo: 40 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Alimentación de acuerdo a las edades de las niñas y los niños

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Identifiquen los alimentos que aportan a la nutrición de sus hijas e hijos y aquellos que no son recomendables para su salud.

Inicio...

10 minutos.

1. Invita a los participantes a que observen las siguientes imágenes:



Desarrollo

20 minutos

2. Pregunta a los participantes cuáles alimentos, de los que se muestran, son los que más les agradan a sus hijas e hijos. Escucha algunas participaciones.
3. Enseguida le entregarás a cada madre o padre, que tenga consigo a sus hijas o hijos, una tarjeta de lotería y un puño de semillas, y los invitárs a ponerse cómodos para jugar "Lotería de alimentos".

Ilustración: © Shutterstock

NOTA: Dependiendo del número de asistentes, considera entregar una tarjeta por familia o, si no, pueden formar parejas y entregarles una tarjeta por pareja; lo importante es involucrar a padres, hijas e hijos en la actividad.



4. Lo diferente de esta lotería será que, al ir mencionando el alimento que aparece en la tarjeta y que guía el juego, preguntarás a los participantes si saben cuándo se trata de un alimento que nutre a sus hijos o cuando es un alimento que no les nutre (alimento chatarra), y qué sucede con este tipo de alimentos.
5. Por último, al finalizar el juego, agradece a los participantes su disposición y comenta lo importante que es que identifiquemos los alimentos que ayudan a las niñas y los niños a estar sanos de aquellos que dañan su salud.
6. Te incluimos algunos ejemplos de tarjetas que puedes realizar para el juego de “Lotería de alimentos”. Puedes elaborarlas con ayuda de las madres o cuidadores del grupo, e incluso por las propias niñas y niños.

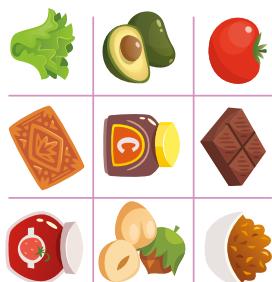
Recuerda que...

10 minutos

✓ Es importante que, a través del juego, las niñas y los niños identifiquen los alimentos que perjudican su salud.

✓ Jugar con tus hijas e hijos favorece el vínculo afectivo y la confianza entre el adulto y las niñas(os).

Lotería



Lotería



Lotería



Lotería



Lotería

Creando hábitos de aseo



Material:

- Una caja de cartón pequeña que pueda tener uno o varios objetos
- Objetos de aseo, cepillo de dientes, pasta de dientes o el material con el que se aseen la boca en casa, peine, un jabón pequeño, objetos que se usen en casa para el aseo del niño o niña
- Hojas de rotafolio
- Marcadores de agua
- Una caja cerrada

Tiempo: 40 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Interactúen a través del juego con las niñas y los niños para reconocer objetos que sirven para su aseo personal.

Inicio...

10 minutos

1. Haz una breve introducción recordando la importancia de los hábitos de aseo.

Realiza las siguientes preguntas:

- ¿Por qué es importante desarrollar hábitos en casa en las niñas y los niños?
- ¿Qué hábitos de aseo realizas en casa con las niñas y los niños?
 - Es importante que las niñas y los niños desarrollen hábitos y establezcan rutinas porque les propor-

Nota: (tú eliges a la primera persona para que responda y posteriormente es recomendable que la participación sea voluntaria).
Después de cinco minutos, haz una pausa y recapitula los comentarios.

Recuérdales sobre la importancia de desarrollar hábitos de higiene. Puedes compartirles comentarios como los siguientes

- Es importante que las niñas y los niños desarrollen hábitos y establezcan rutinas porque les propor-

cionan seguridad y confianza al saber qué esperar dentro del hogar.

- Los hábitos previenen la aparición de enfermedades asociadas a una mala alimentación y, gracias a ellos, se adquieren conductas que favorecen el cuidado de la salud
- Las rutinas para dormir previenen la aparición de trastornos del sueño, como las pesadillas.
- Otras rutinas promueven comportamientos responsables y ayudan a establecer límites.

Desarrollo

20 minutos

A continuación, se hará una demostración de cómo jugar con tu hija o hijo. Este juego los puedes hacer en casa.

2. Sugiere que todos se sienten en el piso, adultos, niñas y niños, con el material que se les solicitó, caja y objetos de aseo.
3. Revisen que la caja que lleven sea de un material que permita que las niñas y los niños puedan ver las cosas que hay en ella.
- En estos momentos, cada padre, madre o cuidador debe estar con su hija o hijo.
4. Explica a las niñas, los niños y los adultos que van a jugar a: ¿Qué es esto?, y da las instrucciones (en caso de ser necesario puedes usar el rotafolio).
 - a. Tomen la caja y coloca un objeto dentro (un peine, una pelota pequeña, estropajo, cepillo de dientes, etcétera).



- b. Levanta la caja y a continuación la van a sacudir frente a la niña o el niño para que escuche el sonido del objeto.
- c. Una vez que tengas la atención de la niña o el niño, pregunta: ¿Qué es esto?
- d. Coloca la caja frente al niño y deja que intente sacar el objeto, por medio de una abertura o agujero.
- e. Una vez que el niño tenga el objeto en la mano, tendrá que hablar, con ayuda del adulto, acerca del objeto, por ejemplo: ¿qué es? Es un cepillo y sirve para peinarnos. ¿Cómo se utiliza? y ¿cuál es su lugar? Hay que guardar el cepillo en la bolsa, en el baño, etcétera.

Los niños más grandes pueden intentar describir el objeto y pueden jugar con varios objetos en la caja. Jueguen por 10 minutos

5. Detén el juego
6. Solicita que las niñas, los niños, el padre, madre y cuidador reunan sus pertenencias (10 minutos).

Recuerda que...

- ✓ Pueden seleccionar el hábito a promover (hora de comer, recoger juguetes, cepillarse los dientes, lavarse las manos, hacer la tarea, ir a dormir).
 - ✓ Hay que establecer un lugar.
 - ✓ Hay que definir un horario.
- ✓ Es necesario verificar que en el entorno no haya distractores importantes, por ejemplo, al hacer la tarea, cuidar que la televisión esté apagada.
- ✓ Hay que establecer la rutina. Por ejemplo, para el baño: calentar el agua, acercar el jabón, el zacate, tomar el juguete con el que al niño le gusta ir al baño, quitarse la ropa, bañarse y secarse, entre otros.
- ✓ Es recomendable explicar a tu hija o hijo en qué consiste este nuevo hábito.
- ✓ Hay que dar indicaciones claras y específicas, por ejemplo: “Es hora de bañarse”.

Fuentes consultadas

Servicios Psicológicos Integrales de México. Psicología de alto nivel. (2016, 23 de agosto). *La importancia de promover hábitos saludables en las niñas y los niños*. Consultado el 13 de mayo de 2020. Psicología <https://sepimex.wordpress.com/2016/08/23/la-importancia-de-promover-habitos-saludables-en-las-ninas-y-los-ninos/>

Juegos y actividades para bebés y niños. (s.f.) 20 Juegos para padres e hijos (2 años a más) Consultado el 12 de mayo de 2020. <https://www.juegoidas.com/2018/10/19/juegos-en-familia/>

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



Arrullos y murmullos

Material:

– No se requiere

Tiempo: 20 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Promuevan el vínculo con sus hijas o hijos por medio del lenguaje narrativo.

Inicio...

Comenta a los padres que la siguiente actividad requiere que ellos estén tranquilos. Si es necesario, invítalos a caminar lentamente por el espacio o pídeles que, desde su lugar, cierran los ojos y respiren profundamente tres veces.

Desarrollo

15 minutos

Invita a los padres a que abracen a su bebé como normalmente hacen a la hora de dormirlo, meciéndolo rítmicamente al tiempo que le cantan un arrullo. Si lo desean, pueden envolver al bebé con un rebozo o cubrirlo con una sábana.

Aconséjales que empiecen a cantar con el volumen de voz acostumbrado y lo vayan bajando

hasta que el canto sea casi un murmullo, y que repitan este procedimiento varias veces mientras el bebé lo disfrute.

Arrullos sugeridos:

- Rorro que rorro/ Mi niño en petate;/su madre la loba,/ su padre el tlacuache. Son las estrellitas/ ojitos con sueño/ que brillan de noche, / en el alto cielo.
- Este niño lindo que nació de día/ quiere que lo lleven a peletería. / Este niño lindo que nació de noche/ quiere que lo lleven a pasear en coche.
- Duérmete mi niño que tengo que hacer/ lavar y tender y sentarme a cocer/ una camisita que te quiero dar/ que el día de tu santo vas a estrenar.
- También puedes cantarles alguno de tu invención o uno que te cantaban cuando eras pequeñoño.

Si en tu comunidad se habla alguna otra lengua, invita a los padres a que también canten en su lengua materna.

Sugiere a los padres que se animen a cantar y a practicar en casa, y luego comparten sus experiencias con los demás papás; pueden comentar cómo respondieron los bebés.

Recuerda a los padres que, cuando hablamos de leer, es en un sentido amplio, ya que las niñas, niños y adultos podemos leer los gestos, actitudes, emociones, etcétera.

Invítalos a “leer” a su bebé, a identificar si la actividad le genera placer y tranquilidad, si le produce

angustia o alguna otra reacción no placentera. Recuérdales que no se le debe forzar.



Ilustración: © Shutterstock

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Las niñas y los niños desde antes de nacer disfrutan de las voces que los acompañan. El sonido de las palabras es para ellos un estímulo para la escucha y el habla.
- ✓ La tonalidad de la voz, las caricias, la mirada y el abrazo al bebé, harán que se sienta querido y atendido. Al abrazar al bebé, no sólo le estamos dando afecto, le estamos dando la posibilidad de reconocerse como ser individual.
- ✓ Es importante que, como padres, estemos atentos a las diferentes maneras que utiliza el bebé para comunicarse (llanto, movimientos, balbuceo), con la intención de ir reconociendo cuando alguna actividad, posición o ruido no les agrada.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación

Versos para jugar



Material:

- Cantos de tradición oral

Tiempo: 15 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

- Realicen actividades para que los bebés perciban la relación entre los movimientos del cuerpo con los ritmos del canto.
- Promuevan interacciones de afecto entre los padres y su bebé.

Inicio...

Pregunta a las personas de la comunidad si conocen algún verso o canto corto que involucre el movimiento de algunas partes del cuerpo, y anótalas en una libreta.

Desarrollo

13 minutos

Pídeles a los padres que recuerden algún verso o canto, y escuchen algunos; compártelos los que anotaste en la libreta.

Ahora, dile a los padres que, jugando, repitan los versos a sus hijos, pero que incorporen movimientos del cuerpo.

Por ejemplo:

Recuerda que...

- Se le cae la mano a la negra/ se le cae y no se le quiebra. Al mismo tiempo, se mueve la mano del bebé hacia atrás y hacia delante, de manera suave.
- Tengo manita/ no tengo manita, / porque la tengo/ desconchababidita.
- Cuando voy a la casa de Chema/ con la manita le hago la seña/ cuando voy a la casa de Juan/ con el piecito toco el zaguán. Mover la mano y el pie del bebé.
- Tortillitas de manteca para mamá que está contenta/ tortillitas de cacao para papá que está enojado. La madre o padre puede mover sus manos, como si hiciera una tortilla.

2 minutos

- ✓ Las madres, padres y cuidadores son las primeras personas que ayudan a los bebés a descubrir el mundo, a través del lenguaje, los sonidos, movimientos del cuerpo y exploración de objetos.
- ✓ Arrullar, cantar, leer y narrar son diversas formas de relacionarnos con nuestros hijos, pero también así estimulamos el desarrollo del lenguaje.

Invita a los padres y cuidadores a inventar otros versos de este tipo, en los que mencionen el nombre de objetos y situaciones actuales. Estos pueden o no tener sentido: lo más importante es que tengan ritmo e indiquen acciones que se puedan representar con el cuerpo.

Sugiere a los padres que saben leer y escribir que anoten los cantos en un cuaderno y los practiquen con su bebé en casa.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación

¿Dónde está el bebé?

Material:

- Un pañuelo de tela ligera o un paliacate para cada niña o niño
- Un tapete o manta

Tiempo: 20 minutos



¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

- Propicien en los padres la práctica del juego como un medio para relacionarse e interactuar con su bebé.
- Favorezcan la relación de la niña o niño con los demás para que se reconozca como una persona individual.

Inicio...

Prepara un pañuelo de tela ligera o un paliacate para cada integrante del grupo o solicita con anticipación que cada uno de los participantes traiga uno

Después, pide a los padres que coloquen el pañuelo encima de la cabeza de su hija o hijo, al tiempo que le preguntan: "¿Dónde está el bebé?". Y que levanten rápidamente el pañuelo y digan: "¡Aquí está...!", mencionando el nombre de la niña o niño. Repitan esta acción varias veces y aprovechen para mirar a la niña o el niño a los ojos y sonreírle.

Otra modalidad es que los padres se cubran con el pañuelo para que el bebé los busque.

Puedes ambientar la actividad con música suave, mientras interactúan los padres, madres y/o cuidadores con las niñas y los niños

15 minutos

Pide a los padres que acuesten al bebé boca arriba sobre un tapete, o bien que estén sentados en una sillita y les den el pañuelo para que jueguen con él.

Desarrollo

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Cuando las niñas y los niños reciben atención por parte de los adultos y estos los invitan a jugar con los sonidos y las palabras, no solo disfrutan la actividad, sino la presencia de las personas que se interesan en ellos, lo que los hace sentirse seguros y felices.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



¿Cómo suena?

Material:

- Objetos cotidianos como: monedas, semillas, piedras, campanas, arena y otros elaborado con material de reuso

Tiempo: 15 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

- Promuevan la interacción entre padres e hijos a través de la exploración de los sonidos.
- Enriquezcan el mundo sonoro del bebé.

Inicio...

Invita a los padres a que sienten a su bebé sobre sus piernas, o bien pueden estar sentados en un tapete. Muéstrales algunos objetos comunes que producen ruido, ya sea agitándolos o frotándolos uno con otro.

También pueden golpear una piedra contra otra y repetir toc, toc, toc, diciendo: "Las piedras chocan, y hacen toc, toc, toc", o elaborar una sonaja con botones y semillas, agitarla y decir: "La sonaja suena sss". Anima a los padres a sugerir otro tipo de objetos que produzcan sonidos, para presentarlos a los bebés.

Desarrollo

13 minutos

Ahora pídeles que les digan a sus bebés el nombre del objeto que tienen y el sonido que hace. Por ejemplo, decir: "El monedero suena tin, tin, tin".

Recuerda que...

2 minutos

- ✓ Los bebés, desde muy temprano, juegan con sus propios sonidos, vocalizaciones y bailecitos. A

medida que van creciendo, tratan de repetir lo que escuchan. Estos son sus primeros intentos de habla: festejemoslos y respondamos imitándolos, juguemos con ellos aumentando y variando el sonido del balbuceo, esto los estimulará a continuar y a producir más balbuceo. En este momento, es para ellos más lenguaje.

✓ Responder y jugar con ellos es una invitación a encontrarnos, conocer sus capacidades, a dejarnos sorprender y establecer un vínculo afectivo, que durará para toda la vida.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



Haciendo música

Material:

-Cajas o botes que parezcan un tambor, cuchillas, palas de cocina, vasos de plástico, una caja pequeña o vasos con semillas adentro, cascabeles. Tapete o manta

Tiempo: 20 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

-Propiciar en los niños la exploración de objetos de su medio ambiente y descubrir diferentes sonidos.

Inicio...

Previo a la sesión, pide a los padres colaborar, con uno o más objetos que ya no usen en casa, pero que estén en buenas condiciones, tales como cucharas, palas de cocina, tazas o vasos de plástico; juguetes o materiales que puedan servir como instrumentos musicales, pero que no sean peligrosos para los pequeños.

Desarrollo

15 minutos

Invita a los padres a que se sienten junto al bebé, sobre un tapete o cobija donde estén colocados los objetos y juguetes. Diles que les permitan tocar y observar. Después de un rato, sugiéreles que tomen, por ejemplo, el objeto que se parezca a un tambor, lo toquen y digan: "El tambor hace pam, pam, pam".

Cuando ya lo han repetido varias veces que se lo den al bebé y lo animen a tocarlo al tiempo que le preguntan: "¿Cómo suena el tambor?" Y repitan juntos: pam, pam, pam. Realizar lo mismo con dos o tres objetos más.

Motiva a los padres para elaborar algún instrumento musical con material de reuso.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Para los bebés y los niños pequeños que aún no hablan, cantar, hacer música, moverse, bailar, pintar y dibujar los ayuda a expresar sentimientos, emociones y percepciones del mundo que los rodea y de su experiencia con las cosas.
- ✓ Es importante que, como padres, mantengamos el interés y el gusto por estas actividades, ya que, además de que les ayudamos a comunicarse a través de otros lenguajes, estas actividades son parte de las manifestaciones artísticas que enriquecen nuestra cultura.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



Juegos de dedos

Material:

- Hojas de papel y una caja del tamaño de las hojas, decorada
- o forrada con tela

Tiempo: 20 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Favorezcan en sus hijas e hijos la relación del movimiento con la palabra y la representación mental de objetos e historias.

Inicio...

Previo a la sesión, motiva a los padres a aprenderse un verso o canción para jugar con los dedos. Puede ser que lo recuerden de cuando eran pequeños o que investiguen con las personas mayores de la familia o con la gente de la comunidad, o bien un verso o canción que inventen ellos mismos.

Desarrollo

15 minutos

Pide a los padres que sienten sobre sus piernas a su hija o hijo para que juntos representen ante los demás el verso que cada uno aprendió, por ejemplo:

- Cinco ratoncitos/ de colita gris, / mueven las orejas,/ mueven la nariz. / Uno, dos, tres, cuatro / corren al rincón, / porque viene el gato/ a comer ratón.
- Este dedito compró un huevito/ este dedito lo cocinó/ este dedito le puso sal/ este dedito lo revolvió/ y este dedo gordito se lo comió.
- Cinco pollitos/ tiene mi tía/ uno le canta / otro le púa/ y estos tres, / le tocan la chirimía. (hacer cosquillas al bebé)

- Cinco lobitos tienen la loba, / cinco lobitos detrás de la escoba/ cinco tenía, cinco guardaba/cinco lobitos, detrás de una escoba
- La casa siempre en orden, / los trastos lavados,/ mamá cante y cante, / papá está bailando,/ el niño en el patio/ juega contento/ ¡Ah!, cómo me gusta/ esta familia.

Escribe algunos de los versos y guárdalos en una caja para iniciar una colección de versos y jugar con los dedos.

Pide a los padres que practiquen los versos y los movimientos, antes de realizarlos con los niños, o bien que inventen algunos, lo importante es que convivan con sus niñas y niños y todos disfruten.

Recuerda que...

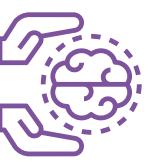
5 minutos

✓ Es importante enriquecer el mundo sonoro del bebé al invitarlo a escuchar diversos sonidos, canciones y versos. De esta manera, lo ayudaremos a desarrollar el lenguaje y el pensamiento. Si se le habla en distintas lenguas, más amplio y diverso será su mundo sonoro.

✓ Los libros sin páginas son todas aquellas expresiones de la tradición oral: cantos, arrullos, juegos de manos, leyendas, entre otros, y forman la primera biblioteca que compartimos con nuestros bebés e hijos pequeños.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



Observo y comparto

Material:

- No se requiere

Tiempo:

25 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Sensibilizados sobre la importancia de compartir, observar y narrar las cosas del mundo junto con sus hijas e hijos.

Inicio...

Pide a los padres que guarden todas sus cosas y las dejen en el espacio en donde se desarrolla la sesión, pues la actividad se llevará a cabo al aire libre.

Por ejemplo: el paso de las hormigas por la calle, el sonido de los pájaros (si los logra ver, cuántos son, su nombre, de qué color son); el color y forma de las casas, quién vive en ellas, etcétera. Mientras más detallada sea la descripción, mejor.

Desarrollo

20 minutos

Explica que la idea es que salgan y realicen un recorrido con sus hijas e hijos durante 10 minutos. La intención es que busquen un lugar cómodo que llame su atención, se sienten a observar lo que hay a su alrededor y le describan a sus bebés todo lo que ven desde allí.

Si los niños ya caminan y no quieren sentarse, propongan a los padres que realicen el ejercicio caminando, pero al ritmo de los pequeños, que sean ellos quienes guíen el recorrido y también puedan describir lo que les llama la atención.

Cuando regresen al espacio de la sesión, pregunta a las parejas (adulto-niña o niño) qué es lo que observaron, y cómo se sintieron dándose tiempo para observar tranquilamente y narrarse.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ A veces, las tareas del día a día nos dejan poco tiempo para contemplar algo que nos gusta. Busquemos estos momentos para compartirlos con los más pequeños. Además de favorecer su escucha, habla e interpretación de las cosas, abrimos espacios para conocernos.
- ✓ Es necesario mirar juntos, acompañar a los niños en todas las emociones y sensaciones que produce el descubrir lo desconocido.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



Disfrutar imágenes

Material:

- Libros con ilustraciones o tarjetas con imágenes
- Tapete o manta

Tiempo: 20 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Promuevan en los bebés la exploración de materiales impresos a través del acompañamiento de sus padres o cuidadores.

Inicio...

Selecciona libros con ilustraciones, revistas o tarjetas con imágenes y disponlos alrededor del tapete.

Desarrollo

15 minutos

Pide a los padres o cuidadores que sienten al bebé sobre sus piernas, o bien a un lado de ellos, y vayan pasando las páginas de un libro, deteniéndose un momento en cada una para nombrar las imágenes, además de describir las de manera sencilla, por ejemplo: "Este es el vaso del bebé, tiene leche calien-

te"; "Mira, es un gato con pelo negro". Y otras que vayan de acuerdo con la imagen que se observa.

Indícales que pongan el libro entre las manos de su bebé y lo animen a verlo y tocarlo para que perciba las diferentes texturas y formas.

Sugiéreles que favorezcan que el bebé tome el libro, que juegue con él, incluso dormirse con él si lo desea, para que los libros vayan formando parte de sus objetos cotidianos.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Mirar es una de las principales actividades que realizan los bebés desde el momento del nacimiento. A través de este acto, los apoyamos para incorporarse al mundo. Poco a poco interpretarán imágenes y dibujos de revistas, libros, televisión, entre otros.
- ✓ Al hablarle y narrarle a nuestro bebé, no solo lo hacemos feliz con nuestra presencia y atención, sino que el sonido de las palabras es un estímulo para desarrollar la habilidad de hablar.
- ✓ Leer o escuchar leer es una manera de zambullirse en otras historias, en otras personas, en otros mundos.
- ✓ Al principio, los libros serán como juguetes para los bebés: los querrán morder, chupar o jalar. Solo hay que tener cuidado para que no los rompan, pero permitamos que los exploren y jueguen con ellos.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



Los libros y los sonidos

Material:

- Libros o revistas que tengan ilustraciones de animales (uno por niña y niño)
- Tapete o manta

Tiempo: 20 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Favorezcan con los bebés la exploración de materiales impresos a través de su acompañamiento.

Inicio...

Entrega a las niñas y los niños un libro o revista y pide a los padres que busquen un lugar cómodo en el tapete donde sentarse con su bebé, para que queden juntos, o bien puedan sentar a los bebés más pequeños sobre sus piernas.

o dice sssss, en ese momento anima a los papás a que digan algo respecto al objeto: "Sí, es una sonaja, la sonaja hace sssss". O, si el bebé señala una vaca papá o mamá dicen: "Sí, aquí está la vaca", "La vaca hace muuuu". Es importante que motiven al bebé a repetir el sonido. Indícales que sigan pasando las páginas con el mismo procedimiento, y que suspendan cuando el bebé pierda interés en la actividad. Sugiere a los padres que le demuestren aprobación al bebé con expresiones cariñosas y entusiastas.

Desarrollo

15 minutos

Pide a los padres o cuidadores que pasen las páginas del libro o revista y esperen a que el bebé descubra y señale una imagen conocida, por ejemplo: cuando observa la figura de una sonaja, la señala

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Es importante motivar a los padres a que sean expresivos cuando les lean a sus bebés; hacer caras y entonaciones diferentes generará interés en los pequeños y a ellos les resultará divertido.

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



Me gustan los libros

Material:

- Libros, los necesarios para que cada integrante del grupo tenga uno
- Tapete o manta

Escuche

Tiempo: 20 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Propicien en las niñas y los niños el reconocimiento de imágenes, así como favorezcan la exploración de textos impresos.

Inicio...

Cuando la biblioteca cuente por lo menos con un ejemplar para cada uno de los integrantes, distribuya los libros sobre un tapete.

Desarrollo

15 minutos

Deja que las niñas, los niños y sus padres se acerquen y observen los libros. Animales para que seleccionen uno. Sugiere a los padres que muestren a los niños los elementos de la portada que identifican al libro. Explícales que vas a mencionar un objeto o per-

sonaje de los libros y que el que tenga ese libro pase a entregarlo. Por ejemplo: "Quiero el libro del pato" o "¿Cuál es el libro de la luna?". Al final, coloca los libros a la vista de las niñas y los niños, en un lugar accesible para que los alcancen fácilmente cuando quieran verlos. O bien, puedes pedir a los niños que vayan a tomar el libro que tenían y que lo lean ahora a sus papás.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Es importante que las niñas y los niños vayan conociendo el acervo que hay en el servicio educativo, de esta manera irán poco a poco interesándose en algunos libros en particular. Hay que dejar que los vean y manipulen libremente e invitar a los padres, madres y cuidadores a que les pregunten si quieren que se los lean.
- ✓ Las niñas y los niños pueden buscar muchas veces el mismo libro, y negarse a ver otros. Explíca a los padres que esto es normal, la historia o los dibujos de ese libro les está ayudando a explicarse algo. Además, diles que les ayuda con la noción de tiempo/permanencia (la historia es la misma, allí sigue ese personaje, o siempre hay solución a algo).

Fichas para hacer con las familias

3. Educación y recreación



Juguemos con los personajes

Material:

– Para realizar en casa: Cartón, crayolas, plumones, pintura, recortes de papel de colores, pegamento, tijeras y palitos de madera

Tiempo: 30 minutos

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Elaboren con sus hijas e hijos dibujos, así como que representen acciones relacionadas con los personajes de una historia.

Inicio...

En una sesión previa, el grupo elegirá un libro (cuento) que les interese y se organizarán en equipos de tres. Cada equipo elaborará un juego de personajes basado en el libro que eligieron.

ahí y moverlas. Por ejemplo, si el cuento se trata de un día de lluvia, los personajes podrían ser: la nube, las gotas de agua, un niño, una enorme hoja de árbol con la que se cubre el niño, un árbol, etcétera.

Lee el cuento en voz alta.

Cuando estén listos los personajes, invita a las niñas, los niños y a sus padres a representar el cuento elegido.

25 minutos

Los padres elaboran siluetas de cartón (los niños y los niños las dibujarán o pintarán) que representen a los personajes del cuento que eligieron previamente y les pegarán una vara de madera en la parte de atrás para que los niños puedan tomarlas de

Es importante que todos los equipos representen el cuento, mientras el resto del grupo es el espectador, como si fuera una obra de teatro.

Guarda el material para crear diversas (otras) historias mezclando los personajes de diferentes libros.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Leer nos da la posibilidad de descubrir, explorar el mundo, así como conocer y crear personajes reales y ficticios, a través de la imaginación.
- ✓ Para que las niñas y los niños se interesen por la lectura, los libros deben estar a su alcance, ser un objeto común. Además de eso, los adultos debemos acompañarlos, leer juntos y comentar las ilustraciones, los hechos, las palabras y demás.

Fichas para hacer con las familias

4. Bienestar y desarrollo



Aapego seguro

Material:

- Equipo audiovisual o celular para ver videos
- Hoja de rotafolio
- Marcadores
- Masking tape
- Tarjetas con descripción de actividades

Tiempo: 35 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Aapego y vínculo afectivo.

¿Qué queremos?

Madres, padres y cuidadores...

Identifiquen acciones que favorecen el apego seguro.

Inicio...

10 minutos.
Pregunta a los participantes:

¿Qué necesita un niño pequeño de sus cuidadores?

¿Qué le ofrecen sus cuidadores?

Escucha algunas participaciones y escribe en una hoja de rotafolio sus aportaciones.

Observa lo que hayas escrito. Quizás encuentres algunos aspectos que se repiten: cosas materiales, como ropa, comida, es decir, aspectos del mundo físico cotidiano. Si es así, coméntalo con el grupo.

Desarrollo

20 minutos

Apego seguro. Crece con Chile 2:28 minutos
<https://youtu.be/egNh8Mswplk>

NOTA: Si puedes, comparte el enlace con los participantes que cuenten con celular, o tal vez puedas apoyarte con un equipo de cómputo y proyectarlo al grupo.

Después de ver el video, invita al grupo a formar un círculo y retoma la información que aportaron al inicio, sobre lo que necesitan las niñas y los niños pequeños. Enseguida pregúntales:

¿Qué opinan de lo que vieron en el video?

¿Qué otras cosas es necesario proporcionar a los niños pequeños?

¿Qué necesitan ustedes o los cuidadores para criarlos?

Escucha con atención los comentarios de los participantes.

Coméntale al grupo que tienes unas tarjetas con ideas que favorecen el apego seguro y otras que no. Invita a un participante a que elija una tarjeta, la lea al grupo y comenten si se trata de una acción que favorece o no el apego seguro.

Ejemplos:

Hablas con cariño a tu hija o hijo mientras le arrullas.
Dejas que tu bebé lllore hasta que se quede dormido.
Lean de tres a cinco tarjetas y comenten si la acción favorece o no el apego seguro.

Agradece la participación del grupo e invítalos a propiciar en casa acciones que ayuden a fortalecer el apego seguro con los niños pequeños.

Te sugerimos algunos ejemplos de la siguiente información para considerar en las Tarjetas:

- Le dices a tu hijo que lo entregarás con alguien desconocido.

- Identificas cuando tu bebé necesita el cambio de pañal y lo haces pronto.

- Dejas sola a tu hija o hijo por un tiempo prolongado mientras haces alguna actividad.

- Identificas cuando es necesario asear a tu bebé y lo haces de manera cariñosa.

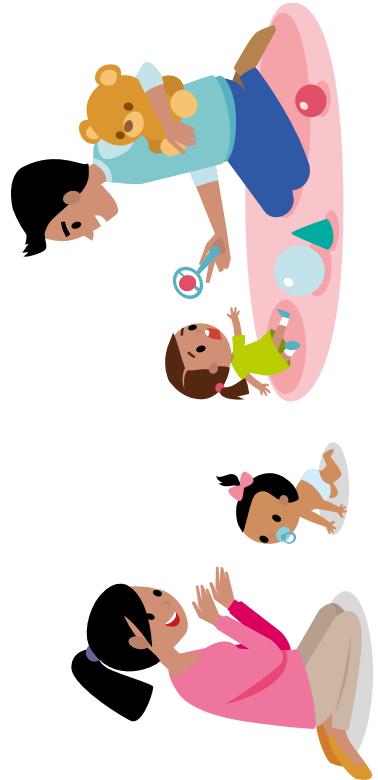


Ilustración: © Shutterstock



Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Es evidente el impacto negativo en el desarrollo de las niñas y los niños debido a la falta de afecto de los adultos o de sus cuidadores.
- ✓ Las niñas y los niños durante los primeros años de vida dependen totalmente de los padres o cuidadores para su procuración, alimentación y protección.

Para conocer más sobre este tema, puedes revisar el siguiente video:

Apego seguro. 3:41 minutos

<https://youtu.be/jj4F7lPbvba>



Mi plato del bien comer

Material:

- Anexo 1. Guía de nutrientes en los alimentos
 - Anexo 2. El plato del buen comer
 - Hojas de rotafolio
 - Marcadores de agua
 - Masking tape
- Tiempo:** 60 minutos

¿Qué queremos?

Las embarazadas

Conozcan los alimentos que las nutren, identifiquen lo que se produce en su región, organícen y consuman un menú nutritivo.

Inicio...

10 minutos

Una de las principales recomendaciones para las embarazadas se centra en el tema de la alimentación: es importante que coman alimentos nutritivos, que realicen por lo menos tres comidas al día, aunque lo recomendable son cinco, y que, además, combinen los grupos de alimentos para que coman de forma completa y variada.



Ilustración: © Shutterstock

Comenta a las participantes que se va a revisar información acerca de este tema, identificando los nutrientes que se encuentran en los alimentos y formas de combinarlos.

Pide que te compartan si saben cuáles son los diferentes nutrientes que se encuentran en los alimentos, por ejemplo, las vitaminas, minerales, entre otros. Escucha atentamente su participación.

Desarrollo

45 minutos

1. Comenta que por pareja van a leer el texto Guía de nutrientes en los alimentos (Anexo 1). Puedes presentar la información en hojas de rotafolio para que todas puedan mirarlo.
2. De acuerdo a la información revisada, pide que identifiquen los alimentos que se encuentran en su región y en su comunidad, y que los anoten en una hoja. Más adelante se utilizará esta información
3. Presenta el plato del bien comer (imagen del Anexo 2) y, en conjunto, revisen detalladamente los grupos de alimentos y las recomendaciones que se dan para su consumo.
4. Invita a todas las participantes a que hagan su propio plato del bien comer. Pídeles que recuperen la información que escribieron en la actividad anterior sobre los alimentos que hay en su región y/o comunidad.

5. Una vez que hayan realizado su plato del bien comer, pídeles que escriban su menú de comida para un día, considerando lo siguiente:

- Combinar alimentos de los grupos que se incluyen en el plato del bien comer.
- A veces, por diferentes razones no es posible consumir a diario leche, carne o pescado. En estos casos pueden buscar en la guía de nutrientes el equivalente a estos. Por ejemplo, la leche aporta calcio, pero, si no se tiene leche, se puede consumir brócoli, almendras, garranzos, etcétera.
- Aprovechen los alimentos que se dan en la región.
- Incorporen entre los alimentos principales (desayuno, comida y cena) fruta y/o verdura que podrían consumir.
- 6. Al terminar de hacer su menú, pídeles que lo expliquen brevemente. Esta actividad podrían realizarla varias veces en las sesiones y en casa.
- 7. También sabemos que a veces no nos gustan todos los alimentos, como las verduras, pero esta es una oportunidad para probar algo nuevo y hasta tal vez cumplir algún antojo de manera nutritiva, al probar nuevas combinaciones. Por ejemplo: arroz y verduras, maíz y verduras, pan o tortilla de harina y verduras, todos los tipos de atoles con cacahuate, arroz y ajonjolí, frijoles y maíz en todos sus modalidades, frijol de soya con otros alimentos, entre otras.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Durante el embarazo, se recomienda realizar ingestas de cinco alimentos, como se describe a continuación:
 - Desayuno
 - Colación (ingerir una fruta o una verdura)
 - Comida
 - Colación (ingerir una fruta o una verdura)
 - Cena
- ✓ La embarazada no debe “comer por dos”, sino comer alimentos que le nutran y en cantidades moderadas.
- ✓ Es importante hacer combinaciones de los diferentes grupos de alimentos para que se considere que la alimentación es balanceada.

Anexo 1

GUÍA DE NUTRIENTES EN LOS ALIMENTOS

Las vitaminas

Son esenciales para el funcionamiento del organismo.

La vitamina A ayuda a la vista y ofrece resistencia a infecciones y bacterias. Se puede obtener con el consumo de verduras anaranjadas o amarillas, como zanahoria, calabaza o camote o de hojas verdes, como brócoli, espinaca, acelga, nopal, perejil, cilantro. También contienen vitamina A frutas como durazno, melón, chabacano, mango y manzana. El hígado de res, la leche entera, el queso y la mantequilla son ricas fuentes de vitamina A.

La vitamina B ayuda a que tengamos hambre, contribuye a la digestión, mantiene el funcionamiento normal del sistema nervioso, de los músculos, del corazón y ayuda para un mejor aprendizaje. La verdura verde contiene vitamina B, y también la encontramos en los cereales integrales como la avena, amaranto y germen de trigo, almendras, nueces y pepitas de calabaza. El hígado, el pescado y los cacahuetes ofrecen también esta vitamina.

La vitamina C es una de las más recomendadas para la época de invierno. Se puede encontrar en las frutas ácidas, como piña, naranja, guayaba, lirón, toronja y jitomate. Los expertos aseguran que

la vitamina C ayuda a prevenir infecciones bacterianas y virales, actúa como laxante natural, disminuye los niveles de colesterol en la sangre y previene el resfriado común.

La vitamina D se obtiene con los efectos de los rayos del sol sobre la piel y en alimentos como las sardinas, el atún, hongos, soya y productos lácteos. La propiedad más importante de la vitamina D es favorecer la formación de huesos y dientes fuertes.

La vitamina E es un antioxidante y ayuda a reducir los niveles de cansancio. Se puede encontrar naturalmente en el germen de trigo, aceites vegetales, verduras como el brócoli, cereales, huevos y espinacas.

La vitamina K ayuda a que la coagulación sea más rápida y se puede encontrar en la alfalfa, la yema de huevo, hojas verdes, leche y en el aceite de hígado de pescado.

Los minerales

Los minerales que necesita el cuerpo pueden obtenerse de varias fuentes, como lo son frutas, verduras, lácteos, carnes, semillas, leguminosas (frijoles, lentejas, habas) y tubérculos (como la papa y el camote).

El calcio, en combinación con el fósforo, actúa en la formación de dientes y huesos. El calcio lo podemos encontrar en lácteos, salmón, sardinas, cacahuetes,

legumbres, hojas verdes, brócoli, almendras y en la col.

El zinc es un mineral importante para el cuerpo de nuestras niñas y niños, controla todos los procedimientos necesarios para el buen funcionamiento de los procesos fisiológicos. De hecho, le llaman “el policía de tránsito”. También es necesario para el buen desempeño del aparato reproductor y el adecuado funcionamiento del cerebro. El zinc se puede encontrar en la carne de ternera, calabaza, semillas de girasol, levadura de cerveza y leche desnatada.

El flúor es básico para el fortalecimiento de dientes y huesos. Se encuentra en gelatinas y mariscos.

El fósforo es fundamental para la formación de los dientes y los huesos, así como para el buen funcionamiento de los riñones y del corazón. Se puede encontrar en el pescado, el pollo, la carne de res, el huevo, los cereales integrales, las frutas secas y las semillas.

El hierro es uno de los minerales más importantes para el organismo y se encuentra en el hígado, las carnes rojas, la avena y la yema de huevo. Contribuye a evitar la anemia, por eso es importante en la dieta de las embarazadas.

El potasio mejora la capacidad de aprendizaje ya que transporta una mayor cantidad de oxígeno al cerebro. Favorece la eliminación de toxinas y ayuda a combatir la diarrea. La falta de potasio puede deberse al consumo excesivo de alimentos

muy azucarados. Su fuente natural son el plátano, las papas, los cítricos, los berros y los vegetales de hojas verdes.

El sodio ayuda a mantener el calcio y otros minerales en la sangre, se encuentra en la sal, los cereales, el tocino y los riñones de res.

El yodo sirve para regular nuestras funciones orgánicas. Si al cuerpo le hace falta, nos sentiremos cansadas(os) y empezará un inexplicable aumento de peso. El yodo también sirve para conservar la salud del cabello, las uñas, los dientes y la piel. Aporta energía y vitalidad. Se encuentra en el atún, almellas, queso, avena y papas.

Proteínas

Los productos animales son ricos en proteínas completas y los cereales, las harinas y algunas frutas y verduras son ricas en proteínas incompletas, por eso es necesario combinar ambos tipos de proteína para contribuir al crecimiento del bebé. Las proteínas las podemos encontrar en la soya, cacahuetes, lentejas, avena, huevo, almendras, requesón, semillas de calabaza, garbanzos, pistaches.

Carbohidratos

Son la fuente principal de energía para el cuerpo humano. Entre los alimentos ricos en carbohidratos tenemos las frutas, las legumbres, los cereales

y los productos a base de cereales como el pan y las pastas.

También hay otros carbohidratos que definitivamente debemos desechar de nuestra dieta, como son el azúcar blanca refinada, las papas fritas, pastelesitos y galletas, refrescos con gas, chocolates, chicles y cereales azucarados.

Las grasas son una fuente concentrada de energía y por eso se dice que tienen el más alto contenido de calorías. También mejoran el sabor de muchos alimentos. Los depósitos de grasa en el cuerpo alisan y protegen los órganos vitales.

La fibra, aunque no aporta energía al organismo, es indispensable para el buen funcionamiento del sistema digestivo, ya que promueve la regularidad en la defecación y previene el estreñimiento.

Para organizar una dieta con contenido normal de fibra, simplemente hay que consumir frutas y verduras variadas en, cantidades suficientes. También es importante consumir agua en cantidad suficiente.

Fuente de consulta:

Servín, R. M. (2013). Nutrición Básica y Aplicada. (M. V. Chacón, ed.). ENEO; UNAM.

Anexo 1

Plato del bien comer



Ilustración: © Shutterstock

Fichas para hacer con las familias

5. Embarazadas



Así vivo el embarazo

Material:

- Un cuaderno por embarazada
- Imágenes
- Anexo I
- Hojas de rotafolio
- Marcadores de agua
- Masking tape

Tiempo: 40 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Los cambios en la mujer durante el embarazo.

¿Qué queremos? Las embarazadas

Conozcan y asimilen los cambios físicos y emocionales que se viven en este periodo.

Inicio...

5 minutos

puede recibir ayuda de otras personas que ya vivieron esta experiencia.

Desarrollo

30 minutos

Durante el embarazo, es natural tener dudas, por ejemplo, si el bebé nacerá sano o si saldrá todo bien durante el parto. Cuando se comunica o comparte con otros lo que se siente (los miedos, las preocupaciones y las dudas), se puede esperar al bebé con mayor tranquilidad, al sentir el apoyo y saber que se

1. Pide a las participantes que saquen su cuaderno y escriban las dudas y sentimientos que han tenido

a partir de que supieron que estaban embarazadas. Diles que anoten lo que recuerden de ese momento.

2. Invítalas a que comenten acerca de lo que escribieron, también puedes expresar lo que tú consideres importante.

Recuérdales que este cuaderno será su “diario”, en el cual cada día anotarán todo lo que ellas quieran respecto de su embarazo. Pueden decorarlo como ellas lo decidan. Este será un material para las sesiones.

“Un diario es un cuaderno muy especial y personal, en él que puedes escribir tus ideas, dudas y sentimientos.”

3. Pregúntales acerca de cómo se han sentido con los cambios que han vivido en el embarazo, si todas han tenido los mismos cambios, y pídeles que comparten cuáles han sido los más significativos o importantes para cada una. Recupera en lluvia de ideas lo que comparten y escríbelo. Más adelante, usarás esta información.
4. Muestra la imagen de apoyo y diles que observan qué cambios suceden en cada trimestre.

PRIMER TRIMESTRE



SEGUNDO TRIMESTRE



TERCER TRIMESTRE



Ilustración: © Shutterstock

5. Pide que, de manera grupal, identifiquen y comparten en qué mes de embarazo se encuentran, qué cambios han vivido y qué recomendaciones pueden dar las mujeres que ya han tenido otros embarazos para que éstos se vivan de la mejor manera. Apóyate en el Anexo 1. Recomendaciones (puedes copiar el formato en hojas de rotativo).
6. Comenta que, también durante el embarazo, se viven diferentes emociones y miedos. Puedes mencionar estos ejemplos. Enlista en una hoja de rotafolio los cambios emocionales que suceden en el embarazo:

- Cambios bruscos de humor (enojo, tristeza, alegría, ansiedad, miedo)

- Necesidad de sentirse acompañada y querida
- Temor por la salud del bebé
- Temor por perder al bebé

7. Preguntar la opinión de cada una sobre los cambios que han vivido y si se identifican con los que mencionaste. No olvides solicitar la intervención de las mujeres que ya han estado embarazadas, ellas tienen más experiencia y sus comentarios pueden ayudar a las primerizas.

8. Recomienda que escriban en su diario sus dudas, alegrías y hasta sus miedos. El diario será nuestro acompañante principal en las sesiones y durante el embarazo.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Es importante compartir con el papá del bebé o con alguien cercano a la embarazada, los sentimientos y emociones que se viven. Esto ayudará a sentirse acompañada.
- ✓ Es necesario que conozcan los cambios que se presentan en el embarazo, para que estén preparadas y los vivan de la mejor manera.

Anexo 1. Recomendaciones

Primer trimestre del embarazo (1 al 3 mes)	
Cambios	Recomendaciones
Náuseas y vómito	
Mucho sueño	
Poca hambre	
Mucha hambre	
Molestias en la encías	
Segundo trimestre del embarazo (4 al 6 mes)	
Cambios	Recomendaciones
Dolor en los pechos	
Poca hambre	
Mucha hambre	
Problemas en la digestión (estreñimiento)	
Manchas en la cara (paño)	
Hinchazón de manos y tobillos	
Estiramiento de la piel (estrías)	
Exceso en el peso	
Caída de cabello	
Tercer trimestre del embarazo (7 al 9 mes)	
Cambios	Recomendaciones
Más cansancio	
Molestias en la espalda	
Acidez	
Estreñimiento	
Hemorroides	
Mayor dificultad para moverse	
Aumento de la temperatura	

Mitos y realidades de la lactancia materna



Material:

- Anexo 1 Listado de mitos y realidades
- Hojas de rotafolio
- Marcadores de agua
- Masking tape

Tiempo: 40 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-La lactancia exclusiva

¿Qué esperamos?

Las embarazadas

Conozcan y promuevan los beneficios de la lactancia materna.

Inicio...

5 minutos

Cuando se está embarazada, surge una serie de ideas acerca de qué va a pasar con la alimentación del bebé cuando nazca, debido a los mitos existentes sobre la lactancia materna.

Pregunta qué saben o qué les han dicho acerca de la lactancia materna y cómo lo aprendieron, recuerda algunas ideas.

Desarrollo

30 minutos

1. Comparte a las participantes el listado sobre mitos y realidades de la lactancia materna (Anexo 1) y pídeles que identifiquen si cada una de las frases se refiere a un mito o si es realidad. Durante la revisión, pide que voluntariamente comparten su opinión. Si se tienen dudas acerca del tema, en otra de las sesiones pueden invitar a personal del sector salud para conversar más al respecto.

2. A manera de lluvia de ideas, realicen un listado de actividades que pueden hacer mientras están amamantando a sus bebés y que les ayuden a mostrarles cuánto los quieren. Anota en una hoja de rotafolio sus ideas, las recuperarás en la última actividad.
3. Invita a las participantes, y a los papás que también asisten a la sesión, a que elaboren carteles para promover la lactancia materna en la comunidad. Pueden apoyarse en las fichas donde se aborde este tema.
4. Invita a que voluntariamente presenten sus carteles a los demás integrantes del grupo.
5. Identifiquen algunos lugares de la comunidad en donde puedan pegar su cartel para que sea visto por muchas personas.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Es importante que estés informada sobre la importancia de practicar la lactancia materna de manera correcta y todos los beneficios que tiene para la madre y su bebé.
- ✓ México es uno de los países con menor porcentaje en realizar la práctica de la lactancia materna. Algunas de las razones son las siguientes: el regreso a las actividades laborales, que las mujeres tienen poca confianza en producir la leche necesaria para su bebé y la falta de experiencia para amamantar.

✓ Es necesario dedicarle tiempo de calidad a los momentos en que el bebé ingiere la leche materna.

Anexo 1

listado de Mitos y realidades sobre la lactancia materna

1. Para producir más leche, es necesario comer más de tres veces al día y de forma abundante. Mito o realidad.

Respuesta correcta: Mito

2. Para que una mujer produzca la cantidad adecuada de leche para su bebé, es necesario que beba agua y que el bebé succione. Mito o realidad

Respuesta correcta: Realidad

3. El calostro es malo para el bebé pues es una sustancia que daña su salud. Mito o realidad

Respuesta correcta: Mito

4. La leche materna contiene los nutrientes necesarios para ser el alimento exclusivo del bebé durante sus primeros seis meses. Mito o realidad

Respuesta correcta: Realidad

5. El tamaño de los senos influye en la cantidad que puede producirse de leche.
Mito o realidad

Respuesta correcta: Mito

6. Al bebé hay que ponerle horarios de alimentación desde que nace, sino se mal acostumbra.
Mito o realidad

Respuesta correcta: Mito

7. Amamantar al bebé trae beneficios a la madre, tales como la prevención de enfermedades.
Mito o realidad

Respuesta correcta: Realidad

8. Hay que darle al bebé agua después de que tome su leche. Esto ayuda a la digestión.
Mito o realidad

Respuesta correcta: Mito

9. Con la lactancia materna se fortalece el vínculo de cariño entre mamá e hijo.
Mito o realidad

Respuesta correcta: Realidad

10. Los niños necesitan más leche que las niñas por las actividades que harán cuando sean grandes.
Mito o realidad

Respuesta correcta: Mito

Fichas para hacer con las familias

5. Embarazadas



Comunicándonos

Material:

- Hojas blancas
- Hojas de rotafolio
- imágenes
- Marcadores de agua
- Masking tape

Tiempo: 40 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Lazos de comunicación y afecto desde el embarazo.

¿Qué queremos?

Las embarazadas

Conozcan algunas maneras en las que pueden comunicarse con el bebé.

Inicio...

10 minutos

1. Invita a las participantes a que comparten qué saben acerca de lo que siente, escucha y mira el bebé cuando está en el vientre materno. Escucha algunas participaciones y comenten.
2. Menciona a las integrantes del grupo que van a realizar una serie de actividades para favorecer la comunicación con el bebé y mostrarle cariño.

Desarrollo

25 minutos

Frases para el bebé

3. Solicita a las participantes que cada una de ellas escriba dos o tres frases que quisieran decirle a su bebé, mismas que reflejen el cariño que sienten por él.

Por ejemplo;

“Sé que me escuchas y quiero decírtelo que te queremos mucho, yo, tu papá y tus hermanitos y que te esperamos con alegría.”



Recupera algunas participaciones, a manera de lluvia de ideas, y escríbelas en una hoja de rotafolio.

7. Pídeles que piensen alguna canción de cuna que recuerden que les cantaban a ellas cuando eran pequeñas o alguna otra que hayan aprendido, y que la canten a su bebé. Diles que acompañen el canto con caricias a su vientre. Recomienda que estén atentas a las respuestas del bebé.

8. Pide a las que hayan notado alguna respuesta de su bebé que, de manera voluntaria, describan brevemente las emociones o sentimientos que esto les provoca. Toma el tiempo necesario para escucharlas con atención.
9. Recomienda que esta actividad también la realicen con el papá del bebé, o alguna otra persona que esté muy cercana a ellas durante su embarazo. Que identifiquen si hay alguna diferencia cuando canta la mamá o cuando lo hace otra persona.
4. Invítalas a que lean las frases mientras se acarician el vientre y que esperen la respuesta del bebé. Coméntales que es importante que estén atentas para sentir la respuesta del bebé, por ejemplo, si se mueve o reacciona de alguna otra forma.
5. Recomienda que realicen esta actividad en cada momento que tengan oportunidad o durante un descanso en el que puedan tomarse un tiempo y relajarse.

Canciones para el bebé

6. Pregunta a los participantes: ¿Qué imaginan que siente el bebé cuando le cantamos una canción?



Ilustraciones: © Shutterstock

Música para el bebé

Recuerda que...

5 minutos

✓ Durante los primeros meses, el bebé está creciendo y, poco a poco, irá desarrollando sus sentidos: tacto, gusto, vista y oído.

✓ Es importante que empieces a comunicarte con tu bebé desde los primeros meses del embarazo. Puede ser que al principio no percibas las respuestas del bebé a lo que le digas o hagas, pero, si eres constante, lograrás identificarlas.

✓ En el desarrollo del bebé, influye todo lo que tú piensas, sientes y vives. Por ello, es importante que trates de que tus pensamientos sean positivos, lo cual se verá reflejado en la tranquilidad del bebé.



Ilustración: © Shutterstock

Recomienda que estén atentas a las respuestas del bebé. Poco a poco notarán que, de acuerdo con lo que hagan, habrá una respuesta diferente y, si son constantes, llegarán a distinguir cuando algo no le guste al bebé.

Pueden practicar estas actividades en casa.

Fichas para hacer con las familias

6. Hombres en la crianza

Soy papá



Material:

- Juegos, libros y el material que se elaboró durante las sesiones de inicio

Tiempo: 35 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Los niños y los niños en los primeros años.

¿Qué queremos?

Las embarazadas

Reconozcan la importancia de tener disponibilidad para jugar, dialogar, cantar, observar y convivir con sus hijas e hijos.

Inicio...

10 minutos.

1. Comenta a los participantes que les mencionarás una frase y cada uno la completará.
Me llamó _____ y soy papá (abuelo, tío) de _____.

2. Una vez que todos participen, coméntales que lo que a nuestras hijas e hijos les gusta y disgusta lo descubrimos en la convivencia con ellos. Además de que de nosotros depende, en gran medida, saber más de ellos y guiarlos para que se desarrollen plenamente.

Ejemplo:

Me llamó Francisco y soy papá de Erick.

Erick tiene dos años de edad, le gusta que yo le lea un libro y no le gusta que yo le apriete los cachetes.

2. Una vez que todos participen, coméntales que lo que a nuestras hijas e hijos les gusta y disgusta lo descubrimos en la convivencia con ellos. Además de que de nosotros depende, en gran medida, saber más de ellos y guiarlos para que se desarrollen plenamente.

3. Pregunta a los participantes: ¿Qué opinan? ¿están de acuerdo con lo que dicen las frases? ¿no están de acuerdo? ¿por qué?

Desarrollo

20 minutos

4. Invita a los papás y cuidadores a acercarse a sus niñas y niños para ofrecerles un juguete, libro, o bien unirse a la actividad que el pequeño desarrolla. Indícales que ese tiempo es para compartir un juego con el niño o simplemente para observarlo. Diles que posteriormente comentarán al respecto.

5. Indica a los papás y cuidadores que para partir sus respuestas a los ejercicios: “A qué jugaron?” y/o “¿Qué observaron en sus niños?”, seguirán la dinámica de la actividad anterior:

Ejemplo:

Soy papá de Liliana, jugamos a hacer torres y observé que a veces se desesperaba cuando no podía colocar una pieza.

6. Escucha con atención los comentarios. Si es necesario, invita a quien no ha participado y ofrecele un dato que hayas observado. Ejemplo: “Señor Francisco, noté que, mientras usted leía a Erick, él iba y venía, observaba las imágenes del libro y luego volvía. Estaba feliz. ¿Usted qué más notó?”
7. Coméntales a los participantes que, cuando dedican un momento para compartir un juego o una actividad con las niñas y los niños, ellas y

ellos, además de disfrutar de su presencia, empiezan a comprender que su papá o cuidador es alguien que se interesa en ellas(os). Por ello, es común escuchar afirmaciones como la siguiente: “El tiempo, las explicaciones y los juegos que puedan otorgar a las niñas y los niños son invaluables”.

Recuerda que...

5 minutos

- ✓ Ser papá significa participar en las actividades cotidianas de la vida de tu hija o hijo.

Fichas para hacer con las familias

6. Hombres en la crianza

Paternidad. Mitos y realidades



Material:

- Imagen de un padre con una niña conversando

Tiempo: 35 minutos

Vinculación con las fichas para conocer con las familias:

-Las niñas y los niños en los primeros años.

¿Qué queremos? Las embarazadas

Revisen que hay mitos y realidades sobre la paternidad.

Inicio...

10 minutos.

1. Pide a los participantes que observen con atención la siguiente imagen:



Ilustración: © Shutterstock

2. Pregúntales: ¿Qué observan? ¿Qué hacen el hombre y la niña de la foto? ¿Existirá algún parentesco entre ambos?

3. Después de escuchar las respuestas, coméntale al grupo que se trata de un padre que conversa con su hija, la escucha con atención y ambos disfrutan de la convivencia; se trata de un padre que valora la explicación como una vía para comunicarse con su hija y ella está aprendiendo que, cuando se esfuerza en comunicar con palabras lo que desea, le interesa o no comprende, su padre está para ella y, en esa convivencia, la niña no sólo aprende a hablar con un mayor número de palabras, sino que está más segura de lo que dice.

MITO:

Los papás mandan en la casa, castigan y son los responsables de trabajar para comprar todo lo que se necesita en la casa.

REALIDAD:

Los papás y cuidadores solucionan problemas negociando con las madres, hijas e hijos.

También educan y ofrecen afecto, sin maltratar. Pueden compartir la responsabilidad de llevar los gastos en la casa.

5. Recupera los puntos de vista de los participantes y después coméntales que a ser padre y a ser madre se aprende isiéndolo! La maternidad y la paternidad se ejercen y se viven de manera única. No importa si retomamos ideas sobre la forma

en la que nuestros padres nos criaron o si modificamos algunos aspectos. Incluso es posible que no eduquemos a nuestros hijos del mismo modo como nos educaron a nosotros, al darnos cuenta de que hay cosas que podemos hacer mejor, por ejemplo, cuando logramos influir en nuestros hijos sin castigarlos.

En muchos casos, los papás cumplen la función fundamental de otorgar los recursos económicos para solventar los gastos de alimentación de la familia. Sin embargo, una manera de favorecer en gran medida el desarrollo de las niñas y los niños consiste en solucionar con su pareja las dificultades de la crianza sin utilizar medidas

20 minutos.

4. Coméntales a los participantes que les leerás un mito y una realidad sobre la paternidad y que, al final, habrá un momento para que expresen sus opiniones.

como el castigo o la violencia. Cuando, desde muy pequeños, uno aprende que los problemas se resuelven dialogando, generalmente procurará relacionarse con personas solidarias que busquen soluciones no violentas ante los conflictos y, por tanto, se expondrá a menos riesgos.

6. Solicita a los participantes que mencionen una actividad que disfruten hacer con sus hijas e hijos, o bien comenten una anécdota de la hija o el hijo con quien asisten a la sesión, que los haya hecho sentirse orgullosos y les haya sorprendido: algo que hizo o algo que dijo. También puede ser algo que los haya hecho reflexionar, por ejemplo, un descuido de su parte que puso en peligro la integridad de la pequeña o el pequeño.
7. Escucha con atención las participaciones. No le insistas a todos a que expresen algo. Quizá algunos papás aún no sienten la suficiente confianza para compartir sus experiencias, sin embargo, el hecho de que asistan y escuchen, es un primer paso para sentirse parte del grupo y seguros de que la sesión es un espacio para aprender.
8. Finaliza los comentarios, menciona al grupo que las niñas y los niños, desde muy pequeñitos, lean el mundo, el mundo de su hogar, y, poco a poco, van aprendiendo en quién confiar y a quién temer. Por ello es muy importante que todos los días encuentren en su madre, padre o cuidadores, personas que los cuiden, los protejan y les enseñen a convivir.

Recuerda que...

5 minutos.

- ✓ Cuando el dialogo, la explicación y el afecto guían la crianza de las niñas y los niños, estos aprenden a confiar en sus padres y entienden que esa es la forma para solucionar las dificultades.
- ✓ Los esfuerzos de los papás por proveer los recursos económicos para solventar los gastos que implica la crianza de las niñas y los niños, son fundamentales y de mucho valor; sin embargo, si a esto se le agrega tiempo para jugar y convivir con los niños, ellas y ellos se desarrollarán mejor.

Anexo 1

Instrumento para recuperar información individual acerca de la crianza de las niñas y los niños

Este instrumento tiene la intención de indagar con las madres, padres, embarazadas y/o cuidadores sobre las ideas que se tienen acerca de las niñas y los niños, sobre las acciones que realizan para criarlos y sobre la participación de la comunidad en su cuidado y atención, así como sobre algunos cuidados que se tienen durante el embarazo.

La información que recuperes te servirá para conformar un diagnóstico del grupo sobre la crianza de las niñas y los niños, el cual, al final del ciclo operativo, retomarás para reconocer cambios en los puntos de vista de los participantes, por ello aplicarás el instrumento al inicio y al final del proceso.

Al final del ciclo, será necesario que compares las respuestas que te brindaron los participantes, para que les compartas tus hallazgos.

La información es confidencial. Cada madre, padre, embarazada y/o cuidador puede responder el instrumento, o bien, a manera de entrevista y en varias sesiones, tú puedes leerle a cada participante las frases y registrar sus repuestas.

Nombre de la comunidad:	Fecha:
Municipio:	Estado:
Nombre del/a promotor/a:	
Nombre del padre, madre, embarazada o cuidador:	
Nombre de la niña o niño:	
Fecha de nacimiento de la niña o niño:	

Instrucciones: Lee cada una de las frases y tacha el recuadro con el número que corresponda a tu respuesta, de acuerdo con la escala que se presenta a continuación.

1 = Nunca

2 = Algunas veces

3 = Casi siempre

4 = Siempre

Como adulto responsable de la crianza	1	2	3	4
Me aseguro de que la niña o niño esté bien alimentado.				
Me aseguro de que reciba las vacunas que corresponden a su edad.				
Me aseguro de tener todos sus papeles al día (acta de nacimiento y CURP, entre otros).				
Procuro que siempre esté en espacios seguros, lejos de objetos o situaciones que puedan representar un riesgo y generar accidentes.				
Lo llevo al médico cuando se enferma y le doy los medicamentos o remedios que necesita para aliviarse.				
Procuro que juegue con otros niños o miembros de la familia, además de que juegue en las sesiones de Educación Inicial				
Juego con él cada día.				
Lo llamo por su nombre, no utilizo sobrenombres o apodos.				
Lo trato con amor y respeto.				
Cuando hace algo con lo que no estoy de acuerdo, me tranquilizo y le explico cuáles son las consecuencias de lo que hizo o por qué no debe hacerlo.				
Cuando hace algo con lo que no estoy de acuerdo, evito los golpes y los gritos.				
Dejo que exprese sus sentimientos y les pongo atención.				
Respeto su ritmo. Entiendo que no todos los niños crecen de igual forma, ni logran hacer las cosas al mismo tiempo. Todos los niños son diferentes.				
Dejo que haga por sí mismo las cosas que puede hacer y lo apoyo para que consiga las que aún no ha logrado realizar.				

Como adulto responsable de la crianza	1	2	3	4
Priorizo y atiendo sus necesidades (comida, baño, sueño...).				
Evito compararlo con otros niños.				
Tomo en cuenta sus gustos, siempre y cuando no atenten contra su salud o integridad.				
Respeto sus opiniones, las considero, no me burlo ni lo descalifico.				
Lo incorporo en las actividades de la familia (la elaboración de la comida, los juegos familiares, los paseos...).				
Procuro espacios en los que pueda participar de las conversaciones familiares.				
Le hablo de las actividades que vamos a realizar juntos o de las actividades a las que va a asistir.				
Las decisiones que tomamos los adultos en casa consideran siempre el bienestar de los niños pequeños.				

Solo para papás y cuidadores (hombres) que asisten a las sesiones. ¿Con qué frecuencia...?

1=Nunca 2=Algunas veces 3=Casi siempre 4=Siempre	1	2	3	4
Baño a mi hijo o hija.				
Le cambio el pañal o lo acompañó al baño.				
Le preparo de comer.				
Le doy de comer.				
Juego con ella o él.				
Le leo, le cuento un cuento o una historia.				
Lo llevo al médico.				
Le explico lo que haremos, respondo a sus balbuceos o preguntas.				
Vamos a las sesiones de Educación Inicial.				

Para embarazadas. Durante mi embarazo...

1=Nunca 2=Algunas veces 3=Casi siempre 4=Siempre	1	2	3	4
Asisto a consulta médica cada mes.				
Tengo las vacunas necesarias (las que me indicó el médico).				
Cuido mi alimentación (consumo alimentos locales ricos en nutrientes, no hago ayunos prolongados, como frecuentemente y en pocas cantidades).				
Cuido mi higiene personal (me baño con frecuencia, me lavo las manos antes de comer, antes de cocinar, después de ir al baño, me cepillo los dientes diariamente).				
Evito situaciones que me pongan en riesgo (no cargo objetos pesados, realizo caminatas cortas). Procuro estar contenta, tranquila y, cuando me asusto o enojo, intento serenarme.				
Hablo con mi bebé en el vientre y lo acaricio a través de mi pancita.				
Asisto a las sesiones en donde me orientan sobre el cuidado de mi embarazo.				
Involucro a mi pareja, o alguien más, en las visitas que realizo al médico.				

Sobre mi comunidad

1=Nunca 2=Algunas veces 3=Casi siempre 4=Siempre	1	2	3	4
En mi comunidad, reconocemos que las niñas y los niños desde pequeños, aprenden y son capaces de participar en las decisiones de la familia y comunidad.				
En mi comunidad, nos involucramos en el cuidado, educación y socialización de las niñas y los niños pequeños.				

1=Nunca 2=Algunas veces 3=Casi siempre 4=Siempre	1	2	3	4
La gente de mi comunidad participa en las acciones que favorecen las relaciones respetuosas, donde a las niñas y los niños se les escucha y explica sobre lo que sucede.				

Observaciones/ comentarios

Anexo 2

Instrumento para recuperar información grupal acerca de la crianza de las niñas y los niños

Este instrumento tiene la intención de apoyarte e la organización de la información que indagaste con el grupo de las madres, padres, embarazadas o cuidadores. La información se organiza en cuatro rubros: 1. Adulto responsable de la crianza; 2. Papás y cuidadores (hombres) que asisten a las sesiones; 3. Embarazadas; 4. Comunidad.

Se registran los datos recuperados en dos momentos: al inicio y al final del ciclo operativo, para que puedas analizar la información, y posteriormente ofrecerle a los padres, madres, embarazadas y/o cuidadores información acerca de sus prácticas de crianza, de manera respetuosa.

Nombre de la comunidad:	Fecha:
Municipio:	Estado:
Nombre de el/a promotor/a educativa:	

Instrucciones: Registra el nombre de las personas que entrevistaste y escribe en el recuadro el número de la respuesta que otorgó cada uno de los participantes, al inicio y al cierre del ciclo operativo.

Escala:

1 = Nunca **2** = Algunas veces **3** = Casi siempre **4** = Siempre

Nombre de madre, padre o cuidador: Como adulto responsable de la crianza...	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre
Me aseguro de que la niña o niño esté bien alimentado.						
Me aseguro de que reciba las vacunas que corresponden a su edad.						
Me aseguro de tener todos sus papeles al día (acta de nacimiento y CURP, entre otros).						
Procuro que siempre esté en espacios seguros, lejos de objetos o situaciones que puedan representar un riesgo y generar accidentes.						
Lo llevo al médico cuando se enferma y le doy los medicamentos o remedios que necesita para aliviarse.						
Procuro que juegue con otros niños o miembros de la familia, además de que juegue en las sesiones de Educación Inicial						
Juego con él cada día.						
Lo llamo por su nombre, no utilizo sobrenombres o apodos.						
Lo trato con amor y respeto.						
Cuando hace algo con lo que no estoy de acuerdo, me tranquilizo y le explico cuáles son las consecuencias de lo que hizo o por qué no debe hacerlo.						
Cuando hace algo con lo que no estoy de acuerdo, evito los golpes y los gritos.						

Nombre de madre, padre o cuidador:		Inicio	Cierre	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre
Como adulto responsable de la crianza...							
Dejo que exprese sus sentimientos y les pongo atención.							
Respeto su ritmo. Entiendo que no todos los niños crecen de igual forma, ni logran hacer las cosas al mismo tiempo. Todos los niños son diferentes.							
Dejo que haga por sí mismo las cosas que puede hacer y lo apoyo para que consiga las que aún no ha logrado realizar.							
Priorizo y atiendo sus necesidades (comida, baño, sueño....).							
Evito compararlo con otros niños.							
Tomo en cuenta sus gustos siempre y cuando no atenten contra su salud o integridad.							
Respeto sus opiniones, las considero, no me burlo ni lo descalifico.							
Lo incorporo en las actividades de la familia (la elaboración de la comida, los juegos familiares, los paseos....).							
Procuro espacios en los que pueda participar de las conversaciones familiares.							
Le hablo de las actividades que vamos a realizar juntos o de las actividades a las que va a asistir.							
Las decisiones que tomamos los adultos en casa consideran siempre el bienestar de los niños pequeños.							

Nombre del padre, cuidador:	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre
Solo para papás y cuidadores (hombres) que asisten a las sesiones. ¿Con qué frecuencia...?						
Baño a mi hijo o hija.						
Le cambio el pañal o lo acompañó al baño.						
Le preparo de comer.						
Le doy de comer.						
Juego con ella o él.						
Le leo, le cuento un cuento o una historia.						
Lo llevo al médico.						
Le explico lo que haremos, respondo a sus balbuceos o preguntas.						
Vamos a las sesiones de Educación Inicial.						

Nombre de la embarazada:	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre
Para embarazadas Durante mi embarazo...						
Asisto a consulta médica cada mes.						
Tengo las vacunas necesarias (las que me indicó el médico).						
Cuido mi alimentación (consumo alimentos locales ricos en nutrientes, no hago ayunos prolongados, como frecuentemente y en pocas cantidades).						

Nombre de la embarazada:	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre	Inicio	Cierre
	Para embarazadas	Durante mi embarazo...				
Cuido mi higiene personal (me baño con frecuencia, me lavo las manos antes de comer, antes de cocinar, después de ir al baño, me cepillo los dientes diariamente).						
Evito situaciones que me pongan en riesgo (no cargo objetos pesados, realizo caminatas cortas). Procuro estar contenta, tranquila y cuando me asusto o enojo intento serenarme.						
Hablo con mi bebé en el vientre y lo acaricio a través de mi pancita.						
Asisto a las sesiones en donde me orientan sobre el cuidado de mi embarazo.						
Involucro a mi pareja o alguien más, en las visitas que realizo al médico.						

Sobre mi comunidad	Inicio	Cierre
En mi comunidad, reconocemos que las niñas y los niños desde pequeños aprenden, son capaces de participar en las decisiones de la familia y comunidad.		
En mi comunidad, nos involucramos en el cuidado, educación y socialización de las niñas y los niños pequeños.		
La gente de mi comunidad participa en las acciones que favorecen las relaciones respetuosas donde a las niñas y los niños se les escucha y explica sobre lo que sucede.		

Referencias

Aguirre Dávila, Eduardo y Ernesto Durán Strauch. *Socialización: prácticas de crianza y cuidado de la salud. Un estudio con familias que inician su escolarización en Santa Fe de Bogotá*. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia, 2000.

Brazelton, T. Berry, y Stanley I. Greenspan. *Las necesidades básicas de la infancia*. Barcelona: Grao, 2005.

Brooker, Liz y Martín Woodhead eds., “¿Qué es el juego?”, en *La Primera Infancia en perspectiva. El derecho al juego*, no 9. Reino Unido: Cambrian Printers, 2013, 8. Adaptado de Gaskins, S. “Children’s daily lives in a Mayan village: a case study of culturally constructed roles and activities”, en Göncü, A. ed., *Children’s Engagement in the World*, Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

Campos, Anna Lucía. “Un vistazo al cerebro de los bebés”. *Conafecto*, núm. 0 (diciembre 2014): 10-15.

Cázares Villa, Magdalena. “Como papás ¿las prácticas de crianza nos tocan?”. *Conafecto*, núm. 0 (diciembre 2014): 48 y 49.

Cillero, Bruñol Miguel. “El Interés Superior del Niño en el marco de la Convención Internacional sobre los derechos del niño”. En *Justicia y Derechos del Niño*, no 9, Santiago, Chile: UNICEF, 2007.

Conafe. *Paso a paso. Guía para el desarrollo de las sesiones*. México: Conafe, 2011.

Consejo Coordinador de la Educación en la Primera Infancia. *Marco curricular para la atención y educación de niñas y niños uruguayos. Desde el nacimiento a los seis años*. Uruguay: 2014.

Cussiánovich, Alejandro. “Protagonismo, participación y ciudadanía como componente de la educación y ejercicio de los derechos de la infancia”. En *Historia del pensamiento social sobre la infancia*. Lima: Fondo Editorial de la Facultad de Ciencias Sociales, s.f.

Eisner, Elliot W. *El arte y la creación de la mente. El papel de las artes visuales en la transformación de la conciencia*. Barcelona: Paidós, 2004.

Evans, Judith I, y Robert G. Myers. *Prácticas de crianza: Creando programas donde las tradiciones y las prácticas modernas se encuentran*. Trad. Laura Sampson y María Cristina Tenorio. Abril de 1996.

Garda Salas, Roberto. *Participación de los hombres en la crianza de los niños*. México: Conafe, 2010.

López, María Emilia. "La función de la Educación Inicial en los bebés y niños pequeños. Trabajo presentado en la Conferencia pronunciada en el Segundo Taller Nacional con equipos de Asesores. Programa de Fortalecimiento a la Educación Temprana y el Desarrollo Infantil". México, del 10 al 12 de junio de 2009.

Losada, Luz Stella, Palmer Parker, José Miguel De Angulo, y Brisa Liliana De Angulo. *Competencias parentales para el desarrollo integral de la infancia temprana*. Bolivia: Fundación Familias Saludables, 2016.

Myers, Robert. "Prácticas de crianza. Armonizando lo nuevo y lo antigüo. Ponencia presentada en el Seminario Internacional sobre el Desarrollo Infantil: Una Estrategia para el Cambio Social en el Próximo Milenio." Perú: Pontificia Universidad Católica del Perú, del 19 al 21 de noviembre de 1998.

Palmer, Parker, Luz Stella Losada, José Miguel De Angulo y Brisa De Angulo. *Las 12 estrategias para el desarrollo integral en la infancia temprana*. Bolivia: MAP-BOLIVIA y CUBE, 2013.

Pontón Linares, Ma. Eugenia. "Pautas y prácticas de crianza en México. Recopilación de fuentes secundarias" en *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos* (Centro de Estudios Educativos) XXI, núm. 3 (julio-septiembre 1991): 123-124.

SEP. *Educación Inicial. Alimentación perceptiva para niñas y niños de 0 a 5 años. Una vía para favorecer la crianza amorosa. Guía integral para madres y padres de familia. Aprendizajes clave para la educación integral*. Ciudad de México: SEP, 2018.

_____ *Educación Inicial: un buen comienzo. Programa para la educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años. Aprendizajes clave para la educación integral*. México: SEP, 2017.

UNICEF. *La evolución de las facultades del niño*. Italia: UNICEF, 2005.

_____ *Prácticas de crianza en comunidades indígenas del Chaco central (Documento de trabajo)*. Paraguay: UNICEF, 2003.

Tonucci, Francesco. "Desarrollo, aprendizaje y evaluación en la escuela infantil". En *El proceso de evaluación en el preescolar: significado e implicaciones. Guía del Taller General de Actualización*. México, Distrito Federal: SEP, 2006. 18-23.

Shonkoff, Jack P., y Deborah A. Phillips. "Desarrollo emocional y autocontrol y Desarrollo cerebral", en *Cuadernos sobre desarrollo y aprendizaje infantil 1. Avances recientes en el conocimiento de los niños en edad preescolar. Desarrollo emocional y autocontrol. Desarrollo cerebral.* México: SEP, 2004.

Notas

Notas

Notas

Notas

Notas

Esta obra se terminó de imprimir en octubre de 2021,
con un tiraje de 9,341 ejemplares,
en los talleres de Multigráfica Publicitaria, S.A. de C.V.,
con domicilio en Democracias núm. 116. Colonia San Miguel Amantla,
Alcaldía de Azcapotzalco, C.P. 02700, Ciudad de México.



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

conafe

Consejo Nacional de Fomento Educativo

DISTRIBUCIÓN GRATUITA / PROHIBIDA SU VENTA

"Este programa es público, ajeno a cualquier partido político.
Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa".