

VOL IV

Ciências Humanas:

Estudos Para Uma Visão Holística Da Sociedade



Silvia Inés Del Valle Navarro
Gustavo Adolfo Juarez
(Organizadores)

 EDITORA
ARTEMIS
2022

VOL IV

Ciências Humanas:

Estudos Para Uma Visão
Holística Da Sociedade



Silvia Inés Del Valle Navarro
Gustavo Adolfo Juarez
(Organizadores)

 EDITORA
ARTEMIS
2022

2022 by Editora Artemis
Copyright © Editora Artemis
Copyright do Texto © 2022 Os autores
Copyright da Edição © 2022 Editora Artemis



O conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição Creative Commons Atribuição-Não-Comercial NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0). Direitos para esta edição cedidos à Editora Artemis pelos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento, desde que sejam atribuídos créditos aos autores, e sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

A responsabilidade pelo conteúdo dos artigos e seus dados, em sua forma, correção e confiabilidade é exclusiva dos autores. A Editora Artemis, em seu compromisso de manter e aperfeiçoar a qualidade e confiabilidade dos trabalhos que publica, conduz a avaliação cega pelos pares de todos manuscritos publicados, com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

Editora Chefe	Prof. ^a Dr. ^a Antonella Carvalho de Oliveira
Editora Executiva	M. ^a Viviane Carvalho Mocellin
Direção de Arte	M. ^a Bruna Bejarano
Diagramação	Elisangela Abreu
Organizadoras	Prof. ^a Dr. ^a Sílvia Inés del Valle Navarro Prof. Dr. Gustavo Adolfo Juarez
Imagem da Capa	Artem Oleshko
Bibliotecário	Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

Conselho Editorial

Prof.^a Dr.^a Ada Esther Portero Ricol, *Universidad Tecnológica de La Habana “José Antonio Echeverría”*, Cuba
Prof. Dr. Adalberto de Paula Paranhos, Universidade Federal de Uberlândia
Prof.^a Dr.^a Amanda Ramalho de Freitas Brito, Universidade Federal da Paraíba
Prof.^a Dr.^a Ana Clara Monteverde, *Universidad de Buenos Aires*, Argentina
Prof.^a Dr.^a Ana Júlia Viamonte, Instituto Superior de Engenharia do Porto (ISEP), Portugal
Prof. Dr. Ángel Mujica Sánchez, *Universidad Nacional del Altiplano*, Peru
Prof.^a Dr.^a Angela Ester Mallmann Centenaro, Universidade do Estado de Mato Grosso
Prof.^a Dr.^a Begoña Blandón González, *Universidad de Sevilla*, Espanha
Prof.^a Dr.^a Carmen Pimentel, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof.^a Dr.^a Catarina Castro, Universidade Nova de Lisboa, Portugal
Prof.^a Dr.^a Cirila Cervera Delgado, *Universidad de Guanajuato*, México
Prof.^a Dr.^a Cláudia Padovesi Fonseca, Universidade de Brasília-DF
Prof.^a Dr.^a Cláudia Neves, Universidade Aberta de Portugal
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos, Universidade Federal da Grande Dourados
Prof. Dr. David García-Martul, *Universidad Rey Juan Carlos de Madrid*, Espanha
Prof.^a Dr.^a Deuzimar Costa Serra, Universidade Estadual do Maranhão
Prof.^a Dr.^a Dina Maria Martins Ferreira, Universidade Estadual do Ceará
Prof.^a Dr.^a Eduarda Maria Rocha Teles de Castro Coelho, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Portugal



Prof. Dr. Eduardo Eugênio Spers, Universidade de São Paulo
Prof. Dr. Eloi Martins Senhoras, Universidade Federal de Roraima
Prof.ª Dr.ª Elvira Laura Hernández Carballido, *Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, México
Prof.ª Dr.ª Emilas Darlene Carmen Lebus, *Universidad Nacional del Nordeste/ Universidad Tecnológica Nacional*, Argentina
Prof.ª Dr.ª Erla Mariela Morales Morgado, *Universidad de Salamanca*, Espanha
Prof. Dr. Ernesto Cristina, *Universidad de la República*, Uruguay
Prof. Dr. Ernesto Ramírez-Briones, *Universidad de Guadalajara*, México
Prof. Dr. Gabriel Díaz Cobos, *Universitat de Barcelona*, Espanha
Prof.ª Dr.ª Gabriela Gonçalves, Instituto Superior de Engenharia do Porto (ISEP), Portugal
Prof. Dr. Geoffroy Roger Pointer Malpass, Universidade Federal do Triângulo Mineiro
Prof.ª Dr.ª Gladys Esther Leoz, *Universidad Nacional de San Luis*, Argentina
Prof.ª Dr.ª Glória Beatriz Álvarez, *Universidad de Buenos Aires*, Argentina
Prof. Dr. Gonçalo Poeta Fernandes, Instituto Politécnico da Guarda, Portugal
Prof. Dr. Gustavo Adolfo Juarez, *Universidad Nacional de Catamarca*, Argentina
Prof.ª Dr.ª Iara Lúcia Tescarollo Dias, Universidade São Francisco
Prof.ª Dr.ª Isabel del Rosario Chiyon Carrasco, *Universidad de Piura*, Peru
Prof.ª Dr.ª Isabel Yohena, *Universidad de Buenos Aires*, Argentina
Prof. Dr. Ivan Amaro, Universidade do Estado do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Iván Ramon Sánchez Soto, *Universidad del Bío-Bío*, Chile
Prof.ª Dr.ª Ivânia Maria Carneiro Vieira, Universidade Federal do Amazonas
Prof. Me. Javier Antonio Alborno, *University of Miami and Miami Dade College*, USA
Prof. Dr. Jesús Montero Martínez, *Universidad de Castilla – La Mancha*, Espanha
Prof. Dr. João Manuel Pereira Ramalho Serrano, Universidade de Évora, Portugal
Prof. Dr. Joaquim Júlio Almeida Júnior, UniFIMES – Centro Universitário de Mineiros
Prof. Dr. José Cortez Godinez, Universidad Autónoma de Baja California, México
Prof. Dr. Juan Carlos Mosquera Feijoo, *Universidad Politécnica de Madrid*, Espanha
Prof. Dr. Juan Diego Parra Valencia, *Instituto Tecnológico Metropolitano de Medellín*, Colômbia
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Leinig Antonio Perazolli, Universidade Estadual Paulista
Prof.ª Dr.ª Lúvia do Carmo, Universidade Federal de Goiás
Prof.ª Dr.ª Luciane Spanhol Bordignon, Universidade de Passo Fundo
Prof. Dr. Luis Fernando González Beltrán, Universidad Nacional Autónoma de México, México
Prof. Dr. Luis Vicente Amador Muñoz, *Universidad Pablo de Olavide*, Espanha
Prof.ª Dr.ª Macarena Esteban Ibáñez, *Universidad Pablo de Olavide*, Espanha
Prof. Dr. Manuel Ramiro Rodríguez, *Universidad Santiago de Compostela*, Espanha
Prof. Dr. Marcos Augusto de Lima Nobre, Universidade Estadual Paulista
Prof. Dr. Marcos Vinicius Meiado, Universidade Federal de Sergipe
Prof.ª Dr.ª Mar Garrido Román, *Universidad de Granada*, Espanha
Prof.ª Dr.ª Margarida Márcia Fernandes Lima, Universidade Federal de Ouro Preto
Prof.ª Dr.ª Maria Aparecida José de Oliveira, Universidade Federal da Bahia
Prof.ª Dr.ª Maria Carmen Pastor, *Universitat Jaume I*, Espanha
Prof.ª Dr.ª Maria do Céu Caetano, Universidade Nova de Lisboa, Portugal
Prof.ª Dr.ª Maria do Socorro Saraiva Pinheiro, Universidade Federal do Maranhão
Prof.ª Dr.ª Maria Lúcia Pato, Instituto Politécnico de Viseu, Portugal

Prof.ª Dr.ª Maritza González Moreno, *Universidad Tecnológica de La Habana "José Antonio Echeverría"*, Cuba
Prof.ª Dr.ª Mauriceia Silva de Paula Vieira, Universidade Federal de Lavras
Prof.ª Dr.ª Odara Horta Boscolo, Universidade Federal Fluminense
Prof.ª Dr.ª Patrícia Vasconcelos Almeida, Universidade Federal de Lavras
Prof.ª Dr.ª Paula Arcoverde Cavalcanti, Universidade do Estado da Bahia
Prof. Dr. Rodrigo Marques de Almeida Guerra, Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares, Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Sérgio Bitencourt Araújo Barros, Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Sérgio Luiz do Amaral Moretti, Universidade Federal de Uberlândia
Prof.ª Dr.ª Silvia Inés del Valle Navarro, *Universidad Nacional de Catamarca*, Argentina
Prof.ª Dr.ª Teresa Cardoso, Universidade Aberta de Portugal
Prof.ª Dr.ª Teresa Monteiro Seixas, Universidade do Porto, Portugal
Prof. Dr. Turpo Gebera Osbaldo Washington, *Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa*, Peru
Prof. Dr. Valter Machado da Fonseca, Universidade Federal de Viçosa
Prof.ª Dr.ª Vanessa Bordin Viera, Universidade Federal de Campina Grande
Prof.ª Dr.ª Vera Lúcia Vasilévski dos Santos Araújo, Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Wilson Noé Garcés Aguilar, *Corporación Universitaria Autónoma del Cauca*, Colômbia

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

C569 Ciências humanas [livro eletrônico] : estudos para uma visão holística da sociedade: vol IV / Silvia Inés Del Valle Navarro, Gustavo Adolfo Juarez. – Curitiba, PR: Artemis, 2022.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Edição bilíngue

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-87396-57-6

DOI 10.37572/EdArt_260522576

1. Ciências humanas. 2. Desenvolvimento humano. 3. Professores – Formação. I. Del Valle Navarro, Silvia Inés. II. Juarez, Gustavo Adolfo.

CDD 300.7

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

PRÓLOGO

“Las normas morales, al igual que las hipótesis y técnicas científicas, deben ser compatibles con los principios de nivel superior, en este caso, las máximas morales y metaéticas del sistema en cuestión. En el caso del agatonismo, el máximo principio es «Disfruta la vida y ayuda a otros a vivir una vida digna de ser disfrutada»”

Mario Bunge

*Buenos Aires, 21 de septiembre de 1919 - Canadá, 24 de febrero de 2020
A la caza de la realidad (2007). Barcelona. España. Editorial Gedisa S.A., p.373*

Este volumen IV del libro titulado **Ciências Humanas: Estudos para uma Visão Holística da Sociedade** surge como una continuación de los volúmenes anteriores.

Destacándose como la sociedad se manifestó luego del inicio de la pandemia de SARS CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2), asumiendo con mayor énfasis la importancia de las relaciones humanas, como consecuencia del duro aislamiento que ese periodo significó. Por lo tanto, observamos en el tratamiento Holístico que los autores reunidos en esta obra, asumen en las distintas temáticas propuestas, pretendiendo aportar al bienestar general, alentando a la búsqueda de nuevos conocimientos. Tales autores, pertenecientes a diversas regiones del mundo, participan con fines de aportar al desarrollo del bien común, mostrando la forma de contribuir al fortalecimiento de un lazo humanístico, reconociendo los nuevos componentes del ambiente, dados en oportunidades por la tecnología, el método híbrido, los saberes ancestrales, la dimensión emocional presente en las distintas edades, labores y género, entre otros. Indudablemente todo esto, nos lleva a reflexionar en nuestro quehacer diario, el propósito deseado de perdurar la existencia, conservando el ambiente.

Esperando que estos trabajos sean de gran aporte a los lectores, les deseamos una buena lectura.

SILVIA INÉS DEL VALLE NAVARRO
GUSTAVO ADOLFO JUAREZ

PRÓLOGO

“Las normas morales, al igual que las hipótesis y técnicas científicas, deben ser compatibles con los principios de nivel superior, en este caso, las máximas morales y metaéticas del sistema en cuestión. En el caso del agatonismo, el máximo principio es «Disfruta la vida y ayuda a otros a vivir una vida digna de ser disfrutada»”

Mario Bunge

*Buenos Aires, 21 de septiembre de 1919 - Canadá, 24 de febrero de 2020
A la caza de la realidad (2007). Barcelona. España. Editorial Gedisa S.A., p.373*

Este volume IV do livro intitulado **Ciências Humanas: Estudos para uma Visão Holística da Sociedade** surge como continuação dos volumes anteriores.

Destacando como a sociedade, se manifestou após o início da pandemia de SARS CoV-2 (Coronavírus 2 da Síndrome Respiratória Aguda Grave), assumindo com maior ênfase a importância das relações humanas, como consequência do duro isolamento que esse período significou. Por isso, observamos no tratamento Holístico que os autores reunidos neste trabalho, assumem nos diferentes temas propostos, pretendendo contribuir para o bem-estar geral, estimulando assim a busca de novos conhecimentos. Tais autores, pertencentes a várias regiões do mundo, participam de forma a contribuir para o desenvolvimento do bem comum, mostrando como contribuir para o fortalecimento de um vínculo humanístico, reconhecendo os novos componentes do meio ambiente, oportunizados pela tecnologia, a método híbrido, saberes ancestrais, a dimensão emocional presente em diferentes idades, profissões e gêneros, entre outros. Sem dúvida, tudo isso nos leva a refletir, sobre nosso trabalho diário o objetivo almejado de continuar a existir, conservando o meio ambiente.

Esperando que estas obras sejam de grande contribuição para os leitores, desejamos-lhes uma boa leitura.

SILVIA INÉS DEL VALLE NAVARRO
GUSTAVO ADOLFO JUAREZ

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

SUSTENTABILIDADE E DESIGN: UMA REVISÃO HISTÓRICA

Carlos Viana da Silva

Vinicius Gadis Ribeiro

Fábio Gonçalves Teixeira

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225761

CAPÍTULO 2..... 16

LA ACUSMÁTICA GENERADA POR LOS ESCENARIOS DE ELECTRIC DAISY CARNIVAL (EDC) EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Citlaly Aguilar Campos

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225762

CAPÍTULO 3.....23

EMOTIONAL AND AFFECTIVE LOGIC IN UNIVERSITY TEACHER RESEARCH TRAINING-19

Derling José Mendoza Velazco

Janeth Elizabeth Salvador Moreno

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225763

CAPÍTULO 437

LA TOMA DE DECISIONES Y SU DIMENSIÓN EMOCIONAL

Josefina Álvarez-Justel

Núria Pérez-Escoda

Èlia López-Cassà

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225764

CAPÍTULO 5.....47

THE DOLMNS OF NORTH KOREA - THE PECULIAR STRUCTURE -

Ha Moonsig

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225765

CAPÍTULO 6..... 65

HISTÓRIA DO SISTEMA CIRCULATORIO: EVOLUÇÃO DOS CONHECIMENTOS

João Carlos Mateus

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225766

CAPÍTULO 776

LA COMBINACION DE EJERCICIOS FÍSICOS Y ALIMENTACIÓN ADECUADA COMO TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD EN NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR

Johanna Margoth Povea Cevallos

Paolina Castro

Damián Enrique Dattus Torres

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225767

CAPÍTULO 8.....97

OS RECURSOS NA FAMÍLIA EMPRESÁRIA: UMA VANTAGEM COMPETITIVA PARA A SUSTENTABILIDADE

Jorge José Martins Rodrigues

Maria Amélia André Marques

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225768

CAPÍTULO 9.....126

CORRELACIÓN ENTRE MASTICACIÓN, APRENDIZAJE Y MEMORIA EN NIÑOS Y PRE ADOLESCENTES

Karen Vanesa Rhys

María Eugenia Méndez Bovio

 https://doi.org/10.37572/EdArt_2605225769

CAPÍTULO 10..... 141

O BEM E O MAL: A DISPUTA PEDAGÓGICA PELA ALMA INDÍGENA NO INÍCIO DA COLONIZAÇÃO PORTUGUESA DAS AMÉRICAS

Leandro Lente de Andrade

 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257610

CAPÍTULO 11..... 146

EL REALISMO TRANSCENDENTAL DE LA CERTEZA SENSIBLE. LA COSA EN SÍ Y EL ESTO Y LA SUPOSICIÓN

Leonardo Filippi Tome

 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257611

CAPÍTULO 12157

ANÁLISIS ESTRATÉGICO DE TEXTOS CIENTÍFICOS DE PSICOLOGÍA: COMPARANDO EL APRENDIZAJE HÍBRIDO CONTRA EL AULA DE CLASE

Luis Fernando González Beltrán

Olga Rivas García

 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257612

CAPÍTULO 13.....165

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS EN EDUCACIÓN AMBIENTAL

María Amelia Scoppa

 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257613

CAPÍTULO 14.....179

ANDANDO NA LINHA: DISCIPLINA E SOCIABILIDADES NO TRANSPORTE URBANO DE SÃO LUÍS NA PRIMEIRA REPÚBLICA

María das Graças do Nascimento Prazeres

 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257614

CAPÍTULO 15 190

LA CONDICIÓN HUMANA COMO EXPERIENCIA ORIGINARIA DE LA ESPERANZA Y DE LA FORMACIÓN

Ma. Dolores García Perea

Ana Ma. Mata Pérez

Leticia del Carmen Ríos Robles

Ana Leticia Martínez Mata

 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257615

CAPÍTULO 16	205
CRÓNICA Y VOTOS DEL PRIMER CONGRESO LATINOAMERICANO DE CRIMINOLOGÍA (BUENOS AIRES 1938)	
Mariana Angela Dovio	
 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257616	
CAPÍTULO 17	216
CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS PARA LA ELABORACIÓN DE UNA PROSPECCIÓN ARQUEOLÓGICA UTILIZANDO HERRAMIENTAS SIG	
Miguel Ángel Mora	
Francy Paola Monroy Álvarez	
 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257617	
CAPÍTULO 18	227
DESENHO DO TRABALHO (WORK DESIGN): UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	
Silvana Regina Ampessan Marcon	
Lília Aparecida Kanan	
Nicole Cecatto Fontana Diniz	
Sabrina Goetttert de Britto	
 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257618	
CAPÍTULO 19	250
LA MANCHA Y TEJIDO URBANO MEDIANTE LA GEORREFERENCIACIÓN DE CARTOGRAFÍA HISTÓRICA	
Verónica de la Cruz Zamora Ayala	
 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257619	
CAPÍTULO 20	263
LA PRESENCIA DE LOS EVANGÉLICOS EN LA ARENA POLÍTICA URUGUAYA	
Victoria Sotelo	
 https://doi.org/10.37572/EdArt_26052257620	
SOBRE OS ORGANIZADORES	283
ÍNDICE REMISSIVO	285

CAPÍTULO 7

LA COMBINACION DE EJERCICIOS FÍSICOS Y ALIMENTACIÓN ADECUADA COMO TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD EN NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR

Data de submissão: 03/02/2022

Data de aceite: 14/04/2022

Lcda. Johanna Margoth Povea Cevallos

Unidad Educativa Fiscal Río Marañón
Guayaquil, Ecuador

MSc. Paolina Castro

Dr. Damián Enrique Dattus Torres

<https://orcid.org/0000-0002-3447-1615>

RESUMEN: La presente investigación está encaminada a promover el empleo del ejercicio físico con fines preventivos, para tratar desde una alimentación de alto valor nutritivo, evitar enfermedades como la obesidad en niños ecuatorianos, a partir del diagnóstico dado por el criterio de las costumbres alimenticias en sus hogares de Guayaquil. Se ofrece un sistema de comidas propias de la ciudad de Guayaquil en Ecuador complementados por juegos de movimiento, a partir del asesoramiento de madres jóvenes y abuelas que con la aplicación de dietas caseras y de bajo costo, balanceando los hidratos de

carbono, junto con las proteínas y alimentos azufrados, les facilita una mejor calidad de vida para sus órganos como hígado, corazón y el sistema musculo esquelético. Es una guía que permite a las docentes que trabajan en fundaciones o centros de acogida elaborar un trabajo sistemático de alimentación, logrando unirse en la misión de tener hijos o estudiantes en buen estado físico de salud.

PALABRAS CLAVES: Obesidad infantil. Lonchera escolar. Alimentación. Ejercicios físicos.

A COMBINAÇÃO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS E NUTRIÇÃO ADEQUADA COMO TRATAMENTO DA OBESIDADE EM CRIANÇAS EM IDADE PRESCOLAR

RESUMO: Esta pesquisa visa promover o uso do exercício físico para fins preventivos e para, a partir de uma dieta de alto valor nutricional, evitar doenças como a obesidade em crianças equatorianas, com base no diagnóstico dado pelos critérios de hábitos alimentares em suas casas, em Guayaquil, Equador. O trabalho analisa e oferece um sistema de refeições típico da cidade, complementado por sugestões de exercícios físicos e jogos de movimento e com a aplicação de dietas caseiras e de baixo custo, que equilibram carboidratos e proteínas e facilitam uma melhor qualidade de vida para órgãos como fígado, coração e sistema musculoesquelético. É um guia que permite aos professores que atuam em fundações ou

centros de acolhimento realizar um trabalho sistemático de alimentação, conseguindo unir-se na missão de ter crianças ou alunos em boa saúde física.

PALAVRAS-CHAVE: Obesidade infantil. Alimentação escolar. Exercícios físicos.

1 INTRODUCCIÓN

Dentro de la educación, la Preescolar es la que ha experimentado el mayor crecimiento durante los últimos años en el continente americano, en su conjunto y en especial Ecuador, como parte de la región. La matriculación a inicial se debe dar a partir de los tres años, hasta los cinco años, pero generalmente ante el modernismo que invade las neuronas de la sociedad, muchas costumbres han cambiado sobre todo en las madres jóvenes que no tienen la pericia para llegar a preparar alimentos baratos y saludables que desencadenan la obesidad además de por sí les dejan esa tarea a las abuelas.

La infancia es, por ello, un período crucial para actuar sobre la conducta alimentaria, ya que las costumbres adquiridas en esta etapa van a ser determinantes en el estado de salud del futuro adulto. Otra de las causas de la obesidad es la inactividad física, reconocido como una determinante cada vez más importante para la salud. Trabajar en aras del mejoramiento de salud del ser humano es una labor responsable y halagadora, y más aún en un campo tan amplio como la cultura física.

Se agregan los sistemas de atención infantil que incluyen los programas preescolares formales y no formales, es claro que se hace necesario difundir ampliamente la necesidad de prestar atención a los niños durante sus primeros años de vida. Esta es una investigación del contexto de la obesidad: la dieta, el ejercicio, el juego, la cultura familiar alimentaria y de recreación.

2 LA OBESIDAD

La palabra obesidad se deriva del latín *obesus* que significa: persona que tiene demasiado sobrepeso. Ser obeso no es lo mismo que ser sobrepeso. Por lo general el obeso o con tendencia a la obesidad, está excedido de peso y en riesgo de tener enfermedades graves.

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m²). La definición de la OMS es la siguiente:

Un IMC igual o superior a 25 determina sobrepeso.

Un IMC igual o superior a 30 determina obesidad.

El IMC proporciona la medida más útil del sobrepeso y la obesidad en la población, puesto que es la misma para ambos sexos y para los adultos de todas las edades. Sin embargo, hay que considerarla a título indicativo porque es posible que no se corresponda con el mismo nivel de grosor en diferentes personas. (Organización Mundial de la Salud, 2015)

Para dar seguimiento a este incremento de la masa corporal en los niños, existen en los centros de salud y en las instituciones infantiles de Ecuador (Dirección Provincial de Salud de Pichincha, 2011), la valoración a través de la tabla percentil, donde refiere que los niños de estas edades tienen un peso corporal entre 15 a 18 kg y una talla de 103 cm aproximadamente, estableciendo que los niños por encima de 97 percentil se consideran obesos.

La obesidad fue considerada como una epidemia Mundial por la organización Mundial de la salud en el año 1998, debido a que existen más de mil millones de sobrepeso y por lo menos trescientos millones de estos son obesos, producto a los cambios demográficos y a la disminución de las actividades físicas.

La obesidad es una enfermedad crónica, compleja y de origen multifactorial que se caracteriza por un exceso de masa grasa y por ende un peso corporal con respecto al sexo, edad y talla correspondientes para cada individuo. El tejido adiposo es un tipo de tejido conectivo especializado, y tiene diferentes funciones como almacenar energía a través de los triglicéridos. Los acumula y al almacenar energía como por ejemplo cuando se terminan los glúcidos, los triglicéridos participan en la amortiguación de los ácidos grasos y con ello mejorar el rendimiento físico y cognitivo.

Según la Organización Mundial de la Salud (Gil, 2012), la obesidad junto con el sobrepeso, son las enfermedades metabólicas con mayor prevalencia en el mundo. El sobrepeso y la obesidad son dos factores de riesgo que inducen la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) como enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, síndrome metabólico, osteoartritis, apnea del sueño y algunos tipos de cáncer de mama, endometrio o colon.

Según la organización mundial de la salud la obesidad es la enfermedad crónica no transmisible más frecuente, que resulta de la interacción entre el genotipo y el medio ambiente, se caracteriza por una proporción anormalmente elevada de grasa corporal, que suele iniciarse en la infancia y en la adolescencia.

Al presentarse en los niños, la cronicidad puede desencadenar la aparición de una masa magra que lleva al aumento del peso con relación a la de otros niños. Pero no solo la

grasa aparece, ya se puede tener entre sus falencias daños a nivel renal o hepáticos que acrecienta el riesgo de mortalidad temprana. (Gil, 2012)

Eso significa que lo que está sucediendo en la cadena de la obesidad es que los padres no están cumpliendo con los hijos esa doble función, de ser buenos dietistas y que sepan de educar en lo físico.

Según (Moreira, 2014)

A nivel infantil, con datos del 2013, se estima que la cantidad de niños con sobrepeso menores de 5 años era de 42 millones y que cerca de 31 millones vivían en países en desarrollo y la prevalencia de sobrepeso y la obesidad infantil a nivel mundial ha aumentado de 4,2% en 1990 a 6,7% en 2010 y se espera que esta tendencia alcance 9,1% para 2020 lo que equivaldría a 60 millones de niños.

La obesidad infantil es el principal factor de riesgo para el desarrollo de obesidad en el adulto, que se asocia a un número mayor de factores de riesgo cardiovascular y a la disminución de la esperanza de vida, mostrando dos indicadores: menor actividad física con mayor ingesta calórica; cambios en el estilo de vida además de predisposición genética. Además, se presentan factores de riesgo como la ausencia de la actividad deportiva, junto con una vida sedentaria frente a la TV, el consumo bajo de frutas y verduras; y el consumo elevado de pasteles, dulces, refrescos dulces, embutidos como salchichas.

El Grupo Internacional de Trabajo para la Obesidad (IOTF) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) han calificado la obesidad como la epidemia del siglo XXI por las dimensiones adquiridas a lo largo de las últimas décadas, su impacto sobre la morbilidad, la calidad de vida y el gasto sanitario, donde se incluye este grupo etario, lo cual le da novedad, actualidad e importancia en este texto que se presenta. (Calleja Fernández, 2013)

Según Marcos (2014), existe una asociación entre el número de horas de sueño a los 7 años y la obesidad: aquellos que duermen más de 10 horas son menos obesos que los que duermen menos (se postula que por afectación de la secreción de hormona de crecimiento, un mayor tiempo de exposición a factores ambientales favorecedores de obesidad y menos actividad física, duermen más los que realizan más actividad). También se encontró relación entre el consumo de bebidas azucaradas y el peso (calorías extras).

Durante el año 2013, médicos como Luis Franco Bonafonte, Francisco Rubio, Neus París y Pilar Oyón, como miembros de la Unidad de Medicina del Deporte del Hospital Universitario Saint Joan de Reus de la Universidad Rovira Virgli en Tarragona España hicieron un estudio analítico y comparativo acerca de los adolescentes con normopeso y obesidad: análisis de las diferencias en la actividad deportiva (Franco, 2014)

La obesidad en edades pediátricas representa un grave problema de salud pública, siendo una de las causas más importantes de morbilidad prematura evitable. En la prevención y tratamiento de la obesidad juegan un papel importante factores como la alimentación y la actividad física. Dicha actividad física puede estar limitada por la propia condición física, el nivel de motivación o autoestima y otros factores a nivel familiar. Los niños obesos son más sedentarios y dedican 62,6 minutos / semana a actividades deportivas, mientras el grupo con normopeso dedica un 50% más de tiempo a dichas actividades (94,5 minutos/ semana).

Los adolescentes obesos tienen una peor condición física y menor adaptación cardiovascular al esfuerzo, así como una peor opinión sobre sí mismos a nivel físico, pero también como personas. El IMC y peso de los progenitores es significativamente superior en el grupo de obesos y su nivel socioeconómico y educativo es menor en los padres con dicho grupo. Llegando a la conclusión que la menor actividad física de los adolescentes obesos hace prioritaria su promoción en este grupo. Dicha promoción debería estructurarse en programas que tengan en cuenta los aspectos diferenciales de estos adolescentes, que tienen una peor condición física, una menor autoestima y pertenecen a familias con niveles socioeconómicos y formativos más bajos, y unos patrones familiares de obesidad característicos.

La prevención es más eficaz cuanto más temprano se realice, fundamentalmente en niños con factores de riesgo e incluye:

- Atención al monitoreo del peso. El crecimiento de los cinco primeros años se caracteriza por la dinámica del cambio, por tanto, las medidas sucesivas tomadas en la consulta de puericultura deben ser inscriptas en una gráfica, que permite la evaluación del peso corporal.
- Lactancia materna exclusiva hasta el sexto mes de vida. No introducir alimentos antes de esta edad.
- Información a los padres sobre alimentación saludable, recalcando la importancia del desayuno y evitar los alimentos como premio.
- Fomentar el ejercicio y la actividad física en los mayores de 3 años, subir y bajar escaleras, caminar, juegos en equipos, y al aire libre con la práctica sistemática de deportes.
- Disminuir el tiempo dedicado al televisor, videos, y computadoras.

El control se constituye una interesante etapa en el desarrollo de los niños y su función principal, es la de promover un adecuado progreso en el diseño de la dieta a la que toda familia, debe ser diestra, lo que significa un normal proceso de maduración, de desarrollo evolutivo y educativo en el organismo de los niños.

Sin embargo, aún no existe un programa alimentar y de actividades físicas bien desarrolladas, diseñadas especialmente para ellos en nuestras instituciones educacionales. Trabajar en áreas del mejoramiento de la salud del ser humano es una labor responsable y halagadora, y más aún en un campo tan amplio como la educación desde las edades más tempranas.

Por todo ello, se hace necesario abordar la alimentación, la actividad física y utilización de los juegos de movimiento con fines terapéuticos, para atender las carencias presentes en el siguiente problema a investigar: ¿Cómo contribuir al tratamiento de los niños de 3 a 7 años de edad con tendencia a la obesidad? Objetivo: Proponer una alimentación adecuada y juegos de movimiento con fines terapéuticos para el tratamiento a los niños de 3 a 7 años de edad con tendencia a la obesidad.

3 TRATAMIENTO DIFERENCIADO DE LOS NIÑOS CON TENDENCIA A LA OBESIDAD: ALIMENTACIÓN ADECUADA CON EJERCICIOS

3.1 LA ALIMENTACIÓN

El reconocimiento de la importancia de estos primeros años de vida es la valoración de la acción educativa que se realice sistemáticamente en ellos, y en concreto la necesidad de una oportuna intervención en edades tempranas desde la alimentación sana.

Esta intervención abarca años esenciales como es el caso de niños de 3 a 7 años, evitando el consumo de chocolates, tortas, caramelos, chupetes y helados de chocolate que los acompaña constantemente en su dieta, y el organismo ante la falta de ejercicio hace que la grasa se acumule. El glucagón interviene ante esta realidad en la lipólisis y la lipasa las desintegra. Ante el aumento del número de adipocitos se acumulan en la niñez hasta la vida adulta y aparecen con tejido adiposo, además se asocian condicionantes como factores genéticos, metabólicos, fisiológicos, sociales y conductuales.

Al ingerir estos alimentos tienen carbohidratos que luego se transforman como quilomicrones hasta los adipocitos como triaglicérolos. La lecitina es una proteína que llega al cerebro donde actúa sobre los receptores del hipotálamo que modera el apetito, pero cuando está alterado este receptor hay alteraciones de control.

La grasa en el organismo cumple un importante papel biológico, porque entre otras funciones constituye una magnífica fuente de energía para el movimiento y otros desempeños vitales, pero cuando se acumula en exceso, es motivo de enfermedad.

Para evitar la obesidad, además del control dietético es importante el ejercicio físico, que se combine con los juegos, para evitar que lleguen a los diez años y se produzcan los primeros trastornos. Consumir líquidos, tener una alimentación adecuada y

hacer ejercicio todos los días permite transformar malos hábitos, que luego ocasionaran que los niños sufran por la diabetes y la hipertensión arterial. A esos malos hábitos se unen el consumo de hamburguesas, longanizas, bolón con chicharrón. En Guayaquil se utilizan mucho las salchipapas y puestos de hamburguesas.

Los malos hábitos alimentarios, la poca actividad física y ciertos rasgos psicológicos propios de la persona son los factores que propician la aparición de este padecimiento. Actualmente se caracteriza a la sociedad contemporánea, donde no está excluido Ecuador, con un estilo de vida donde las comodidades que brinda el avance técnico posibilitan a las personas vivir sin realizar trabajos físicos importantes, facilitando medios recreativos en lo que no hay que moverse constantemente, garantizando así un descanso prolongado en el organismo contribuyendo considerablemente a esta enfermedad.

El Ecuador es un país situado en la línea ecuatorial y goza de dos estaciones muy diferenciadas, el invierno y el verano, por lo que en su mayoría se obtienen productos de ciclo largo. Al ser un país de vecindad territorial arbórea continua y gran productora de productos alimenticios, ayudado por el clima, el Ecuador goza de demasiados productos, pero muy mal aplicados a veces por sus habitantes, siendo la educación desde el preescolar tanto a las madres como a los niños lo que va a permitir mejorar el nivel y calidad de vida de la comunidad educativa.

Veamos algunos de los productos que permitirán que, tanto con el ejercicio como con la dieta, se evite la obesidad infantil. Entre los alimentos más comunes y sanos que consumen los niños en Guayaquil, se tienen a:

3.1.1 La cebada

Posee buenas ventajas con menos gluten que el trigo, evita la acumulación de grasas en el hígado combatiendo la depresión y la ansiedad. Contiene cobre, zinc, potasio, magnesio, es el cereal que mayor cantidad de fibra tiene; regula el colesterol es tónico cardíaco, ofrece vitamina k. Protege los capilares y evita el cáncer.

La preparación de la cebada se puede hacer desde la preparación de agua fresca para cebada. En esta se utiliza con una bolsa de cebada, parecida al agua de horchata, rinde cinco litros, dos latas de leche evaporada, dos tazas de azúcar, una lata de leche Nestlé y un batidor con el abrelatas. Se agregan dos tazas de azúcar y revolver, dos litros de agua por una taza de cebada, y el hielo al gusto.

Luego de agregar cebada, azúcar, leche Nestlé, leche evaporada y hielo, da este aspecto el agua de cebada para los calores de la ciudad de Guayaquil en Ecuador o en el verano europeo.

Otro alimento que se puede preparar con la cebada es:

3.1.2 Leche de cebada

A partir de grano perla que se lava con chorro de agua. Una vez lavado se lo lleva a la licuadora y se le agrega una ramita de canela. Se licúa la cebada con medio litro de agua.

Se debe poner la cebada dentro de la licuadora y una vez preparada servirla, así la presencia de masa magra en los niños lleva al aumento de la masa corporal y sus diferencias entre los asientos, el tipo de comida que ingieren en los recreos, ya es llamativa. Esto muchas veces se acompaña de el mimo de parte de los padres que no hace posible que mejoren las exigencias escolares para con ellos en la parte de los ejercicios que mejorarían su capacidad respiratoria y la prevención con la lonchera escolar ha hecho un favor a muchas familias para que los niños adopten otro tipo de dietas que mejoren la realidad del niño.

Se necesita la presencia de la licuadora y de un cedazo para el consumo de la cebada. Así queda lista para ser ingerida. La cebada incluso se prepara con leche y caldo de carne, que permite las enfermedades de los pulmones. Lo mismo para las inflamaciones de la garganta de los niños y también se aplican cataplasma de cebada con vinagre.

La ventaja del uso de la cebada es el de ser un producto de bajo costo y con ello se asegura una continuidad en su consumo. Además es propia de la zona ecuatorial y se garantiza su presencia.

3.1.3 Las verduras

Las verduras como el tomate, brócoli, patatas o papas, alcachofa, zapallo, champiñón, pepino, cebolla, maíz, calabacín, zanahoria, ajo, proporcionan una importante alimentación para los niños. El jugo de tomate contiene licopeno que previene el cáncer. Se debe preparar con agua, contiene calcio, hierro, potasio y fósforo. Protege el corazón del niño y controla la presión arterial. El brócoli es rico de vitamina C y K, zinc y el hierro. Posee compuestos antioxidantes contra el cáncer, cuida del corazón, los huesos, y para la menopausia. El pepino contiene agua, aporta fibra y el 97% es líquido, contiene calcio, hierro, potasio, se consume también en ensaladas y nutrientes. El pepino es diurético ante las infecciones urinarias, mejora la digestión porque contiene fibra siendo un adelgazante natural, limpia los poros combatiendo los dolores musculares, rehidrata y suaviza la piel.

La zanahoria es un excelente remedio para la anemia, ya sea como ensalada, jugo o puré, equilibra el organismo. Ayuda a cicatrizar las úlceras. Sirve para eliminar toxinas. El ajo es el mejor antibiótico natural. Se lo puede consumir como suplemento, pero se come muchas veces crudo.

Lo importante es prevenir y evitar una alimentación con elementos que contengan demasiado carbohidratos y grasas, alimentación que puede llevar a un niño a la obesidad.

Se debe insistir en la necesidad de una oportuna intervención educativa y en la casa para evitar que los niños sigan consumiendo cachitos y las manzanas carameladas, pero el consumo de azúcar es necesario en los niños por lo tanto se debe educar la ingesta de alimentos, así en el desarrollo psicomotor a lo largo de la infancia, dada las importantes repercusiones que éste tiene en el desarrollo integral de los niños, les va a proporcionar demasiado peso y no consumen las verduras suficientes.

3.1.4 Consumo tradicional de platos en Guayaquil

El consumo de alimentos de los niños en la ciudad de Guayaquil se asocia a la cultura alimentaria de la población. Los abuelos que en su mayoría se dedican a la alimentación de sus nietos en los hogares donde ambos progenitores trabajan, son los encargados de transmitir su cultura alimentaria a sus hijos, y conservar la tradición en el consumo de alimentos tanto en el desayuno como en el almuerzo.

En un análisis que se hizo en uno de los hoteles de la ciudad, a las diez de la mañana de un sábado del mes de abril de 2017, se pudo evidenciar que a esa hora había niños alimentándose en su mayoría con adultos, y los alimentos que allí habían eran: jugos de papaya, huevos pasados (hervidos), muchines, tortilla de huevos. Ya en el almuerzo, Guayaquil se caracteriza por platos como el seco de pollo, chivo, y los caldos de pata, tronquito, y de bolas.

Sin embargo, los tipos de comidas que preparan los hogares de matrimonios jóvenes siguen siendo la desventaja frente al sistema de alimentación sana, porque no existe una cultura de alimentación de las mujeres jóvenes que sepan dónde y cómo preparar esos alimentos para la familia. La cultura de las abuelas es representativa en la vida de las familias, y con ellos se va heredando la forma de alimentarse sin que exista un estudio capaz de tener alimentación sana y saludable, que evite la acumulación de grasas en el cuerpo.

3.1.5 El arroz con menestra y carne

El arroz es el alimento básico y el sustituto alimenticio. El arroz contiene hidratos de carbono, controla la diabetes, recomendado por sus fibras evita el cáncer de colon y de mama. El manganeso del arroz evita los radicales libres, el manganeso ayuda en la síntesis de ácidos grasos. El arroz contiene selenio tan importante en la regulación de la hormona tiroidea.

Ya en el caso de la menestra con fréjoles que es muy apetecido por los niños, igual tienen carbohidratos, no contienen colesterol, no es un vegetal. Ayuda a prevenir los niveles abruptos del azúcar. Luego de ese plato, ya viene la carne, que contiene sus propiedades de acuerdo a qué tipo. La carne de cerdo es muy energética, y las más proteicas son el pollo y el pavo. El conejo es el que tiene más calcio y la que contiene más hierro es la del buey y la del cerdo. La carne que tiene más potasio es el cabrito y la que contiene más grasa es la de cerdo, por lo tanto, es la que más se debe evitar en los niños obesos. En cuanto al cordero es el que más colesterol tiene y le sigue el cerdo. El cerdo es el que más ácidos grasos tiene. La carne con más vitamina B tiene es la del pollo. El buey tiene más vitamina E y mucho hierro.

3.1.6 El bolón de verde

El bolón de verde con chicharrón estará más lleno de ácidos grasos y colesterol si contiene carne de cerdo, pero culturalmente se debe educar que la carne del chicharrón también puede ser de pollo o pavo que son carnes más saludables. El banano verde contiene propiedades que incluirían que se hierva el verde con cáscara y luego se la retire. La cáscara del verde contiene potasio. Por lo tanto, se lo deben preparar a los niños en forma de bolones sin choncho, de tortillas, y de empanadas. Cada uno de esas preparaciones pueden ser entregadas con jugos y ensaladas que les permite mejorar su actividad diaria.

3.1.7 El guineo y el banano

Es muy bueno como propiedades anticancerígenas. Se lo puede preparar de diferentes formas que evite la acumulación de grasa en el organismo del niño. El postre de guineo con canela en polvo, azúcar morena y nieve de vainilla. Se le agrega aceite a la sartén para que la mantequilla no se quemé. Luego se le agrega la mantequilla y en dos minutos ya se ponen los pedazos de guineo.

Según (Bajaña, 2015)

El banano es un alimento con alto valor nutritivo, es un fruto rico en potasio, calcio, magnesio, fósforo, hierro y en vitaminas A, B, C, y E. Éste se puede consumir en distintas formas, como productos deshidratados (harinas, hojuelas y snacks); como también en concentrados, jugos y purés. (Pág. 2)

3.1.8 El camarón

Los camarones son altos en yodo y no contienen grasas. Regula el nivel de energía y el funcionamiento correcto de las células. Cien gramos de grasas aportan solamente

1,40 de grasa. Los camarones también son ricos en hierro, potasio, calcio, selenio y contiene vitaminas como la E o la B12.

3.1.9 El agua de coco

El agua de coco es un potente diurético y sirve para eliminar cálculos renales. Contribuye a eliminar las bacterias que se ubican en las vías urinarias y combate las infecciones. Favorece la salud bucal.

El agua de coco puede reemplazar a la leche materna o como sustituto del plasma, es rica en cobre, zinc, cobre, hierro, magnesio y potasio, contiene vitamina E y D. Equilibra el mejor nivel electrolítico, contiene citohormonas contra la trombosis, antiinflamatorio, es alcalinizante. Para los niños con diabetes es bueno para la pérdida de peso y ayuda a cicatrizar las heridas y dar tono y elasticidad en la piel.

3.1.10 La toronja

La toronja es rica en flavonoides, desintoxica las células y las ventajas es que se la encuentra en cualquier supermercado de Guayaquil, en Ecuador. En experimentos realizados con personas que padecían de artritis reumatoide, lupus eritematoso, esclerosis múltiple, y dermatitis utópica.

Se estableció que el consumo de una dosis diaria de jugo de toronja, provocaba que la medicación de drogas inmunosupresoras sea menor porque aumentaba la función de inmunidad en la sangre, inhibiendo las enzimas que logran romper la ciclopirina cuando quieren alcanzar el flujo circulatorio.

4 LA IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS

Junto con esa buena dieta barata y de alto control proteico, debe ser acompañado con una buena dieta de ejercicios. Las habilidades motrices no solo aparecen en esta edad, sino que son el resultado del trabajo sistemático desde las edades más tempranas. Desde el primer año de vida el niño comienza a orientarse en el entorno, a realizar sus primeras acciones motrices las que se irán desarrollando progresivamente con el tránsito a otros años de vida, logrando perfeccionarlas con el trabajo sistemático y diferenciado de las maestras.

En la edad preescolar es de vital importancia tener presente la atención diferenciada a los niños obesos durante la realización de actividades físicas, ya que da lugar a la elevación de los niveles de autoestima de cada niño y a conocer sus posibilidades de acción dentro del grupo en que participan. Logran comprender o tener conciencia de

hasta donde pueden llegar y cómo superar una habilidad complicada para ellos, cuando ponen a prueba sus potencialidades con la de sus compañeros, los ayuda a liberarse de tensiones, encuentran alegría y sentido de vivir, elevando su calidad de vida.

Su constante motivación por participar en las diferentes actividades y juegos de movimientos, es signo de interés y gusto por lo que realizan. Estos juegos resultan desde el punto de vista psicológico una ventana abierta para su utilización como terapia física, permitiendo la participación activa y voluntariosa de todos los que deseen participar en ellos con el fin de reforzar sus habilidades motrices adquiridas, y mejorar su estado de salud y un mejor desarrollo de la musculatura.

El desarrollo y el mantenimiento de la obesidad puede verse afectado cuando los mecanismos neuroendocrinos con disfunciones hormonales alterados. La gestión del aula, se basa en el cambio en los hábitos alimentarios y aumentar la actividad física desde la educación en los juegos y la educación física; pero no solamente aquello sino que a estos niños hay que inducirlos a actividades extras como llevarlos al jardín a regar las plantas, a llevar los balones del juego. De esa forma se evita el uso de fármacos que pueden tener efectos secundarios.

Los niños aun siendo niños pueden perder peso. Al revisar el historial bibliográfico sobre este interesante tema científico, se constata por el doctor (Moro Martín, 2013) un gran número de trabajos han generado un especial interés en el concepto de “períodos críticos del niño”, interpretados como etapas del desarrollo en las cuales alteraciones fisiológicas incrementan el riesgo de condiciones adversas en la salud futura. Estos períodos serían el primer y tercer trimestre del embarazo, infancia temprana, etapa del rebote adipocitario (de 3 a 8 años de edad) y la adolescencia.

Atendiendo a que hoy día se reconoce, que los patrones genéticos de la humanidad no han sufrido cambios, pero sí los factores ambientales, las instituciones educativas deben lograr un cambio donde todos se eduquen en los hábitos nutricionales y del ejercicio físico, donde debe participar también una de las áreas básicas del desarrollo humano, como es el desarrollo psicomotor, sobre el cual va a estar centrado el interés acá referido.

Según (Berghtein, 2014)

La literatura acerca del tema de la obesidad en países tan dispares en desarrollo y climas, como Canadá, Australia, Gran Bretaña, Estados Unidos, China, Ecuador, Perú, México, Portugal, etc., coincide tanto en la prevalencia como en el análisis de sus múltiples causas y su impacto en la salud pública, y propone poner más énfasis en la actividad física escolar y hacer de ella una actividad prioritaria junto con la promoción de otros hábitos saludables.

Por lo tanto, es necesario destacar la necesidad de que los profesionales de la educación, entre los que hay que incluir a los de la Educación Física y en lo especial a los

de la Enseñanza Preescolar, posean una adecuada comprensión del proceso de desarrollo humano y en particular del desarrollo psicomotor de los niños en estas edades para evitar la tendencia a la obesidad desde edades tempranas. Los docentes se convierten también en entes propagadores de una cultura del diálogo y la felicidad, basada en el conocimiento que tengan de la dieta apropiada como son las ensaladas, frutas y los jugos.

Pero comprender este proceso psicomotor no debe limitarse a un corto conocimiento descriptivo de las diferentes habilidades y características de cada etapa evolutiva, sino que se debe procurar conocer también los factores que, junto con los procesos madurativos en el organismo, intervienen para un desarrollo adecuado de estas habilidades psicomotrices como se observa el balanceo del niño en columpios apropiados para ellos mediada su seguridad por una colchoneta. De tal forma que se evita el sedentarismo. El jugar las canicas, las sogas, el saltar sogas es una de las formas de evitar la obesidad, se duerme mejor y se tiene menos problema.

4.1 LOS NIÑOS CON TENDENCIA A LA OBESIDAD Y SU RELACIÓN CON LAS ACTIVIDADES FÍSICAS

La sociedad actual permite que la imagen gobierne y con ello la realidad y la autoestima del niño se acrecientan o se disminuye, dependiendo de la cantidad de masa muscular o adipocitos que se tenga en la distribución del cuerpo.

Dentro del aula, la presencia de un niño obeso llama mucho la atención porque tienen dificultades para relacionarse con los demás y el epíteto que acompañan a una persona que tenga esa estructura. Entre las niñas, ellas buscan generalmente a una niña como amiga que no tenga la misma masa muscular, pero también tienen trastornos de la imagen personal, y problemas para entrar entre las bancas, movilizarse por sobre las escaleras, y el espacio entre los expresos.

Dentro de la Educación Física los juegos de movimiento ocupan un lugar preponderante por su gran valor psicológico, biológico y pedagógico, lo que hace que se conviertan en un medio necesario para el desarrollo integral de los niños y adolescentes.

Mediante estos juegos podemos contribuir al desarrollo de diferentes procesos psíquicos: Los cognitivos, afectivos y volitivos, dentro de los cognitivos se encuentran las sensaciones, percepciones, pensamiento, lenguaje, memoria, atención, entre otras. Los afectivos son emociones y sentimientos y dentro de los volitivos se encuentran, el valor, la decisión, perseverancia, iniciativa, independencia, dominio, y responsabilidad.

La realización de estos juegos físicos contribuye a mantener estable el estado de ánimo, las relaciones con otros niños y los adultos, a regular la conducta, a sentirse útiles,

a cooperar con los demás, a valorar la calidad de sus acciones, a planificar y organizar sus juegos y a expresar imágenes con movimientos corporales.

Cada juego de movimiento lleva implícito los objetivos a trabajar teniendo en cuenta que los materiales a utilizar estén acorde a las habilidades a lograr en este año de vida, así como las posibles acciones a realizar en cada uno para que los niños logren los objetivos propuestos. Cuando se corre se mueve el 70% de todos los músculos. Mientras corren, los niños liberan sustancias químicas mensajeras y así evitan la obesidad, logran fortalecer el sistema muscular y así se depositan más minerales en los huesos.

Es la etapa de la adquisición de las habilidades motrices básicas: caminar, correr, saltar, escalar, trepar, cuadrupedia, reptación, lanzar y capturar, las cuales constituyen la base para su vida futura. (Peraza Zamora, 2013) Así se reduce el riesgo de padecer la diabetes, y las enfermedades de las vías respiratorias se reducen y ayudan a prevenir todo tipo de enfermedades.

Estas habilidades motrices no solo aparecen por efectos de maduración biológica, sino también de la actividad práctica del niño en el medio que lo rodea. Desde el primer año de vida el niño comienza a orientarse en el entorno, a conocer su cuerpo y a realizar sus primeras acciones motrices, partiendo de la organización de su propio cuerpo, el niño progresivamente amplía su espacio, logrando establecer la relación espacio temporal, así como las relaciones con otros niños propiciando la ayuda mutua y desarrollando las iniciativas que surgen dentro de las propias actividades.

El desarrollo físico es un indicador de crecimiento y desarrollo del organismo infantil, así como favorece a la protección y fortalecimiento de la salud, participa activamente en el desarrollo multilateral de la personalidad y garantiza el crecimiento y perfeccionamiento de los diferentes sistemas y funciones del organismo, así como la formación de un modo de vida más sana.

La etapa preescolar del desarrollo comprendida entre 0 -6 años se caracteriza por grandes cambios en el desarrollo motor. Es donde se trabajan diferentes habilidades motrices básicas que son la base para el trabajo individual en cada año de vida.

4.2 ESTAS FASES SE PUEDEN ENUMERAR Y SEGUIR EN:

4.2.1 Calentamiento

Permite que la fibra muscular alcance un nivel de temperatura que favorezca el desarrollo de posteriores movimientos: calentando motores, y evitando dolores. Sobre todo, en los lugares de clima frío el calentamiento debe ser de mayor tiempo.

4.2.2 Circuito

Es el lugar en el que se realiza la rutina de ejercicios con todas las actividades que hay que seguir para realizar lo planificado por la maestra.

Es importante que los niños puedan saltar y que el material tenga la madera como fondo recubierta con un material de hule o plástico que evite una caída dramática.

4.2.3 Invasión de las ardillas

Las ardillas representan pelotas que los niños patean con la finalidad de desgastar energía. Poco a poco los juegos de movimientos que se van utilizando en la edad preescolar y escolar, se hacen más complicados, y constituyen la más importante actividad por medio de la cual se adquiere experiencia, se perfila en ellos de manera cada vez más nítida, un determinado sentido de coherencia y se manifiesta la imaginación creadora teniendo en cuenta las necesidades y gustos de los niños.

Los ejercicios, los juegos, las distintas formas del trabajo manual y las actividades relacionadas con los movimientos motrices constituyen uno de los más importantes medios para la educación de un niño sano. Los niños corren al ritmo de la música luego se dice un color, y ellos tienen que tocar al aro de ese color.

Ya en la actividad anterior es importante la presencia de los aros y de la colchoneta, con la finalidad de garantizar la seguridad y el desarrollo de la imaginación en los niños.

4.2.4 Natación

Natación es una relajación y diversión para los niños y es muy completa porque permite que trabajen casi todos los músculos del cuerpo, especialmente los de piernas y brazos. Además, estimula las capacidades motrices, su motricidad fina y gruesa les permite practicar otros tipos de deporte y si a edades tempranas se hace será mejor para enfrentar miedos, disminuyendo el temor a actuar en el agua.

4.2.5 Agachaditos

Los niños se arrastran sin hacer caer la madera que se ubica de cono a cono.

4.2.6 Juegos

Unas de las condiciones que aumenta la resistencia del organismo del niño a las diversas enfermedades es el seguimiento a su desarrollo físico, que depende de la forma en que esté organizada su vida, del medio que le rodea y de su educación. Es

difícil subvalorar la importancia que tienen los juegos de movimiento en el desarrollo físico y neurosíquico de los niños, la creación a tiempo de los hábitos motores y su perfeccionamiento consecutivo. A ello contribuyen en gran medida los ejercicios naturales y los propios juegos como actividad lúdica que propicia la sistematicidad de habilidades y ejercicios físicos ya conocidos.

En las instituciones infantiles se realizan diferentes actividades motrices dirigidas fundamentalmente al desarrollo físico general de los niños, teniendo en cuenta el año de vida, objetivos a trabajar, y la etapa del curso.

A continuación, se describen los juegos:

Juego 1: Circunvalando pelotas.

Objetivos: Correr a una distancia,
Lanzar de diferentes formas.

Se forman los niños en dos equipos en líneas diferentes, a la voz de dos maestras los primeros niños de cada equipo cogerán del círculo una pelota y en posición con la pelota, agarrarán la pelota libremente, posteriormente deben darle dos vueltas al punto orientador que es el punto medio frontal y pectoral y regresan corriendo hasta donde está la segunda maestra o niño líder del grado. Luego en posición de piernas abiertas, girarán y balancearán el cuerpo, girarán los brazos.

Doblando las piernas desde la derecha y luego a la izquierda tratando que la flexión sea interpretada por el cerebro como un esfuerzo. El esfuerzo genera la necesidad de recompensar al cuerpo con los elementos que se necesitan como la necesidad de glucosa.

Es importante que la rutina se aplique al menos diez veces de izquierda a derecha y viceversa, para luego descansar dos minutos y continuar con la rutina. Es importante que sea al aire libre para que mejore la oxidación de la glucosa y el niño se siente mejor en el ambiente que el docente le ha recreado. Esos circuitos de trabajo se pueden repetir con la ayuda de líderes de rutina elegida entre los propios niños.

A partir del movimiento de las piernas se fortalecen la musculatura, pero también se logra disfrutar del movimiento. Disfrutar del movimiento implica una satisfacción simpática a nivel del sistema nervioso central, que le permite al organismo del niño reconocer los movimientos como agradables, de tal forma que juego, dietas adecuadas y cuidado de la salud se complementan.

Es importante el buen calentamiento para concentrarse en el ejercicio que viene, pero también para ayudarle al sistema muscular y nervioso a salir del estado que es poco elástico y así se evita problemas musculares y evita los efectos del ácido láctico.

La inclinación de las rodillas permite que la niña requiera de poner su columna en la posición correcta y ese movimiento la llevará a que requiera mayor cantidad de energía que la lleve a la liberación de energía y con ello se logra disminuir grasa.

Regla: Cuando se caiga alguna pelota, el niño debe recogerla y continúa el recorrido, perdiendo puntos su equipo. Al formar grupos de competencia se logra involucrar al niño o niña a procesos de socialización tan necesarios en la vida escolar.

La distancia entre los niños y las pelotas y puede aumentar o disminuir de acuerdo a la distancia del tronco a la punta de los dedos.

Juego 2: Juguemos al equilibrista del salto.

El salto no debe ser hecho en ayunos. Entendiéndose como ayuno a no comer hasta seis horas. Correr y saltar pone todo el cuerpo en movimiento.

Objetivos: Saltar superando los obstáculos alineados en el piso.

Saltar a una distancia.

Realizar equilibrio luego del salto.

Se forman los niños detrás del obstáculo, a la señal de la maestra, los primeros niños saldrán caminando con los brazos extendidos lateralmente con un objeto en cada mano, deben tener un objeto distractor en cada mano, un salto a cada obstáculo que se encuentra y continuar la trayectoria hasta las banderitas las que bordearán y continúan el recorrido corriendo hasta llegar al final de cada equipo.

Regla: El niño que en el recorrido caminando lo realice corriendo, comenzará de nuevo el juego.

Variante 1: El juego puede realizarse sin objetos en las manos y aumentar la distancia entre los niños.

Del otro lado, hasta 30 de estos ejercicios.

Junto con la actividad física, también se utilizarán los batidos para bajar peso. Los siguientes son ejemplos de batidos para bajar peso:

Con la posición de los brazos hacia arriba y con ello se logra aumentar el esfuerzo y aumente el consumo de grasa. Esa misma rutina ha de lograr que se produzca un continuo movimiento a nivel de la cintura como es el caso del movimiento circular y de izquierda a derecha la cintura.

El ejercicio de puntillas es importante y con ello se logra que los músculos de la pantorrilla se fortalezcan y con ello se logra que el consumo de energía aumente y con ello se transforma la glucosa y se degrada evitando la retención de grasa y con ello los niños ganen peso. También es importante subir las piernas y bajar las piernas con la finalidad de aumentar el esfuerzo.

4.3 LA IMPORTANCIA DEL JUEGO EN LA REALIDAD DEL NIÑO OBESO

Todo lo anteriormente advertido se convierte en plataforma teórico-metodológica para la construcción de juegos de movimientos que contribuyan a disminuir la tendencia a ser obesos en tan temprana edad de 3 a 4 años. Para obtener un mayor éxito en este tratamiento, debe incluirse a las familias de los niños con este diagnóstico, y a las docentes que los atienden según el año de vida así como al personal de salud.

Los ejercicios que se realicen deben estar acorde al peso de cada niño, y no someterlos a participar en ellos contra su voluntad, incluyendo en los juegos ejercicios de acuerdo a las posibilidades de cada niño. Estos ejercicios deben iniciarse de forma suave, no bruscamente para evitar el rechazo de los niños, deben practicarse diariamente y vincularlos con juegos que sean del agrado e interés de ellos.

Entre la importancia de las actividades físicas y del juego en la realidad del niño obeso, se tiene una reducción o mejora de muchos factores que complican la obesidad:

4.3.1 Dolor articular

Al tener un sobrepeso y un aparato óseo que se desarrolla en base a procesos de crecimiento establecidos, el dolor se puede presentar. Pero también se puede dar dolor por factores naturales como el crecimiento.

4.3.2 Sedentarismo

El sedentarismo se concibe como el mal hábito de repetir las actividades diarias en forma continua, con la finalidad de cumplir con las actividades en forma continua, pero sin tomar en cuenta otras actividades complementarias que bien se las puede hacer con una (Aránguiz, 2013). En una forma sintetizada podemos considerar que la percepción anterior de la actividad física ha tenido un cambio favorable que parte desde el área de salud y que ha sido asimilado en forma paulatina por el sector educacional, relacionando lo corporal, lo intelectual y lo espiritual. Actualmente, se requiere actividad física.

En un estudio realizado por el Hospital 10 de octubre de la Habana se presentó que el 13,4% de los pacientes que tenían osteoartritis eran obesos, y el 8,9% diabéticos. Eso demuestra que los niños que no controlen su peso, el futuro que les espera no siempre es el más adecuado. Se debe evitar estar viendo la televisión continuamente y con ello se convierte en sedentarismo.

4.3.3 El bullying por la obesidad

La obesidad provoca en los niños - según encuesta realizada - dolores articulares, y problemas en las maniobras que a diario deben hacer en las escuelas y ante la impotencia de ellos al realizarlas ocasiona el bullying. Son muchos los niños que sufren de mofa por ser diferentes. El prototipo, estereotipo y arquetipo de las personas, ya parece estar determinada en la mente del niño, capaz de hacerse la idea de que existe un solo modelo de fenotipo y no es así, el niño obeso muchas veces es tomado como objeto de mofa.

4.3.4 Bajo nivel pulmonar

El oxígeno en el momento que se produce el ejercicio físico es capaz de generar oxidación de la glucosa.

4.3.5 Bajo consumo de energía

Siendo la ciudad de Guayaquil uno de los puertos con gran cantidad de calor, son muchos los que siguen su nivel de consumo en base a estos parámetros ecológicos. A más calor, aumenta el consumo de líquidos, por la deshidratación, y con ello la capacidad de eliminar glucosa que se puede almacenar en los procesos de gluconogénesis.

5 CONCLUSIÓN Y SUGERENCIAS PARA EL TRATAMIENTO DE LA TENDENCIA A LA OBESIDAD

El niño del preescolar y preparatoria es un ser en desarrollo que presenta características físicas, psicológicas y sociales propias a su personalidad, que se encuentran en proceso de evolución constante, con un gasto de energía que debe ser reorientado, producto de las relaciones que establece toda su estructura orgánica y el esfuerzo de sus familias y miembros de la comunidad en que viven, así como el entorno de las instituciones a donde asisten.

Unas de las condiciones que aumenta la resistencia del organismo del niño a las diversas enfermedades es su desarrollo físico que depende de la forma en que esté organizada toda su vida, su alimentación, el medio que lo rodea y de la educación que recibe. La labor de la familia y de la escuela es fundamental para la alimentación y para la formación de los hábitos de recreación y el ejercicio.

Otra condición que aumenta la resistencia del organismo del niño a las diversas enfermedades es el seguimiento a su desarrollo físico. Es difícil subvalorar la importancia de las actividades físicas y de los juegos de movimiento en el desarrollo físico y neuropsíquico de los niños, la creación a tiempo de los hábitos motores y su perfeccionamiento

consecutivo. A ello contribuyen en gran medida los ejercicios naturales y los propios juegos como actividad lúdica que propicia la sistematicidad de habilidades y ejercicios físicos ya conocidos.

En las instituciones infantiles se realizan diferentes actividades motrices dirigidas fundamentalmente al desarrollo físico general de los niños, teniendo en cuenta el año de vida, objetivos a trabajar, y la etapa del curso.

La obesidad, y su tendencia, en gran parte es prevenible. Para apoyar a las personas en el proceso de realizar elecciones, de modo que la opción más sencilla sea la más saludable en materia de alimentos y actividad física periódica, y en consecuencia prevenir la obesidad, son fundamentales unas comunidades y unos entornos favorables.

Las instituciones infantiles tienen como función primordial preservar y fortalecer la salud de los niños para lograr su máximo desarrollo integral posible, por lo que, para poder conseguir este objetivo, ha de disponer de espacios, tiempos, materiales, programas de actuación educativa y, sobre todo, de profesionales capaces de asumir esta responsabilidad de forma clara, progresiva y creativa teniendo siempre presente las características individuales y estado de salud de cada niño.

La experiencia de la investigadora en Guayaquil, trabajando con estos niños, ha comprobado que hay una marcada tendencia a ser obesos por limitaciones en cuanto al conocimiento cultural, por una parte, del tipo de alimentación y modo de consumirlo y por la otra, el uso del ejercicio físico para equilibrar los niveles de ingesta y garantizar la psicomotricidad que acompaña el nivel desarrollo del niño en este grupo etario.

Como sugerencia para la reducción de la tendencia a ser obeso a una edad tan temprana de 3 a 4 años, en el plano individual, las personas pueden:

- limitar la ingesta energética procedente de la cantidad de grasa total y de azúcares;
- aumentar el consumo de frutas y verduras, así como de legumbres, cereales integrales y frutos secos;
- realizar una actividad física periódica de conjunto con el niño.

Por consiguiente, en el plano social es importante:

- Dar apoyo a los niños en el cumplimiento de las recomendaciones mencionadas más arriba, mediante un compromiso sostenido y apoyado por sus padres y familias así como la colaboración de las múltiples partes interesadas y;
- Lograr que la actividad física periódica y los hábitos alimentarios más saludables sean económicamente asequibles y fácilmente accesibles para todos, en particular para los niños más pobres. (Organización Mundial de la Salud, 2015)

BIBLIOGRAFÍA

Aránguiz, H. (2013). El sedentarismo no es solo causa de la tecnologización. *Educación física y deporte*, 33.

Bajaña, S. (2015). *Sustitución Parcial de la harina de trigo por harina de banano y su efecto y su efecto en las propiedades físicoquímicas del pan de tipo molde*. Guayaquil: Escuela Superior Politécnica del Litoral.

Berghtein, I. (2014). Obesidad y sedentarismo en niños de 4 años. *scielo.org.ar*, 51.

Calleja Fernández, A. (2013). Modificaciones de los hábitos alimentarios en el almuerzo. *Scielo*, 28.

Dirección Provincial de Salud de Pichincha. (2011). *MANUAL DE CONSEJERÍA NUTRICIONAL*. Quito: Ministerio de Salud Pública.

Franco, L. (2014). Adolescentes con normopeso y obesidad: análisis de las diferencias en la actividad física, resistencia cardiovascular, características familiares y autoevaluación personal.

Gil, J. O. (2012). La Obesidad. *Mediterráneo Económico: Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos "José Mataix"*.

Hospital 10 de octubre de La Habana . (2012). Morbilidad y discapacidad física por osteoartritis en el municipio 10 de octubre. *Revista Cubana de Reumatología*.

Marcos, D. (2014). Obesidad. *Pediatría Atención Primaria / Madrid- España*.

Moreira, V. (2014). Obesidad Infantil . *Mediterráneo económico*.

Moro Martín, L. (2013, 2 15). *uvadoc.uva.es*. Retrieved from <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/4392/1/TFG-G%20491.pdf>

Myers, R. G. (2012, 3 23). *OEI- Programación - Área educativa*. Retrieved from <http://www.oei.es/linea3/documentos.htm>

Organización Mundial de la Salud. (2015). Obesidad y sobrepeso. *Centro de Prensa de la OMS*, 21.

Organización Mundial de la Salud. (2015, 2 25). *www.who.int*. Retrieved from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>

Peraza Zamora, C. (2013). Juegos de movimiento para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños del cuarto año de vida. *efdeportes*, 186.SS.

SOBRE OS ORGANIZADORES

SILVIA INÉS DEL VALLE NAVARRO: Profesora y Licenciada en Física, Doctora en Ciencias Física. Directora del Departamento de Física de la Facultad de Ciencias Exactas y Naturales de la Universidad Nacional de Catamarca, Argentina. Editora de la Revista Electrónica “Aportes Científicos en PHYMATH” – Facultad de Ciencias Exacta y Naturales. Profesora Titular Concursada, a cargo de las asignaturas Métodos Matemáticos perteneciente a las carreras de Física, y Física Biológica perteneciente a las carreras de Ciencias Biológicas. Docente Investigadora en Física Aplicada, Biofísica, Socioepistemología y Educación, dirigiendo Proyectos de Investigación de la Secretaría de Ciencia y Tecnología de la Universidad Nacional de Catamarca con publicaciones científicas dentro del área multidisciplinaria relacionado a fenómenos físicos-biológicos cuyos resultados son analizados a través del desarrollo de Modelos Matemáticos con sus simulaciones dentro de la Dinámica de Sistemas. Participación en disímiles eventos científicos donde se presentan los resultados de las investigaciones. Autora del libro “Agrotóxicos y Aprendizaje: Análisis de los resultados del proceso de aprendizaje mediante un modelo matemático” (2012), España: Editorial Académica Española. Coautora del libro “Ecuaciones en Diferencias con aplicaciones a Modelos en Dinámica de Sistemas” (2005), Catamarca-Argentina: Editorial Sarquís. Organizadora de Ciências Humanas: Estudos para uma Visão Holística da Sociedade (Volumenes I, II, III) (2021). Miembro de la Comisión Directiva de la Asociación de Profesores de Física de la Argentina (A.P.F.A.) y Secretaria Provincial de dicha Asociación.

GUSTAVO ADOLFO JUAREZ: Profesor y Licenciado en Matemática, Candidato a Doctor en Ciencias Humanas. Profesor Titular Concursado, desempeñándome en las asignaturas Matemática Aplicada y Modelos Matemáticos perteneciente a las carreras de Matemática. Docente Investigador en Matemática Aplicada, Biomatemática, Modelado Matemático, Etnomatemática y Educación, dirigiendo Proyectos de Investigación de la Secretaría de Ciencia y Tecnología de la Universidad Nacional de Catamarca con publicaciones científicas dentro del área Multidisciplinaria relacionado a Educación Matemática desde la Socioepistemología cuyos resultados son analizados a través del desarrollo de Modelos Matemáticos con sus simulaciones dentro de la Dinámica de Sistemas y de la Matemática Discreta. Autor del libro “Ecuaciones en Diferencias con aplicaciones a Modelos en Dinámica de Sistemas” (2005), Catamarca-Argentina: Editorial Sarquís. Coautor del libro “Agrotóxicos y Aprendizaje: Análisis de los resultados del proceso de aprendizaje mediante un modelo matemático” (2012), España: Editorial Académica Española. Desarrollo de Software libre de Ecuaciones en Diferencias, que

permite analizar y validar los distintos Modelos Matemáticos referentes a problemas planteados de índole multidisciplinarios. Organizador de Ciências Humanas: Estudos para uma Visão Holística da Sociedade (Volumenes I, II, III) (2021). Ex Secretario Provincial de la Unión Matemática Argentina (U.M.A) y se participa en diversos eventos científicos exponiendo los resultados obtenidos en las investigaciones.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Acusmática 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22
Adolescência 37, 46, 78, 87
Agenda de derechos 263, 264, 272, 281
Alimentación 76, 80, 81, 83, 84, 94, 95, 126, 127, 131, 139, 140, 173
Análisis de textos 157, 159, 161, 163, 164
Aprendizaje híbrido 157, 163
Autobiografía 141

B

Boundaries of grave 47, 49, 50, 55

C

Capital social familiar 97, 108, 110
Características do trabalho 228, 229, 231, 234, 237, 242
Cartografía histórica 250, 251, 252, 260
Cidade 4, 9, 69, 70, 76, 179, , 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 188, 189
Circulação pulmonar 65, 66, 68, 70, 71, 72
Circulação sistémica 66, 70
Claudius Galenus 65, 66, 69
Comprensión lectora 157, 158
Conciencia 39, 44, 86, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 175, 191, 200, 201, 203
Condição humana 190, 191, 192, 193, 195, 203
Congressos 163, 164, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 255, 257
Continuous research 23
Cosa en sí 146, 147, 148, 150, 151, 153, 154, 155
Criação de valor transgeracional 97, 99, 106, 111, 116, 118
Criminologia 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 213, 214, 215

D

Desarrollo cognitivo y cuestionario 126, 128, 129
Desenho do Trabalho 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243

Design 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 12, 13, 14, 15, 227, 228, 229, 231, 232, 233, 234, 237, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249

Didáctica 37, 165, 166, 167, 168, 170, 171, 172, 173, 175, 176, 177, 178, 273

Dieta blanda 126, 140

Dimensão emocional 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45

E

Educação 10, 13, 15, 117, 141, 144, 187, 227, 235, 242

Educación ambiental 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 174, 175, 176, 177, 178

Ejercicios físicos 76, 91, 95

Emotions 23, 27, 28, 32, 33, 35, 37, 46

Empresa familiar 97, 98, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 122, 124

Esperanza 79, 162, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 203, 204, 217, 270, 271, 272, 280

Estrategias 39, 103, 106, 112, 158, 165, 167, 168, 169, 170, 172, 173, 175, 211, 216, 218, 225, 234, 237, 238, 239

Estudiantes de Psicología 157, 164

Evangélicos 263, 264, 266, 269, 271, 272, 273, 276, 279, 281, 282

Exemplo 6, 9, 12, 71, 117, 141, 186, 228, 229, 231, 234, 235, 236, 238, 242

F

Família empresária 97, 98, 99, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 116, 117, 118, 119, 124

Fenomenología 146, 149, 153, 156

Festivales musicales 16, 19

Formación 23, 24, 35, 89, 94, 158, 164, 167, 173, 175, 177, 190, 191, 192, 194, 195, 196, 197, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 206, 210, 212, 252

Formación y dispositivo de formación 191

Funciones cognitivas 126, 127, 128, 129, 137, 138, 139

Funeral rites 47, 49, 50, 56, 62, 64

G

Georreferenciación 250, 251, 253, 254, 261

H

Humanism 23, 26

I

Idealismo 146, 147, 148, 149
Interacción 16, 19, 43, 78, 224
Interacción social 16

J

Jesuítas 141, 142, 144

L

Lonchera escolar 76, 83

M

Mancha urbana 250, 258, 259, 260, 261
Masticación 126, 127, 128, 129, 137, 138, 139, 140
Methods of constructing dolmens 47, 52
Metodologías 12, 65, 165, 166, 167, 168, 219, 267
Missão 77, 141
Modernização 179, 183, 189

N

North Korea 47, 48, 49, 50, 53, 54, 56, 57, 58, 60, 61, 62

O

Obesidad infantil 76, 79, 82, 96

P

Partition of a grave pit 47, 57
Política 9, 13, 98, 122, 168, 186, 196, 205, 208, 210, 214, 263, 264, 265, 266, 267, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282
Procesos metodológicos 216
Projeto de Trabalho 228, 229, 231, 233, 234, 237, 239
Prospección arqueológica 216, 218, 222, 223, 224, 225, 226

R

Religión 263, 264, 265, 267, 270, 274, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282
Revisão bibliográfica 1, 227

S

Secundaria 37, 38, 39, 40, 41, 43, 44, 45, 166, 177, 219, 260

Sensibilidade 146, 147, 149

Sistema circulatório 65, 66, 67, 75

Sistema de Informação Geográfica 216, 217, 218, 222, 251, 253

Sociedades científicas 205

Sonido 16, 18, 19, 20, 21

Sustentabilidade 1, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 97, 98, 99, 109

T

Teacher training 23, 28, 29, 30, 31

Tecnologia 5, 16, 17, 18, 19, 35, 96, 99, 164, 170, 171, 177, 219, 223, 227, 232, 234, 235, 236, 237, 242, 283

Tejido urbano 250, 252, 253, 261

Toma de decisiones 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 164, 170

Transporte urbano 179, 183

W

William Harvey 65, 66, 72, 75

Work Design 227, 228, 231, 237, 241, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249