

CAPITULO I INTRODUCCIÓN

“Por educación debemos entender: la atención y alimentación del niño y la niña; la disciplina y la enseñanza, junto con la cultura”
Kant, Immanuel, Education

A nivel Mundial han existido instituciones como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS); que han promovido y procurado la salud en todos los niveles sociales y en todas las naciones. Estas Instituciones entienden a la Salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (OPS, Vol. 108, No.5-6, 1990:645), por lo que, entendemos que la correcta alimentación que prevalezca en los individuos también será uno de los aspectos preocupantes por estas organizaciones internacionales.

Es en el seno familiar donde se recibe el legado cultural primigenio; sin importar raza o grado de desarrollo del país de origen, la transmisión de los instrumentos que generan cultura y posibilitan que las raíces de pertenencia del grupo social prevalezcan en el recuerdo de la familia, de la comunidad, del pueblo, es habitualmente recibida por las nuevas generaciones a través de las generaciones que las preceden. Así se consigue que la riqueza cultural heredada no se disperse y se conserve en la memoria histórica.

Esta es una tarea aún no valorada del todo por la sociedad, ya que a través del tiempo y de la geografía, sin lugar a dudas es la madre la propagadora de la construcción cultural. Mientras acuna y cuida del bebé transmite el lenguaje, los gestos, los movimientos primarios que son recibidos por el nuevo ser quien con sus primeros balbuceos, sus primeros pasos da cuenta de su inicial educación.

Es también en el renglón de la Nutrición donde la mujer - madre tiene un sitio privilegiado y que a través de su cuerpo nutre al nuevo ser en gestación mediante la placenta, luego amamanta con la leche materna y más tarde con su trabajo los alimenta con los guisos que cotidianamente elabora, así pues, la nutrición es un recurso para obtener la salud, así como las dietas deben de ser con el menor costo posible pero que incluya alimentos nutritivos, completos, equilibrados, inicios como lo indica Bourges,(1995:383).

Se expresa científicamente que una comida balanceada y completa (Weiss,1992:168) es la que contiene una adecuada proporción de todos los elementos alimentarios necesarios para el desarrollo y conservación del cuerpo. A partir de estas aseveraciones fue lo que dio motivo para la realización de esta investigación interesándonos por saber si los estudiantes de las preparatorias ingieren algún alimento antes de iniciar una jornada educativa, considerando además que el alimento es una energía que coadyuva al organismo para que pueda el alumno retener el aprendizaje considerando lo que menciona Méndez,(1991:52) respecto a que “ la persona que no come alimentos en cantidades suficientes para satisfacerse padecen hambre” por un alto nivel de mala nutrición, desnutrición y enfermedad por carecer de hábitos alimenticios ya que tradicionalmente la dieta del mexicano esta compuesta por “el consumo de maíz, frijol, chile y jitomate” Méndez,(1991:53). Además se desea aclarar que esta investigación partió de una necesidad Institucional la cual nos permitió retomar algunas variables del cuestionario para poder emprender este estudio.

Es conveniente señalar que también en nuestro país a través de los diversos períodos presidenciales siempre el renglón de Salud y Educación, se han considerado como aspectos necesarios y prioritarios para la población mexicana; como ejemplo en lo educativo están la entrega de los libros de textos gratuitos para los niños de primaria, como su preocupación por su alimentación en lo referente a la salud de estos escolares, así es como nos encontramos que desde los primeros gobiernos y más directamente en el período presidencial del Lic. Adolfo López Mateos correspondiente al sexenio de 1952 - 1958 fue quien procuró que por medio del INPI (Instituto Nacional de Protección a la Infancia) se le diera “la importancia del primer alimento del día en los educandos, (el desayuno) como un factor de mejoramiento de la educación” (Sabeón,1988:28).

Es innegable que la educación es un factor decisivo de superación individual y social del hombre y de la mujer de todos los países del mundo, para ello se han creado organizaciones e instituciones sociales que promueven, controlan y difunden la educación como la UNESCO.

Para corroborar lo anterior se puede decir que México se cubrió de gloria al ser punta de lanza en cuanto a los derechos sociales a través de la Constitución de 1917 que establece en su artículo 3º “Todo individuo tiene derecho a recibir educación. El Estado - Federación, Estados y Municipios - impartirá educación y esta será obligatoria, y gratuita” (Constitución Política,1995:13). Esta estatuido además, que el individuo se le deberá “inculcar actitudes responsables hacia la preservación de la salud” así como “prevé atención alimentaria a través de programas”(Vidales,1998:12).

Sin lugar a dudas, la educación académica en cualquiera de los niveles educativos tiene un impacto relevante en el correcto y eficaz desarrollo de la sociedad y de las naciones en general, para México a través del Programa de Desarrollo Educativo de 1994-2000 propone justicia educativa, educación básica para todos al igual que educación media superior y superior que puedan éstas, estar

vinculadas con las necesidades sociales y productivas cuyas acciones se agrupan en los principios de libertad y de justicia para superar los graves estragos de la pobreza y las desigualdades de los individuos. La Universidad Autónoma de Nuevo León estando consciente de este compromiso ha iniciado una nueva misión y visión para egresar alumnos comprometidos con el desarrollo económico, científico y cultural para avanzar el progreso del país y del contexto internacional.

Recordamos el proverbio chino que a la letra dice "que lo que comemos hoy, camina y habla mañana" (Eva,1978:13) lo que nos hace reflexionar que nuestros hábitos alimenticios dependen en gran medida de una alimentación equilibrada y variada basada en la calidad y cantidad de los mismos por ser el cuerpo quien transforma la energía química que proviene de los alimentos en energía mecánica y se aprovecha como energía activa hasta un 40%, favoreciendo al crecimiento y el desarrollo, como permitir la actividad física (deporte) y mental del individuo Estruch,(1993:31) y por consiguiente también el mayor rendimiento escolar de los adolescentes, definiéndolo como los conocimientos que los alumnos obtienen en un curso y queda reflejado en las notas o calificaciones (Leal,1994:13).

Amalgamar Educación, Salud y en especial la Nutrición encaminada a los Hábitos Alimenticios es una de las tareas como punto focal de la investigación de la presente tesis.

La realización de la Investigación se sustento en la Escuela Industrial y Preparatoria Técnica "Alvaro Obregón" de la U.A.N.L. con estudiantes que cursaban el tercer semestre del período escolar 94 - 95.

Esta investigación consta de cuatro partes, en la primera parte se encuentra el capítulo uno con la Introducción, el planteamiento del problema a resolver, la justificación donde se argumenta la importancia del estudio, los objetivos general y específicos que describen los propósitos a obtener sobre el estudio.

En la segunda parte se presenta también los antecedentes históricos de Salud y Educación en México, el marco teórico estará dividido en cinco unidades: en la primera se considera a la Familia y sus diversas conceptualizaciones, sus funciones, factores que ejercen influencia dentro de los miembros de la familia y sus problemas sociales. Asimismo en el segundo capítulo abarca los aspectos sobre la Adolescencia, sus teorías, inicio, crecimiento y desarrollo del adolescente, sus relaciones con sus padres y su sexualidad.

En la tercera unidad se explica sobre el aspecto de la Nutrición y Hábitos Alimenticios en el adolescente, como también se indican las nociones para la nutrición en el adolescente, los factores condicionantes de la alimentación, características de los alimentos, su clasificación, la influencia de los hábitos alimenticios en el adolescente, la dieta, los indicadores antropométricos y factores que afectan los requerimientos nutricios. En la cuarta unidad se enfoca al Rendimiento Escolar empezando por la definición, incluyendo la calificación como modo de evaluación y los elementos que influyen al mismo rendimiento. Y como

quinta unidad se señala los antecedentes históricos de la Educación Física, su conceptualización, como es la educación física en México, programas de educación física postulada por la Reforma Académica del Nivel Medio Superior, curso de educación física en la U.A.N.L., como la define la U.A.N.L., el adolescente en el deporte y el deporte para un desarrollo sano en el adolescente.

Otros de los apartados de la tesis es la tercera parte donde se incluyen el capítulo tercero que incluye el Modelo Rector, la presentación del modelo, las variables independientes e intervinientes así como las hipótesis que se pretenden comprobar en el estudio. Además se describe el capítulo cuarto de los métodos y procedimiento utilizados en la investigación estando conformada por la unidad de análisis, selección de la muestra, el diseño y piloteo del instrumento, selección y adiestramiento de encuestadores, aplicación y levantamiento de datos, la codificación, tabulación, captura procesamiento de datos y medidas estadísticas utilizadas.

Por último se presenta la cuarta parte donde se dan a conocer a través del capítulo quinto el Análisis e Interpretación de datos, así como sus conclusiones que describen los hallazgos de esta investigación y las recomendaciones para posibles soluciones del problema, las aportaciones para posteriores investigaciones; en las páginas finales se encuentran las referencias bibliográficas, de revistas y artículos científicos que se utilizaron para dar el soporte teórico del estudio y por último los Anexos que se encuentran los diversos documentos que sirven de apoyo a ésta investigación.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Para poder contar con una vida sana el individuo ha tenido que procurar una adecuada nutrición dependiendo básicamente de una alimentación equilibrada, suficiente y completa (Weiss,1992:168) que le proporcione los requerimientos para su mantenimiento y desarrollo lográndolo a través de una adecuada dieta. La insuficiencia o falta de alguno de estos aspectos lo conduce a trastornos en el organismo y por consecuencia a trastocar su salud.

Por tal motivo es en la familia donde se inculcan por primera vez los hábitos alimenticios (Young,1967:375) y que son entendidos como un "conjunto adquirido por repetición en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos" (Glosario de Nutrición,1988:21) y cuyos factores que más inciden en estos hábitos: son la familia como ya se menciono, lo social y lo físico de acuerdo a las características sociales, económicas y culturales del individuo o población sin olvidar los valores, creencias y medios masivos de comunicación que recientemente han causado gran revuelo en los adolescentes como posteriormente hablaremos al respecto. Si estos hábitos fueron enseñados a los adolescentes correctamente por su familia o grupo de pertenencia (Bourges,1990:21) entonces éstos podrán enfrentarse con mayor éxito a la vida escolar y a su entorno social.

Por lo anterior se pretende saber como influyen los Hábitos Alimenticios en los estudiantes de Educación Media Superior en su Rendimiento Escolar de la Universidad Autónoma de Nuevo León. Al estudiar este problema se observó que existe poco material teórico respecto a los hábitos alimenticios enfocado específicamente a los adolescentes y a su rendimiento escolar; en España se realizó una investigación sobre los hábitos alimenticios con alumnos de un nivel escolar de primaria, donde se describe que los niños de ambos sexos no consumen ningún alimento antes de salir de casa argumentando de que no tienen apetito y como consecuencia de esto, su estado de retención mental se encuentra disminuido en las primeras horas de escuela Ortega y Requejo,(1993:27-33).

Lo anterior nos apoya a considerar que si un adolescente estudiante de preparatoria no cuenta con hábitos alimenticios que debieron de ser enseñados y adquiridos durante su infancia no podrán enfrentarse con éxito a la vida escolar y a su vida en general.

Nuestra contribución como Lic. en Trabajo Social es el compromiso y responsabilidad en apoyar a los estudiantes universitarios del Nivel Medio Superior de la U.A.N.L. a través de la planeación de programas estratégicos de intervención, los cuales se trabaje en equipos interdisciplinarios (trabajadores sociales, psicólogos, nutriólogos, médicos o áreas afines) que coadyuven en emprender proyectos de sensibilización para que modifiquen o cambien los estudiantes adolescentes sin distinción de género sus estilos de alimentación mediante la fomentación de hábitos alimenticios y del deporte para que trascienda a su nivel familiar y su entorno social.

JUSTIFICACION

Para nuestro estudio es conveniente comentar que la educación media superior cuenta con tres modalidades terminal, propedéutica y bivalente Alvarez,(1994) y cuyo objetivo es proporcionar una educación integral y formativa siendo en este momento que los alumnos se encuentran en la adolescencia y que "esta no depende exclusivamente de las condiciones biológicas, sino que también en forma decisiva de factores sociológicos y culturales" Hierro,(1994) cuya etapa de desarrollo es la búsqueda de identidad, de decisiones vocacionales, personales, emocionales, cognitivas y sociales que pueden llegar afectar su salud Ortiz,(1992). A lo largo de este período de transición para el adolescente su familia, la escuela, su alimentación como el deporte adquieren trascendental importancia.

Asimismo la Universidad Autónoma de Nuevo León a partir del año de 1991 se propuso llevar acabo un Proyecto de Reforma Académica para el nivel medio superior donde se "persigue fortalecer el proceso de enseñanza - aprendizaje para alcanzar la excelencia académica" (Secretaría Académica,1991:15) y teniendo como filosofía el buscar "la excelencia en el desarrollo integral del individuo como persona y como ente social" (Secretaría Académica,1991:19). Dividiendo al Proyecto en cuatro áreas o ámbitos que serán ampliados dentro de la investigación y sólo se hará la siguiente referencia en relación al ámbito personal del estudiante donde se menciona que tendrá la Universidad: "Interés por su desarrollo físico y mental cuidar

su salud y es consciente del daño físico y mental causado por el uso de drogas, alcohol, tabaco y dificultades de hábitos alimenticios...” (Secretaría Académica, 1991:13).

Todo lo anterior nos demuestra la preocupación que tiene la máxima casa de estudios, de que sus alumnos universitario cuenten con una buena salud y un desarrollo físico, mental y nutricional de su población estudiantil.

De acuerdo a lo expuesto se espera que mediante esta investigación se obtengan fundamentaciones para que se orienten y se le enseñe a los adolescentes estudiantes de preparatoria la importancia que representa contar con una adecuada y completa alimentación para su organismo y obtener un desarrollo físico, integral, profesional y con ello evitar posibles deserciones o abandonos de universitario por razones de salud o con bajo rendimiento a consecuencia de una inadecuada alimentación o posible desnutrición y además demostrar que el nivel académico de la Universidad Autónoma de Nuevo León dependerá por que cuenta con estudiantes alimentados nutricionalmente bien y que físicamente enfrentarán los retos de una visión futura con carácter competitivo profesionalmente. Esperando que por medio de este estudio se utilicen los conocimientos que apoyen en cierta medida el crecimiento intelectual para resolver uno de los problemas de nutrición y rendimiento en una etapa tan relevante como lo es la adolescencia.

OBJETIVO DEL ESTUDIO

Objetivo General :

I.- Determinar de que manera influyen los Hábitos Alimenticios en el Rendimiento Escolar de los estudiantes de Educación Media Superior de la Escuela Industrial y Preparatoria Técnica "Alvaro Obregón".

II.- Conocer si la diferencia de Género tiene influencia en la práctica del deporte en los Estudiantes del nivel Medio Superior.

Objetivos Específicos:

1. Saber si los Hábitos alimenticios afectan el Rendimiento Escolar de los estudiantes del nivel Medio Superior.
2. Señalar si existe relación entre Peso - Estatura de los estudiantes respecto al Género.
3. Identificar si el Peso - Talla del estudiante influye en su Rendimiento Escolar.
4. Saber si hay diferencia entre la práctica de un Deporte con el Género.
5. Identificar si el número de veces que ingesta el estudiante esta determinado por el Género.

SEGUNDA PARTE

ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA SALUD: INTERNACIONAL Y NACIONAL

Antecedente Contextual de Salud: Internacional

Para poder estudiar a fondo cualquier problemática de salud en las sociedades es importante primero conocer como ha sido procurada la salud a través de los últimos años a nivel mundial. Actualmente el organismo que contiene la definición moderna de "Salud" es la Organización Mundial de la Salud (OMS). La OMS, tiene su sede en Ginebra, Suiza. Fue creada en 1948 después de la Segunda Guerra Mundial con la misión de vigilar que las naciones procuren la salud tanto física como mental de los pueblos; garantizando de esta la seguridad de los pueblos y la paz entre ellos. La OMS define "Salud" como:

Un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. El goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social. La salud de todos los pueblos es una condición fundamental para lograr la paz y la seguridad, y depende de la más amplia cooperación de las personas de los Estados (OPS, Vol. 108, No. 5-6,1990:645).

Para poder llevar al cabo su cometido, la OMS celebró en 1949 un acuerdo con la Organización Sanitaria Panamericana, el cual representaría a la misma OMS a través de una Oficina General para las Américas. Como antecedente, en 1902 ya se había creado la Oficina Sanitaria Internacional con sede en Washington y cuya función era "proporcionar su ayuda y su experiencia para obtener la mayor protección posible para la salud pública de los países a fin de conseguir la eliminación de las enfermedades y facilitar el comercio entre las naciones" (OPS, Vol. 108, No. 5-6,1990:646).

En 1923 pasó a ser llamada Organización Panamericana de la Salud (OPS) como la conocemos actualmente. Dentro de la Constitución de la Organización Panamericana de la Salud señala en su Artículo 1º lo siguiente:

La Organización Panamericana de la Salud tendrá como propósitos fundamentales la promoción y coordinación de los esfuerzos de los

países del Hemisferio Occidental para combatir las enfermedades, prolongar la vida, estimular el mejoramiento físico y mental de los habitantes (OPS, Vol. 108 No. 5 -6,1990:646).

En ese mismo sentido, apoyó en el año de 1948 otro organismo preocupado por la salud del mundo: la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Elaboró un documento sobre la Declaración Universal de los Derechos Humanos; que dispone una serie de principios entre los cuales se destaca el Artículo 25º que a la letra dice lo siguiente:

I.- Todo ser humano tiene derecho a un nivel de vida que permita a él mismo y a su familia gozar de salud, bienestar que incluyan la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene así mismo derecho de seguridad en caso de desempleo, enfermedad, discapacidad, viudez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias ajenas a su voluntad (OPS, Vol. 108 No.5 -6,1990:646).

Los Estados miembros de este organismo han declarado su conformidad de aceptar como principios básicos los que de esta Carta de las Naciones Unidas se emanen; tales como la felicidad, las relaciones armoniosas y la seguridad de los pueblos. Como podemos darnos cuenta la salud es un asunto que preocupa a todos los pueblos del mundo, los cuales se han organizado para velar por el bienestar, la salud y la paz del hombre. Uno de los aspectos donde se refleja la salud de la población, es en sus tasas de morbilidad y de mortalidad. Si hacemos un recorrido a la población mundial desde 1950 a la fecha, y proyectada hacia el año 2025, nos daremos cuenta de que; en 1950 éramos 2'500 millones de habitantes en el planeta y en 1995 fuimos 5'800 millones (más del doble); por lo que siguiendo la misma tendencia, para el año 2025 seremos aproximadamente 8'500 millones de personas en el mundo.

CUADRO No. 1
Población Mundial

1950	2'500 millones de habitantes
1995	5'800 millones de habitantes
2025	8'500 millones de habitantes

Fuente: (OPS,1994:38).

Es importante también conocer que de 1980 a 1985 la tasa de mortalidad de la población mundial fue de 10.4 por cada 1'000 habitantes; en tanto que de 1990 a 1995 se observó una baja de 9.2 por cada 1'000 personas (OPS,1994:48)

CUADRO No. 2**Tasa de Mortalidad Mundial**

1980 - 1985	10.4 / 1'000
1990 - 1995	9.2 / 1'000

Fuente: (OPS,1994:48).

En cuanto a la tasa de morbilidad y mortalidad en toda la región II (el continente americano), de 1990 a 1995 fue de 5.7 millones, de los cuales 3.2 millones corresponden a América Latina y el Caribe, y los 2.5 millones restantes a América del Norte (Estados Unidos y Canadá) (OPS,1994:48). Todo lo anterior, a permitido que se tenga según la (OPS,1994:52) un "valor estimado como meta mundial en la estrategia de salud para todos en el año 2000" de una esperanza de vida de 60 años al nacer.

CUADRO No. 3**Morbilidad y Mortalidad****en la Región II**

(1990 a 1995)

3.2 millones En América Latina
y el Caribe

2.5 millones En Estados Unidos
y Canadá

5.7 millones TOTAL

Fuente: (OPS,1994:48).

Estos, son sólo algunos de los aspectos que ayudan a las naciones a evaluar la salud de su población y por consiguiente su desarrollo económico. De igual forma todos estos conceptos son muy importantes para los países con un alto desarrollo industrial y económico: por lo regular son los que procuran en mayor medida una mejor calidad de salud para sus habitantes, sin distinción de sexo, edad, credo y/o clase social. De cualquier manera no podemos ignorar que aún existen países subdesarrollados y pobres con terribles carencias (alimenticias y de salud), y cuyas posibilidades de disminuir sus tasas de morbilidad y mortalidad son muy escasas.

En cuanto a la ciudad de México, y de acuerdo a la OPS,(1994:66) para los próximos años se espera un crecimiento acelerado de la población, el cual convertirá al Distrito Federal en la ciudad más grande del mundo. Sin embargo, y según el último censo nacional de 1990, la zona Metropolitana del Distrito Federal ha presentado una baja en sus niveles de crecimiento debido a una disminución en su tasa de fecundidad y de inmigración.

LINEAMIENTOS NACIONALES SOBRE SALUD: Problemas mas relevantes y soluciones propuestas.

Gracias al análisis anterior podemos darnos cuenta de como el pueblo y el gobierno de México han reaccionado a las alarmantes estadísticas de antes de los 80's, para seguir una serie de lineamientos y así procurar más eficazmente la salud de sus habitantes. Tal y como se ha señalado en el apartado anterior, la salud (según la OMS) es considerada como el estado de completo bienestar físico, mental y social; y no sólo como la ausencia de afecciones o enfermedades. Por lo tanto, la enfermedad "es un estado de desequilibrio ecológico en el funcionamiento del organismo vivo" (San Martín,1993:13). Sin embargo, la enfermedad va siempre ligada a la salud. Debemos de considerar que "la salud engloba aspectos subjetivos (como bienestar mental, social, y alegría de vivir), aspectos objetivos (capacidad para la función) y aspectos sociales (adaptación y trabajo socialmente productivos)" (San Martín,1993:12-13). Es entonces que la salud "constituye un elemento esencial del desarrollo socioeconómico de cualquier país" (Méndez,1994:66).

Ahora revisemos como se ha entendido y atendido a la salud, relacionado al nivel de vida alcanzado por los mexicanos. Para esto, haremos una análisis histórico de acuerdo a los diferentes gobiernos que ha tenido México después de la Revolución Mexicana.

Análisis Histórico de la Salud en México **de 1915 a la fecha**

1915 - 1920, General Venustiano Carranza

Presidia México, el General Venustiano Carranza. Durante su mandato se elaboró la Carta Magna que regiría la vida política y social de nuestro país. Legalizó jurídicamente el ámbito del sector salud en el Artículo 123º Constitucional, dando origen al Sistema de Seguridad Social para los Mexicanos. En 1917 por disposición Constitucional se "creó el Departamento de Salubridad Pública" (Zorrilla,1976:43).

En esos años los niveles de salud pública eran muy bajos debido a que se había vivido la Revolución Mexicana. Recordemos que en 1910 (anterior a Venustiano Carranza) se reportaba una población de 15'160'369 habitantes (INEGI,1994:13).

1920 - 1924, General Alvaro Obregón.

Al tomar Obregón posesión de su cargo "la población era de 14'334,780 habitantes" (INEGI,1994:13). Se considera que la población disminuyó en los años de 1910 a 1920; como consecuencia lógica de la lucha revolucionaria y recibiendo un gobierno mal administrado, existiendo grandes deudas, el deterioro en las

relaciones exteriores y a las precarias condiciones de servicio social que prestaba el Estado. Iniciaba apenas “la reconstrucción del país y la moralización de la Administración Pública en todos sus ramos y la intensificación cultural de las diversas clases sociales dentro de la esfera propia del legislador y del Gobierno” (Ascencio,1973: 258).

1924 - 1928, General Plutarco Elías Calles.

Durante su administración México se suscribió al Código Sanitario Panamericano en La Habana. Durante la rebelión Cristera prohibió la intervención del clero en los hospitales o en instituciones de beneficencia y permitió que los trabajadores de la medicina se sindicalizaran.

1928 - 1930, Lic. Emilio Portes Gil.

Fundó la “Asociación Nacional de Protección a la Infancia” (Soberón,1988:29) donde se procuró el bienestar de la familia y de la niñez mexicana. Intensificó la lucha contra el alcoholismo.

1930 - 1932, Ing. Pascual Ortiz Rubio.

Ordenó levantar el Censo General de Población “en el año de 1930, que fue de 16'552,722 de habitantes” (INEGI,1994:13). Promovió, la Sociedad Nacional de Seguros que protegía a los trabajadores de que los patrones se declararan insolventes en caso de accidentes de trabajo o de enfermedades profesionales.

1932 - 1934, General Abelardo L. Rodríguez.

Durante su régimen, México padecía una fuerte recesión económica. En cuanto al sector salud la población se encontraba en una situación de total desamparo.

1934 - 1940, General Lázaro Cárdenas del Río.

Primer presidente mexicano en gobernar a través de un nuevo “Plan Sexenal”. (Zorrilla,1976:44). En 1938, creó la Secretaría de Asistencia Pública, que unió a la Beneficencia Privada y Pública del D.F. y al Departamento Autónomo de Asistencia Infantil. Se realizaron grandes obras públicas como la instalación de alcantarillado y agua potable en el país, así como los primeros trabajos de saneamiento del medio ambiente.

1940 - 1946, General Manuel Avila Camacho.

Se reportaba una población de 19'652,552 habitantes (INEGI,1994:13). Se interesó por proporcionar servicios de salud otorgándole un carácter institucional, de ahí, “en 1942, se crea el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)” (Méndez 1994:67) gobernado por un Consejo Técnico representado por el Gobierno Federal y

de los sectores obrero y patronal; y sostenido económicamente por las aportaciones de éstos. Desde entonces y hasta la actualidad, el IMSS es una "Institución responsable del Bienestar Social del sector productivo del País" (Soberón,1988:29) otorga a sus derechohabientes y a sus familias, protección contra las enfermedades generales, servicios y atención de maternidad, atención en caso de accidentes de trabajo y de enfermedades profesionales. Protección en caso de invalidez, vejez y muerte, así como de cesantía involuntaria en edad avanzada. El Seguro Social es un instrumento para la aplicación de los principios de justicia social y un medio para distribuir mejor la riqueza.

"Fundó el Instituto Nacional de Cardiología" (Méndez,1994:167) y en 1945 crea la Secretaría de Salubridad y Asistencia con el fin de elevar en nivel de vida para todos los mexicanos, actualmente se le llama Secretaría de Salud, proporciona servicio médico y asistencial a las personas de escasos recursos y que no están inscritos en el IMSS, de las áreas rurales y urbanas. En "1940 se presentaban 23.2 defunciones por cada 1'000 habitantes" (INEGI,1994:166), en cambio hacia 1946 eran 18 por cada 1'000 habitantes. Se llevó a cabo" la construcción del Hospital Infantil de México y por último se edifica el Hospital de Enfermedades de Nutrición" (Méndez,1994:167).

1946 - 1952, Lic. Miguel Alemán Valdés.

En "1946 el país tenía 23'381,653 habitantes y para el año de 1950 contaba con 25'791,017 de mexicanos" (INEGI,1994:13).

La tasa de mortalidad bajo gracias a las campañas sanitarias, de 19 a 16 por cada mil habitantes, además se erradicó la viruela.

1952 - 1958, Adolfo Ruiz Cortines.

Se propuso disminuir el costo de la vida sobre todo en el renglón de alimentos, además ordenó que fueran saneados los litorales insalubres en coordinación con las Naciones Unidas. Durante su mandato se realizó una Campaña Nacional para la Erradicación del Paludismo, y se construyeron el "Centro Médico Nacional y Hospital de la Raza, y la Casa del Asegurado" (Soberón,1988:29) y el Instituto Nacional de Bienestar a la Infancia; mientras que "los servicios y beneficios del Instituto Mexicano del Seguro Social se extendieron a todos los Estados de la República" (Méndez, 1994:167).

1958 - 1964, Lic. Adolfo López Mateos.

Decreto reformas a la Ley del Seguro Social, se fundó "el Instituto Nacional de Protección a la Infancia (INPI)" (Méndez,1994:168). Organismo público descentralizado cuyo objetivo era estrictamente asistencial, "sobre todo la administración de desayunos" (Soberón,1988:30). Estableció las estructuras sanitarias al construir Centros de Salud en todo el país y "el 1º de enero de 1960 fue creado el Instituto de

Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE)” (Zorrilla, 1976:49) cuyo objetivo es otorgar atención médica a los prestadores del servicio público federal y a su familia. Posteriormente el INPI se le llamo “Instituto Mexicano para la Infancia y la Familia” (Soberón,1988:30); el índice de mortalidad bajo a 11.2 por cada mil habitantes en 1960 (INEGI,1994:166) esto gracias al mejoramiento de los servicios de agua potable, la atención sanitaria y asistencial que se realizaron en la población. Nadie murió por paludismo o tifoidea, viruela, fiebre amarilla, se disminuyó el mal del pinto, la tuberculosis y las enfermedades de origen hídrico. Se aplicó a la sal yodo para el consumo humano y así evitar la incidencia del bocio y se hizo obligatoria la vacunación oral de los recién nacidos para evitar la poliomielitis. A sí mismo crea una “Campaña Nacional de Subsistencia Populares (CONSASUPO)” (Méndez,1994:168). Para 1960 se contaba con una población de 34’923,129 habitantes (INEGI, 1994:13)

1964 - 1970, Lic. Gustavo Díaz Ordaz.

En esta época, Díaz Ordaz adoptó medidas de carácter administrativo en cuanto a las cuestiones de salud. Hasta cierto punto podemos decir, que durante su administración, Díaz Ordaz procuró en mucho el bienestar social y de salud de los mexicanos. Creó además la Comisión Mixta Coordinadora de Actividades de Salud Pública, Asistencia y Seguridad Socia

I. Continuó la campaña contra la tifoidea iniciada anteriormente. Se fundó el “Instituto Mexicano de Asistencia a la Niñez (IMAN)” (Méndez,1994:168). También se construyó la Casa de Hogar para Niñas y un Hospital Infantil. “Se crea un sistema de Hospitales psiquiátricos” (Méndez,1994: 168).

1970 – 1976, Lic. Luis Echeverría Alvarez.

En materia de Salud, el presidente Echeverría propuso la creación de un Fondo Mundial de Alimentos, Protección y Ayuda para los países más pobres del mundo, al tiempo que denunció el nacimiento de una nueva forma de dominación del mundo a través del control de los nutrientes. Fue también durante su gobierno que se elaboró el Plan Nacional de Salud.

El Instituto Mexicano para la Infancia y la Familia extendió sus actividades a las comunidades rurales, llegando a distribuir raciones alimenticias complementarias.

Se dio atención a la niñez a través de consultas médicas. Inició “en 1972 una política de Planificación Familiar” (Frenk,1998:86). Para el año de 1970 se contaba con una “población de 48’225,238 mexicanos” (INEGI,1994:13); así a lo largo de su administración el índice de mortalidad general descendió “de 9.9 a 7.4 por cada mil habitantes” (INEGI,1994:166). Para el año de 1975 se contaba con un promedio de “seis hijos por familia” (Frenk,1998:86) y “la esperanza de vida al nacer en 1975 era de 66.2 años” (INEGI,1994:167).

1976 – 1982; Lic. José López Portillo y Pacheco.

Con el cambio de década, México vivió precarias condiciones de salud y desigualdad, entre la vida rural y la urbana; aún así, se implementaron la Cartilla de Vacunación para los menores recién nacidos, y “el Sistema Alimentario Mexicano (SAM)” (Méndez,1994:169). En esta época también se le dio prioridad al Programa Nacional de Planificación Familiar, esto como consecuencia de que el crecimiento de la poblaciones de 1970 a 1980 fue de más de 18 millones de mexicanos. “En 1970 éramos 48’225,238 ciudadanos, y para 1980 el número de personas aumentó a 66’846,833” (INEGI,1994:13). En su gobierno se edificó “el Instituto Mexicano de Psiquiatría y el Instituto Nacional de la Senectud” (Méndez,1994:169) cuyo objetivo es proporcionar a la “población de más de 60 años asistencia económica; tarjeta de descuento INSEN” (Soberón,1988:30).

Además se creó otra dependencia al fusionar “el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia y el IMAN” (Méndez,1994:169) más responsable de dar servicio médico y atención a la familia y a la niñez, conocido como Desarrollo Integral de la Familia (DIF), cuyo principal objetivo ha sido desde entonces, promover el Bienestar Social y Familiar. Se creó “en 1981, la Dirección de Asistencia Social de la Coordinación de Servicios de Salud, con el fin de coordinar las acciones de asistencia y evitar la duplicación de funciones” (Soberón,1988:30). Se empezaron a dar “los primeros acercamientos al Sistema Nacional de Salud” (Frenk,1998:90).

En 1980 la esperanza de vida al nacer del mexicano continuaba siendo de 66.2 años Frenk,(1998:87).

1982 – 1988, Lic. Miguel de la Madrid Hurtado.

Ya entrados en la década de los 80's, Miguel de la Madrid propuso una nueva estrategia de desarrollo económico y social denominado “Plan Nacional de Desarrollo (PND)” (Méndez,1994:169) esto como una estrategia política. En 1983 se inició el proceso de descentralización de los servicios de salud y se formó “el Sistema Nacional de Salud” (Méndez,1994:169); se puso en marcha el Programa Integral de Desarrollo de la Industria Químico Farmacéutica, con el objetivo de estimular la producción nacional para la fabricación de medicamentos. De igual forma De la Madrid será recordado por ser quién convocó a la firma del Pacto de Solidaridad y por destacarse con “El Programa Nacional Alimentario” (Méndez,1991:99). En 1984 se estableció la transferencia gradual a los Estados de los servicios de SSA y del IMSS - COPLAMAR (Frenk,1998:90) por medio de los servicios Coordinados de Salud Pública a cargo de los Gobernadores de cada Estado, en conjunto con el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia. Promulgó la “Ley General de Salud” (Frenk,1998:90) mediante el cual “se reglamentaron las funciones y la coordinación de los organismos que integran el sector salud (Secretaría de Salud, IMSS, ISSSTE y DIF)” (Soberón,1988:31). Con miras en el final de su administración Miguel de la Madrid, creó “el Instituto Nacional de Salud Pública, como un organismo descentralizado, responsable de la investigación científica y formación de personal

de alto nivel en el área de salud” (Frenk,1998:90).

1988 – 1994, Lic. Carlos Salinas de Gortari.

Carlos Salinas fue el presidente que durante su administración propuso orientar el gasto social, de alimentación y de salud hacia los sectores más desprotegidos, estimuló la producción de alimentos básicos, consolidó el Sistema Nacional de Salud; se preocupó por la recuperación del medio ambiente; “creó el Programa Nacional de Solidaridad (Pronasol) orientado a las zonas desérticas, indígenas y grupos populares de las zonas urbanas esta política se viene instrumentando (gestando) desde 1983” (Garza,1995:298) al igual que el programa IMSS - Solidaridad (Frenk,1998:91), se le señala como un gobierno donde mejoró el sector salud, gracias entre otras cosas a que se concentró en controlar las enfermedades infecciosas y no en programas que buscaran el cambio estructural, como lo señala Frenk, (1998:91), Salinas de Gortari, fue también quien puso a funcionar el Centro Médico Siglo XXI. Entre las medidas ecológicas de su administración, encontramos el cierre de la refinería de Azcapozalco y de varias otras industrias contaminantes en el interior de México.

De 1980 a 1990 la población creció de “66´846,833 a 81´249,645 habitantes” (INEGI,1994:13).

Actualmente, desde 1994 – 2000; Dr. Ernesto Zedillo Ponce de León

El Dr. Ernesto Zedillo como presidente de México, se ha propuesto como obligación, la protección de los ciudadanos, por lo que se ha hecho responsable directo de la seguridad social de los habitantes de México.

Para poner fin a los problemas nacionales, Ernesto Zedillo ha solicitado “la participación tanto de organismos institucionales y gubernamentales como de la sociedad civil en general” (Frenk,1998:91). Durante su administración ha sido propuesto también sustituir el modelo vertical de trabajo, por uno plural donde los sectores públicos y privados estén de acuerdo y realicen, en conjunto, la ejecución de los cambios propuestos.

El gobierno, como representante de los mexicanos tiene como prioridad la tarea fundamental en el sector salud de procurar el mejoramiento de la salud, alimentación, higiene, vestido, saneamiento y disminución de las enfermedades que a través de la prevención, curación y rehabilitación para todos los ciudadanos podrá lograrlo; es por todo lo anterior que los últimos gobiernos han procurado incrementar por medio de estrategias y políticas de acción el desarrollo de México.

El presidente Ernesto Zedillo propone en su Política de Desarrollo Social para el periodo presidencial de 1995 –2000 lo siguiente:

Practicar la igualdad de oportunidades y de condiciones que alberguen a la población el distante de los derechos individuales y sociales

consagrados en la Constitución; elevar los niveles de bienestar y la calidad de vida de los mexicanos y de manera prioritaria disminuir la pobreza y la exclusión social (PND,1995:83).

Además, trabajará hacia una nueva organización del Sistema Nacional de Salud, con el propósito de alcanzar un sistema que incorpore a más población, garantizando así, un paquete básico de servicios de salud que refuerce el principio de equidad con los que menos tienen.

En este Plan Nacional de Desarrollo se propone en el ámbito de Salud :

- Que se reforzarán los recursos al fomento de una vida saludable a los programas de medicina preventiva y abasto de medicamentos así como los recursos humanos necesarios para los prestación de servicios.
- Programas de vacunación, nutrición y salud reproductiva.
- Formular esquemas de financiamiento que sean coherentes con la capacidad de relación del usuario y la responsabilidad administrativa del Gobierno para que todos los trabajadores gocen de los beneficios de la seguridad social.
- Buscará que exista una mayor racionalidad económica para la población no asegurada.
- Alentará la vocación médica y de la enfermera.
- Fortalecer las instituciones de enseñanza para mejorar la calidad de los estudios de las especialidades.
- El desarrollo de los recursos humanos se relacionará con la innovación tecnológica y de investigación (PND,1995:)

Para mantener la efectividad y la cobertura territorial de la política nacional de salud, los servicios estatales se agruparán en el Consejo Nacional de Salud cuya creación se publicó el día 27 de enero de 1995 en el Diario Oficial de la Federación (Zedillo,1995).

Morbilidad y Mortalidad en la Sociedad Mexicana

Es evidente que si tomamos como referencia la cantidad de nacimientos de mexicanos registrados por el actual Censo que se hizo en 1997 y que fue 2'750,444 de recién nacidos y cuya mortalidad fue de 430,278 de acuerdo al INEGI,(1997:1) nos damos cuenta de que la mortalidad en México, ha disminuido.

Las principales causas de mortalidad en esta época de los 90's son las enfermedades del corazón (63,609), tumores malignos (48,222) y accidentes (35,567) INEGI,(1997:1). Todo esto, aunado a las nuevas formas de vida del hombre moderno que han provocado que se manifiesten enfermedades de tipo crónico degenerativas como la diabetes, hipertensión, arteriosclerosis, enfisema pulmonar, cirrosis y cáncer, entre otras. La pobreza, las desigualdades regionales y la crisis mundial que vive el mundo han provocado que se presenten infecciones gastrointestinales, tales como cólera; muertes maternas, padecimientos mentales y adicciones de las que México no esta exento.

Sin olvidarnos también que la "industrialización" ha venido a provocar la migración de las poblaciones rurales a las zonas urbanas, con el fin de obtener un mejor nivel de vida, lo que provocó que los problemas demográficos y ecológicos, hayan aumentado y como consecuencia, como menciona Méndez,(1991:63) las condiciones ambientales han propiciado enfermedades en la población; sus condiciones de higiene en la población son deprimentes debido a que los habitantes carecen de una educación para la salud y si a esto, se le agrega la alimentación de los mexicanos no es suficiente, ni equilibrada y mucho menos nutriente.

A continuación, se mostrará como la población mexicana gracias al beneficio de la Seguridad Social ha disminuido las tasas de morbilidad y mortalidad de los mexicanos considerablemente.

CUADRO 4
Población Derechohabiente con Seguridad Social

Año	Ase.	IMSS	ISSSTE	PEMEX	PNM	SD	SM
1950	1,111,544	9,741,105		137,439			
1960	4,016,563	3,340,390	487,742	888,431			
1970	12,195,991	9,895,629	1,347,470	327,184	278,169	268,811	78,728
1980	30,773,224	24,125,307	4,985,108	646,516	530,621	342,575	143,097
1990	48,028,003	38,575,140	80,575,147	897,337		317,805	167,049

Fuente: (INEGI, 1994: 175).

Podremos observar como en 1950 había 23'381,653 habitantes y solamente 1'111,544 estaban asegurados. En cambio para 1990 se tuvo una población de 81'249,645 mexicanos de los cuales 48'028,003 contaban ya con Seguro Social.

Esto nos permite considerar que es más de la mitad de la población total la que cuenta seguridad social mientras que el resto faltante se atiende con servicio médico de otras Instituciones públicas o privadas. El siguiente cuadro nos da un panorama de como se encuentran distribuidas las diversas enfermedades, causantes de mortalidad en la población mexicana, desde 1930 hasta 1990.

CUADRO No. 5
Evaluación de las Principales Enfermedades como Causa de Muerte .

AÑO	TOTAL	infecciosas	Aparato circulatorio	respiratorias	aparato digestivo	Tumores	Accidentes Envenenamientos Violencias	otras enfermedades
1930	100 0%	47	1.9	16	4	0.7	4.1	26.3
1940	100 0%	43.1	3.7	20	4.7	1.2	5.1	22.2
1950	100 0%	34.6	6.2	20.7	5.1	2	5.9	25.5
1960	100.0%	25.6	8.5	19.3	5.3	3.4	6.5	31.4

1970	100.0%	23.1	10.5	21.8	5.6	4	7.2	27.8
1980	100.0%	13.7	16.4	13.5	7.1	6.5	15.5	27.3
1990	100.0%	9.7	19.8	10.5	7.9	10.1	13.9	28.1

Fuente: (INEGI,1994:188).

Se puede señalar como en el año de 1930 las enfermedades infecciosas son la principal causa de muerte con un 47.0%, seguido sólo por las enfermedades de tipo respiratorio con un 16.0%. Hacia la década de los 40's y los 50's continuó esta misma tendencia, pero en 1950 comenzamos a notar un importante incremento en las enfermedades del aparato circulatorio. Si en 1930, este tipo de enfermedades era la causa del 1.9% de las enfermedades, en 1950 fue la causa del 6.2%, y en 1960 fue del 8.5%. Igualmente en 1960 se ve como las enfermedades infecciosas comienzan a disminuir a un 25.6% de las muertes en México.

En la década de los 70's las muertes por enfermedades de tipo circulatorio y respiratorio continuaron incrementándose, lo mismo que los decesos por accidentes, envenenamientos y violencia. Ya en los 80's y los 90's las enfermedades infecciosas habían dejado de ser un motivo importante de mortalidad, sin embargo las enfermedades del aparato circulatorio, las del aparato digestivo, los tumores y las muertes como resultado de accidentes, envenenamientos o violencia, alcanzaron sus niveles más altos, desde la época post - revolucionaria.

Si analizamos detenidamente los resultados de este cuadro de enfermedades, nos daremos cuenta de como a lo largo del presente siglo el hombre ha venido adquiriendo otro tipo de valores culturales con respecto a su salud y bienestar.

Actualmente, el ritmo de vida es más sedentario porque se cuenta con muchas más comodidades que en épocas anteriores. Las condiciones para cubrir las necesidades básicas, tales como alimento, agua y vivienda son mucho más sencillas que en otras épocas, sin embargo la alimentación no es totalmente la adecuada.

“Unos de los problemas mas agudos en que se refleja la falta de dicho desarrollo es la desnutrición” (Méndez,1991:52) donde miles de mexicanos no satisfacen una de las necesidades más prioritarias como lo es su alimentación.

En la actualidad observamos que “la persona que no come alimentos en cantidades suficientes para satisfacerse padecen hambre” (Méndez,1991:52) un alto nivel de mala nutrición, desnutrición y enfermedad esto, es el resultado de que la población carece de buenos hábitos alimenticios, porque no fueron ni adquiridos, ni aprendidos en el seno familiar. Tradicionalmente la dieta del mexicano esta compuesta por “el consumo de maíz, frijol, chile y jitomate” (Méndez,1991:53).

Sistema Nacional de Salud

Como se había comentado en 1981, siendo presidente el Lic José Lopez Portillo, se crea el Sistema Nacional de Salud, como la instancia responsable de concertar los programas y servicios de Salud que ejecutan "las dependencias y entidades de la administración pública federal o estatal, las personas físicas o morales de los sectores social y privado, con el propósito de hacer efectivo el derecho a la Salud" (Cruz,1992 108) De acuerdo a lo consagrado por el Artículo 4º Constitucional donde es definida a la salud como "un bien meritorio, debido a que a través de un nivel adecuado de salud se puede garantizar la reproducción y el desarrollo del sistema económico social" (Cruz,1992 108)

Posteriormente, en el período de Carlos Salinas de Gortari, se reforma el Sistema Nacional de Salud, con el propósito de mejorar el nivel de salud de la población, distribuir equitativamente los beneficios para los usuarios prestadores de servicio Y esta integrado por tres componentes "el sector salud, los servicios de salud (atención médica, asistencia social y regulación sanitaria) en las entidades federativas, los sectores social y privado" (Cruz,1992 109)

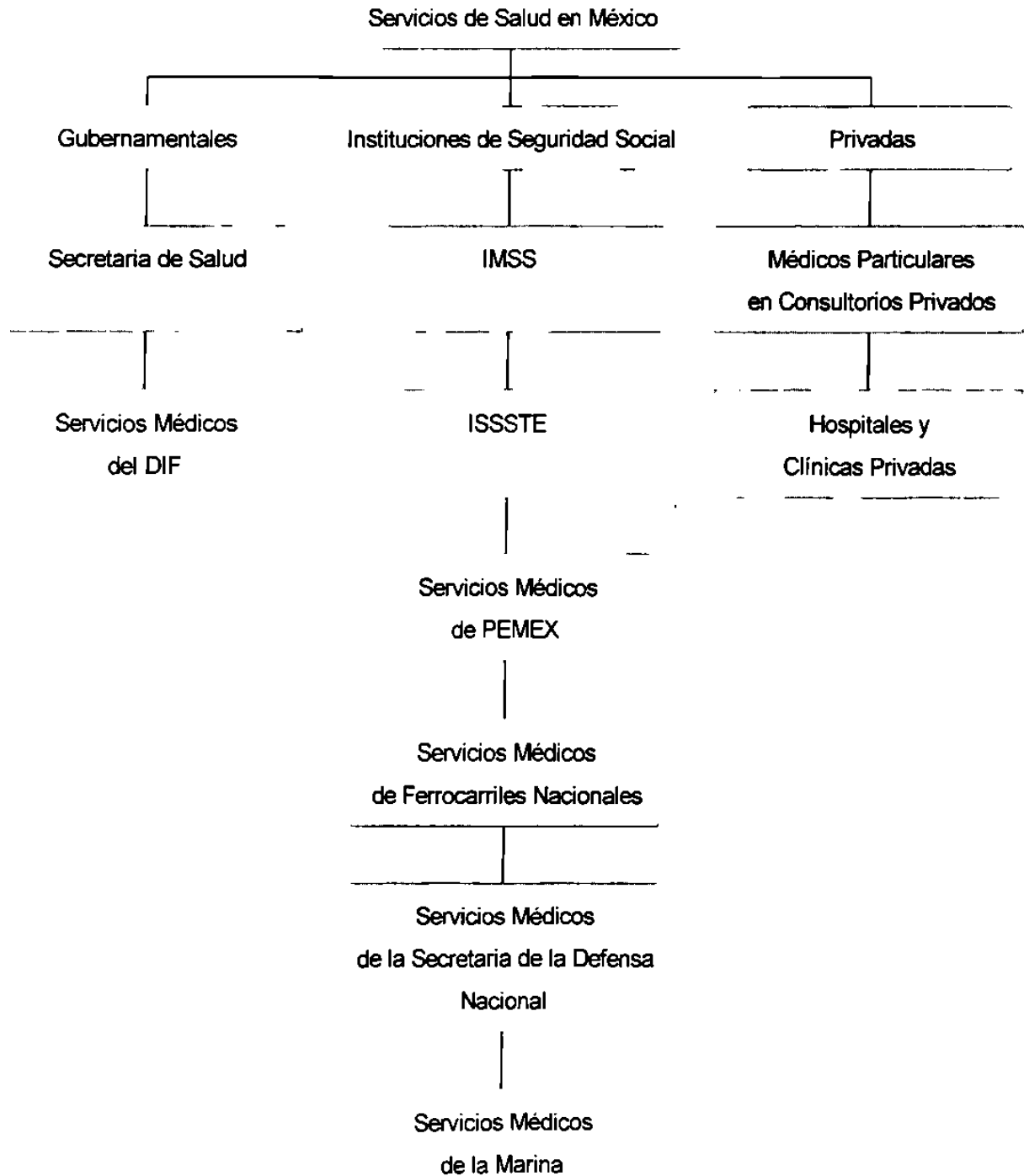
Toda la población es susceptible de requerir atención médica, pero los usuarios con acceso formal a los servicios médicos se dividen en tres grupos

- a) Los afiliados al IMSS cuya seguridad social la representa la población trabajadora
- b) Las personas no aseguradas, que son quienes participan en el sector formal de la economía mexicana, pueden ser individuos del medio rural, los auto empleados que no están protegidos, ni han adquirido un seguro médico privado (por lo que recurren a la Secretaría de Salud y al programa de IMSS - Solidaridad) Lo anterior, nos comenta (Méndez,1994 69), en el año de 1990, más de 32 millones de mexicanos carecían de servicio de salud

Aquellas personas que aun teniendo o no acceso a la Seguridad Social, prefieren recurrir a médicos particulares, clínicas y hospitales privados Este tipo de servicio "se basan en las leyes del capitalismo, cuyos prestadores obtienen ganancias a cambio de dicho servicio" (Mendez,1994 67) Por otro lado, están todas aquellas personas que por lo general no recurren a estos servicios o no tienen acceso a ellos y que como señala Mendez,(1994 67) por lo tanto "recurren a la automedicación" comprando medicamentos sin consultar a un especialista o a la medicina alternativa (herbolana y homeopata) Si la salud es el estado de bienestar físico y mental del hombre, entonces esta constituye un elemento esencial en el desarrollo socioeconómico de cualquier país por consecuencia ha llegado a ser un aspecto que históricamente ha evolucionado en forma constante para beneficio de la sociedad

A continuación se mostrará como orgánicamente es el sistema de Salud en México.

CUADRO No. 6
Organigrama del Servicio de Seguridad Social en México



Fuente: (Méndez, 1994:68).

Caracterizando las Tendencias Mundiales y Nacionales

Para finalizar podemos retomar que mundialmente la salud es un aspecto prioritario para todos los individuos. Si consideramos que "la población mundial estimada en 1993 por la OMS fue de 5'759;276,000 habitantes de los cuales 1'048,188, 000 (18.2%) son adolescentes entre 10 y 19 años mientras que 518;335,000 (9.0%) son jóvenes entre 20 y 24 años" (OPS,1994:82).

La mala nutrición, consecuencia de la falta de buenos hábitos alimenticios están repercutiendo en los estudiantes adolescentes de nivel Medio Superior provocándoles enfermedades y consecuentemente bajo rendimiento y aprovechamiento escolar. De igual forma, es en los adolescentes donde la causa principal de mortalidad "son: los accidentes, homicidios, suicidios, tumores malignos, problemas relacionados a la reproducción y muertes por violencia" (OPS,1994:84).

A lo largo del presente siglo, se ha observado un importante cambio en la tradición alimenticia y de ritmo de vida de los mexicanos. Con el avance de los años se ha incrementado el consumo de "alimentos chatarra, entre ellos se encuentran las bebidas refrescantes envasadas, pastelillos, frituras, pastas, galletas, bebidas alcoholicas" (Méndez,1991:54) alimentos y bebidas bajos en calorías (o con sustitutos químicos), tabaco y fármacos, del cual existe gran influencia en la salud física como mental de las personas. Asimismo, y retomando a los adolescentes que estudian vemos como durante esta etapa de la vida se disparan otros tipos de "conductas de experimentación que implican riesgos para la salud" (OPS,1994:103) y que con el tiempo se transforman en enfermedades son la drogadicción, el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol cuya iniciación es más temprana en la adolescencia y que en muchas ocasiones termina con accidentes mortales.

Si se pudiera adoptar patrones de conducta o estilos de vida que ayuden a retrasar la presencia de enfermedades y que además disminuya la sintomatología o muerte de los individuos OPS,(1994:99) y se obtendría una mayor calidad de vida.

Igualmente no se puede dejar de comentar que "la dinámica, estructura y características de la familia han sido profundamente afectadas por la crisis económica" (OPS,1994:83), que aunque este siendo transformada, es necesario considerarla como una variable determinante para los valores y pautas culturales para el individuo, que intervienen en las expectativas escolares y profesionales que desean escalar los adolescentes, para así poder llegar a convertirse en buenos profesionistas, respetables y saludables ciudadanos de nuestra sociedad.

ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA EDUCACION EN MEXICO

Consideraciones Nacionales sobre la Educación.

Para satisfacer la necesidad del hombre de recibir educación en un país determinado, se deben considerar algunos agentes de progreso, como son el incremento en los niveles económicos, la industrialización, las condiciones higiénicas y médicas.

En 1910 existían en México 15'150,369 habitantes, en 1990 había una población de 81'249,645 mexicanos. Este crecimiento ha provocado que aumenten las necesidades de cubrir los problemas económicos, sociales, de salud y en especial los de educación. Si tomamos como referencia que en 1970 la tasa de analfabetismo era de 26 por cada cien mexicanos de quince años que no sabían leer y escribir; en el año de 1990 disminuyó a 12 por cada cien habitantes (INEGI,1994:100).

La educación ha sido un factor decisivo de superación personal y social del hombre en todos los países del mundo, creándose así, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) fundada en el año de 1946. La UNESCO, define a "la educación como la Instrucción, la cuál es una actividad fundamental del género humano" (López,1993:1). Otra definición de educación nos dice que es "el proceso de transmisión cultural por medio del cual una generación adulta transmite a una joven sus valores culturales" (Zorrilla,1980: 55).

Históricamente el pueblo de México ha vivido un proceso de cambio en la educación de niños, mujeres y hombres, con grandes deseos de estudiar y de progresar. Por tal motivo es pertinente dar un panorama de como los diversos gobiernos han valorado el papel de la educación en la vida de los mexicanos.

La educación ha sido un aspecto muy importantes desde tiempos de los aztecas, quienes ya tenían formas de organización para educar a sus niños y jóvenes. Con la llegada de los españoles a nuestro país, la forma de educación cambio. El clero se convirtió en el principal encargado de la enseñanza y fue así durante toda la época de la Colonia "que daba preferencia a españoles y criollos" (Méndez,1991:55). Después de tres siglos de dominación española, México logró su

soberanía. Más tarde vino un período de Independencia, el cual seguía los lineamientos de la Colonia en cuanto a la educación, pero desde luego con nuevas influencias, conocimientos y con mayor libertad. Pronto se fue vislumbrando un ascenso de la naciente clase media liberal, que se proponía una nueva forma de escuelas estatales, disminuyendo así la autoridad del clero sobre la educación; y promoviendo el nuevo poder del Estado liberal y laico inspirado por el movimiento de Reforma.

Durante la Dictadura de Porfirio Díaz, la educación se encontraba influenciada por la corriente positivista que consiste en que “la verdad científica vino a sustituir a la verdad producto de la revelación divina” (INEGI,1994:97) y se encontraba al servicio del régimen dictatorial dominante cuyas fuerzas de apoyo fueron los grandes propietarios rurales y las empresas imperialistas extranjeras que a desde el año de 1880 principalmente, iniciaron su dominio en las diversas y más importantes actividades productivas del país INEGI,(1994:97).

A lo largo de la historia de México es en la etapa de la Revolución cuando comienza a dejarse sentir un carácter democrático - burgués. Entre 1910 y 1917, el panorama del país era de un alto grado de analfabetismo entre campesinos y obreros, esto es, que la educación estaba escasamente desarrollada. Sin embargo y a pesar de las condiciones socioeconómicas que prevalecían en ese momento, algunos gobernadores revolucionarios aplicaron leyes para que favorecieran a la educación popular, creando escuelas y contratando maestros.

El Congreso Constituyente de 1917 elevó al rango de Constitucional a la Educación. Con la promulgación del artículo 3º se dio un paso muy importante en materia educativa al señalar que la enseñanza primaria debía ser libre, laica gratuita, y otorgándole un criterio científico.

A través del siguiente cuadro podemos darnos una idea de como ha ido evolucionando la educación y de como se han movido los índices de analfabetismo de la población mexicana desde 1910 hasta 1990.

CUADRO No. 7

Población de 10 años y más: alfabetas y analfabetas por sexo.

	1910	1921	1930	1940	1950
México	10,809,090	10,528,622	11,748,936	12,960,140	20,708,657
Hombres	5,286,213	5,074,276	5,681,300	6,806,218	10,142,621
Mujeres	5,522,877	5,454,346	6,067,636	6,153,922	10,566,036
Alfabetas	2,992,076	3,564,767	4,525,035	5,416,188	11,766,258
Analfabetas	7,817,064	6,973,855	7,223,901	7,543,952	8,942,399

	1960	1970	1980	1990
México	23,829,338	32,334,732	37,927,410	49,610,876
Hombres	11,773,023	15,979,368	18,500,443	23,924,966
Mujeres	12,056,315	16,355,364	19,426,967	25,685,910
Alfabetas	15,848,653	24,657,659	31,475,670	43,354,067
Analfabetas	7,980,685	7,677,073	6,451,740	6,256,809

Fuente: (INEGI, Estadística Histórica de México Tomo I, 1994:117-118)

En este cuadro podemos darnos cuenta de que en la etapa post revolucionaria, había 10'809,090 de mexicanos con posibilidades de estudiar, pero solamente 2'992,076 eran alfabetas, en tanto que 7'817,064 mexicanos no sabían leer y escribir. En 1970, durante el gobierno de Lic. Luis Echeverría existían 32'332,732 habitantes de los cuales 24'657,659 sabían leer y escribir, pero aún quedaban 7'677,073 analfabetas. Ya en 1990, la población fue de 49'610,876 mexicanos, los que estaban en edad de recibir educación de los cuales 43'355,467 eran alfabetas y quedaban 6'256,809 analfabetas.

Lineamientos Nacionales sobre Educación: Períodos Presidenciales

ANALISIS HISTORICO DE LA EDUCACION DESDE 1915 HASTA LA ADMINISTRACION DEL DR. ERNESTO ZEDILLO

1915 - 1920; Venustiano Carranza

El presidente Venustiano Carranza es recordado como el mandatario mexicano que dentro, de cuyo período administrativo se firmó la Carta Magna de México o Constitución Política, a través del Congreso Constituyente; en esta Carta Magna, se escribe sobre materia de educación en su Artículo 3º y que a la letra dice:

Todo individuo tiene derecho a recibir Educación. El Estado - Federación, Estados y Municipios impartirá educación preescolar, primaria y secundaria. La educación primaria y la secundaria son obligatorias, gratuita, laica, se basará en los resultados del progreso científico, luchará contra la ignorancia y sus afectos, las servidumbres, los fanatismos y los prejuicios. Además será: A) Democrática, B) Nacional y C) Contribuirá a la mejor convivencia humana. La educación que imparta el Estado tendrá que desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la Patria y la conciencia de solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia (Vidales, 1998:8).

Carranza responsabilizó y dió respeto a la autonomía de los Estado Federales para vigilar e intervenir en las escuelas primarias oficiales y privadas. Muchas escuelas fueron cerradas por falta de recursos técnicos y humanos. En cuanto a la Educación Superior encontramos que en 1917 la Universidad Nacional de México era una institución que abarcaba a varias escuelas y colegios de este nivel (Alvarez,1994).

1920-1924; Gral. Alvaro Obregón

Durante este período, en 1921 y siendo ministro de Educación José Vasconcelos, se dio a la tarea de crear la Secretaría de Educación Pública (SEP) INEGI, (1994:99) con una tendencia a “la federalización de la enseñanza” (Acencio, 1973:259). Fueron editados los primero libros de texto gratuitos elementales, obras clásicas y la revista el Maestro. José Vasconcelos, guiado por el ideal de unificar a la población mexicana, (tanto a las culturas indígenas como a las hispánicas) mediante el nacionalismo, combatió el analfabetismo e impulsó la alfabetización a través de las escuelas rurales y las Misiones Culturales; se instalaron bibliotecas, se construyó el edificio de la Secretaría de Educación Pública, se repartieron desayunos escolares, se estimularon las bellas artes, la pintura mural, las manifestaciones artísticas populares y musicales; y se realizaron importantes intercambios culturales con países extranjeros.

En el último año de su gobierno el Gral. Obregón asistieron a las escuelas primarias y secundarias urbanas cerca de 1'187,407 niños y 171,565 más en las áreas rurales.

1924 - 1928; Gral. Plutarco Elías Calles.

Plutarco Elías Calles impulsó la educación en los estados agrícolas del país, se reorganizaron escuelas nacionales de agricultura y de medicina veterinaria.

Estableció en 1925, la educación secundaria de tres años; fundó la Casa del estudiante Indígena, creó una Caja Nacional de Ahorro y Préstamo con depósitos de cinco centavos semanales por alumno de primaria. En 1927 las escuelas rurales llegaron a tener 3,433 maestros. Y se continuó con el programa de misioneros rurales que eran expertos en agricultura, educación física e higiene. Por último se establecieron planteles industriales y centros culturales para obreros.

1928 - 1930; Lic. Emilio Portes Gil

Durante este corto periodo presidencial no se realizó mucho en materia de educación, pero Portes Gil convocó al Congreso de la Unión para que discutiera sobre la ley de Autonomía para la Universidad Nacional de México la cual fue aprobada en 1929.

1930 - 1932; Ing. Pascual Ortiz Rubio.

Ortiz Rubio, permitió la libertad de culto. En materia educativa, redujo el precio de los libros de texto para las escuelas federales y dio inicio a la distribución gratuita entre los niños de escasos recursos.

Se fundaron 1,459 escuelas rurales, se reglamentaron las funciones de las escuelas secundarias y primarias particulares (1932), con el fin de ajustarlas a los preceptos de enseñanza laica establecidos en la Dirección General de Educación Militar. Fundó también en Michoacán, la Comisión de Investigaciones Indias e impulsó las escuelas fronterizas y “la educación tuvo una orientación de tipo socialista que consistía en que el Estado controlaría la educación impartida por particulares, teniendo la obligación de excluir toda doctrina religiosa, combatir el fanatismo y prejuicios” (INEGI,1994:98).

1932 - 1934; Gral. Abelardo L. Rodríguez.

Durante su administración este presidente propuso la implantación de la educación sexual en las escuelas a través de su Secretario de Educación Pública, Narciso Bassols desde luego esta iniciativa, provocó protestas y manifestaciones.

En 1934 se aprobaron reformas al Artículo 3º propuestas por el Ejecutivo para regir la educación socialista. Inauguró el Palacio de Bellas Artes y creó la Universidad de Nuevo León en 1932.

1934 - 1940; Gral. Lázaro Cárdenas del Río.

En este periodo presidencial se expidió la Ley Reglamentaria del Artículo 3º Constitucional para darle un carácter socialista y racional de las teorías pedagógicas de educación técnica.

Declaró además que no perseguiría a la iglesia porque la verdadera forma de alejar al pueblo sería a través de la educación y por lo tanto fomentaría “una educación socialista. Se crearon internados, comedores y becas” (Alvarez,1994).

Durante su régimen la educación fue muy activa, el presupuesto en 1934 en el renglón educativo fue de 362.2 millones de pesos. Cárdenas también convirtió una cárcel en un gran centro escolar. Elevó el número de escuelas primarias a 16,545 a las que asistían 1.8 millones de niños. Fundó las escuelas Hijos del Ejército, escuelas Regionales Campesinas, el Consejo Educación Agrícola, “el instituto Nacional de Psicopedagogía, el Instituto Politécnico Nacional (IPN)” (Alvarez,1994); el Departamento de Educación Física, el Instituto Nacional de Antropología e Historia; se multiplicaron las bibliotecas y aumento el subsidio para la Universidad Autónoma de México.

1940 - 1946; Gral. Manuel Avila Camacho.

Durante su gobierno se vinieron tiempos difíciles para México debido a los grandes acontecimientos mundiales de una guerra nazi. Internamente existía un gran resentimiento de la población a causa de las contiendas armadas dentro del país.

Por todo lo anterior Avila Camacho se propuso desarrollar "una política de unidad nacional" (Alvarez,1994). En esta época se atendieron las necesidades de educación de la población edificándose millares de aulas y escuelas por lo que fue necesario crear el Comité Administrador del Programa Federal de Construcción de Escuelas (CAPFCE).

Según el "censo de 1940 el 50% de la población de México era analfabeta, asistiendo a la escuela primaria cerca de dos millones de niños que representaban el 44% de la población de 6 a 14 años" (Alvarez,1994). Por lo que se promulgó una ley, que estableció la Campaña Nacional contra el Analfabetismo, en la que se obligaba a todos los mexicanos que supieran leer y escribir, a enseñar a quienes no saben.

"Impulsó la educación para la paz, la democracia y justicia social con la participación de Jaime Torres Bodet como Secretario de Educación" (INEGI,1994:99).

Se elaboraron nuevos planes de estudio, se editaron 10 millones de cuartillas y cuadernos de escritura que se distribuyeron en todo el territorio nacional. En el ámbito de la cultura superior creó la Comisión Impulsora y Coordinadora de la Investigación Científica a la cual le encomendó la tarea de preparar investigadores y técnicos para el desarrollo de la industria y la agricultura.

Se construyó el Observatorio Astrofísico de Tonanzintla, se construyó el Colegio de México que conjuntó a los veinte hombres más eminentes de país, en los campos de la ciencia, filosofía, letras y artes. En 1943 se creó el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey.

1946 - 1952; Lic. Miguel Alemán Valdés.

Durante su mandato reformó el Artículo 3º Constitucional para que la educación fuera laica, gratuita y nacional. En el año de 1952 se contaba con una población estudiantil de "3'540;321 de los cuales 3'262;452 son de Primaria y 42,599 del nivel Medio Superior" (INEGI,1994:107). Se encontraban recién construidas "la Ciudad Universitaria, la Ciudad Politécnica, la Escuela Nacional de Maestro, la Escuela Naval de Veracruz y la Escuela de Aviación Militar de Zapopan, así como el Instituto Nacional Indigenista" (Alvarez,1994). En el ámbito cultural se realizó el Congreso de Academias de la Lengua Española, y finalmente México envió a París y Estocolmo una importante exposición de arte mexicano.

1952 - 1958; Adolfo Ruíz Cortines.

Con Ruíz Cortines, la educación tuvo un desarrollo limitado en comparación a los regímenes anteriores. Se abrieron escuelas particulares (generalmente religiosas), cuyos servicios se ofrecían a los sectores económicamente altos. “Se creó el Consejo Nacional Técnica de la Educación (CONALTE) y el Centro de Investigación y Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional (INVESTAVIPN)” (Alvarez, 1994).

1958 - 1964; Lic. Adolfo López Mateos.

En la presidencia de López Mateos se puso en ejecución el “Plan Nacional para la Expansión y Mejoramiento de la Educación Primaria conocido como plan de once años” (INEGI,1994:99). Se pidió un impuesto del 1% para fomento de la enseñanza Media, Superior, Técnica y Universitaria. En 1959, se repartieron 80 mil desayunos diarios y tres millones al término de su sexenio. Además se contaba “una población escolar de 5’367;770, los cuales 4’857;184 son de Primaria y 81,371 del nivel Medio Superior” (INEGI,1994:107).

Se inauguró la Unidad Profesional de Zacatenco del Instituto Politécnico Nacional. Las carreras técnicas que en 1958 eran 46 mil, pasaron a ser 145,327 al finalizar el sexenio. Los subsidios para las Universidades crecieron de 92 a 357 millones. En 1960 se estableció la distribución de libros de texto para las escuelas primarias, disminuyendo el analfabetismo en la población; se creó “la Comisión Nacional de los Libros de Texto Gratuitos (CONALITEG)” Méndez,(1994:168).

1964 - 1970; Lic. Gustavo Díaz Ordaz.

Para el régimen de gobierno de Díaz Ordaz, el renglón principal en materia de presupuesto de egresos correspondió al ramo de la educación, “se plantea la revisión educativa cuyos objetivos consisten esencialmente, enseñar a pensar y a aprender” (INEGI,1994:99). En 1970 la población escolar fue de “11’538;900 de estudiantes, más que en 1964 que era de 8’351;717” (INEGI,1994:107-108). Se construyeron aulas, talleres, laboratorios y al finalizar su período logro realizar un importante programa que fue “la tele secundaria donde por primera vez se utilizaron la radio y la televisión para difundir clases” (INEGI,1994:99). Fundó escuelas de circuito para los niños que vivían en comunidades menores de 99 habitantes

Aumentó los subsidios a las Universidades e Institutos de enseñanza Superior; inició el Plan de la UNESCO creando un Centro Nacional de Enseñanza Técnica Industrial para la formación de profesores e ingenieros especializados en administración industrial; fundó el Instituto Tecnológico Regional de Querétaro y el Centro Nacional de Ciencias y Tecnologías Marinas de Veracruz. Formuló una política nacional en materia de Ciencia y Tecnología; modificó los planes de estudio de la Preparatoria Técnica Vocacional y “la apertura a nuevas posibilidades en la enseñanza Media Superior” (Alvarez,1994).

1970 - 1976; Lic. Luis Echeverría Álvarez.

Este fue un período difícil, se vivía una "crisis económica" (Méndez,1994:53) muy fuerte, por lo que se puede decir que fue un sexenio de desarrollo compartido.

Aún así se promulgó la Ley Federal de Educación en diciembre de 1973 para darle legalidad a la reforma que reorientaba la enseñanza hacia escuelas tecnológicas y productivas. La población escolar se incremento de 11'538;900 a 16'444;600 de Primaria se reportaban 12'026;200 y 929,900 de nivel Medio Superior. "Se distribuyeron de 291 millones a 542 millones de libros de texto gratuito de nueva edición" (Alvarez,1994). Se crearon Centros agropecuarios e Institutos de Ciencia y Tecnología Marina. Los subsidios a las Universidades ascendieron.

En este sexenio se crearon "la Ley Nacional de Educación para Adultos en diciembre de 1975" (INEGI,1994:99) y 54 Centros de Educación para Adultos, fundó el Centro de Estudios Económicos y Sociales del Tercer Mundo. Fueron becados a 4,943 estudiantes mexicanos para que viajaran al extranjero, se construyeron las nuevas instalaciones del Colegio de México, "el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) y la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM)" (Méndez,1994:168); el Colegio de Bachillerato y "el Consejo Nacional del Fomento Educativo (CONAFE)" (Alvarez,1994).

1976 - 1982; Lic. José López Portillo.

Durante su gobierno se llevó al cabo la Alianza para el Progreso, cuyo propósito era encontrar alternativas para las demandas del desarrollo del país con los diversos factores de la economía (empresarios, obreros y el gobierno). "A consecuencia de la crisis económica existente, afecto la demanda de escolaridad en los sectores de menores ingresos y aumento las posibilidades de abandono y reprobación escolar" (Alvarez,1994). En 1977 se creó el Plan Nacional de Educación.

En 1978 se iniciaron los trabajos de descentralización de la Secretaría de Educación Pública. Se fundó el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica, responsable de ofrecer opciones terminales previas a la Licenciatura y la Universidad Pedagógica Nacional.

En 1980 por primera vez en la historia de México se cubrió totalmente la demanda de educación primaria. En 1981 se creó el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA). En el período escolar de 1982-1983 se tenía una inscripción de "23'682,900 alumnos; siendo 15'222,900 de Primaria, mientras que la población de nivel Secundaria fue de 3'583,300 y del nivel Medio Superior y Superior se registraron 4'502,100 estudiantes" (INEGI,1994:108). Se puede apreciar en cuanto a las Universidades e Instituciones de Educación Superior que hubo un importante ascenso en el número de estudiantes.

1982 - 1988; Lic. Miguel de la Madrid Hurtado.

En el sexenio de la Madrid se inició la descentralización educativa a través de un decreto en el que se transfería a medio plazo la responsabilidad de la Educación a los gobiernos de los Estados, donde se construyeron también Comités Consultivos formados por el Gobernador, el Secretario de Educación, un representante del gobierno federal y el Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación (SNTE).

Se decretó además la creación de una Coordinación General para la Descentralización de la Secretaría de Educación Pública, transformándose en Unidades de Servicios Educativos. Posteriormente cambió el Comité por una Dirección General de Servicios Coordinados por la Secretaría de Educación Pública.

En 1983 se normativiza la entrada a las escuelas Normales públicas y privadas, buscando incrementar la Educación Preescolar. Mientras que la Educación Normal toma el grado de Licenciatura a partir de 1984 donde se hizo obligatorio el bachillerato como antecedentes académico para los aspirantes a normalistas. Otra de las propuestas del programa era revisar los contenidos didácticos de la Educación Básica para introducir aspectos regionales y elevar la calidad del sistema educativo.

Se creó el Sistema Nacional de Investigadores (SNI); además se abrieron Casas de la Cultura, Bibliotecas y se reforzaron las ya existentes.

1988 - 1994; Lic. Carlos Salinas de Gortari.

Para finalizar la década de los 80's, Salinas de Gortari fue un presidente que impulsó la Reforma Educativo de la Enseñanza Básica y Normal; en 1993 se registro que sólo se le dedicó un 5.3% a la Educación (Méndez, 1991:65).

Para aplicar las disposiciones que el artículo 3º Constitucional señala, el 12 de julio de 1993 se promulgó una Ley General de Educación, la cuál sustituye a la Ley Federal de Educación del 23 de noviembre de 1973. Esta Ley tiene como propósito que el Sistema Educativo atienda los rezagos existentes y que este de acuerdo a las últimas reformas del Artículo 3º Constitucional sobre la Educación; después de varias reformas, nos señala que:

La educación primaria y la secundaria son obligatorias, gratuitas, laica, se basará en los resultados del progreso científico, luchará contra la ignorancia y sus afectos las servidumbres, los fanatismos y los prejuicios Además será:

A) Democrático, B) Nacional y C) Contribuirá a la mejor convivencia humana.

La Educación que imparta el Estado tendrá que desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la Patria y la conciencia de solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia.

El Ejecutivo Federal determinará los planes y programas de estudio de la educación primaria, secundaria y normal para toda la República.

El Estado promoverá y atenderá todos los tipos y modalidades educativos incluyendo la educación superior, necesarios para el desarrollo de la Nación apoyará la investigación científica y tecnológica y alentará el fortalecimiento y difusión de nuestra cultura.

En la fracción VII indica que las Universidades y las demás instituciones de Educación Superior a las que la ley otorgue autonomía, tendrán la facultad y la responsabilidad de gobernarse a sí mismas; realizarán sus fines de educar investigar y difundir la cultura, de acuerdo con los principios de este artículo respetando la libertad de cátedra e investigación y de libre examen y discusión de las ideas, determinarán sus planes y programas, fijarán los términos de ingreso promoción y permanencia de su personal académico y administrará su patrimonio.

Las relaciones laborales tanto del personal académico como administrativo, se normarán por el apartado A del artículo 123 de esta Constitución, en los términos y con las modalidades que establezca la Ley Federal del Trabajo conforme a las características propias de un trabajo especial, de manera que concuerden con la autonomía, la libertad de cátedra e investigación y los fines de las instituciones que esta fracción se refiere.

El Congreso de la Unión, expedirá la leyes necesarias, destinadas a distribuir la función social educativa entre la Federación, los Estados y los Municipios a fijar las aportaciones económicas correspondientes a ese servicio público y a señalar las sanciones aplicables a los funcionarios que no cumplan o no hagan cumplir las disposiciones relativas, lo mismo que a todos aquellos que las infrinjan (Vidales,1998:8)

La Ley General de Educación contiene además ocho capítulos y seis transitorios. Para nuestro estudio es conveniente señalar los Capítulo I y III, que a la letra dicen:

Capítulo I.- Relativo a las disposiciones generales se indica estimular el conocimiento y la práctica de la democracia como forma de gobierno y de convivencia social; alentar la creación artística, la práctica del deporte y las actitudes que estimulen la investigación científica y la innovación tecnológica, **inculcar actitudes responsables hacia la preservación de la salud**, el respeto a los derechos humanos, la protección de los recursos naturales y el medio ambiente, así como fomentar el trabajo productivo, el ahorro y la organización solidaria.

Capítulo III.- Señala que las autoridades educativas, en su respectivos ámbitos de competencia, tomarán medidas para lograr la efectiva igualdad de acceso y permanencia en los servicios educativos y para el pleno ejercicio del derecho a la educación.

Por ello se habla de programas para regiones de bajos índices educacionales y en grupos con condiciones sociales y económicas de desventaja, así mismo se prevé atención alimentaria, beca, educación sanitaria, orientación a padres de familia, creación de centros de desarrollo infantil (Vidales,1998:12).

Entre las principales acciones que puso en marcha en materia educativa, esta la federalización de la enseñanza Básica y Normal Méndez,(1994:64-64) algunas reformas al Artículo 3º, cambios en los planes y programas de estudio desde los de Primaria hasta los de Educación Superior. Editó nuevo libros de texto gratuito para primaria. Creó la carrera magisterial para los profesores de Primaria y Secundaria. Implantó el Programa de Modernización Educativa. Durante su administración el presupuesto público para la educación fue de 13.6% al inicio y de 16.2% para 1993.

Un panorama de los resultados del Programa de Modernización Educativa fue que un millón quinientos mil niños de cuatro y cinco años carecen de enseñanza preescolar, sólo el 56% de los alumnos de educación media superior (bachillerato) concluyen su estudios en los plazos oficiales. 47 mil egresados de bachillerato (42% del total) no continúan sus estudios de educación superior (Méndez,1991:64).

1994 - 2000; Dr. Ernesto Zedillo Ponce de León

En el Plan Nacional de Desarrollo elaborado por el presidente Dr. Ernesto Zedillo Ponce de León durante su administración iniciada en 1995 se menciona que el gobierno ha disminuido el analfabetismo, si en 1980 se tenía una población de alfabetas de 31'475;670 para 1990 se cuenta con 43'354,067 incrementando el número de personas alfabetas, mayores de diez años en adelante (INEGI,1994:117 -118); promocionando la Educación Preescolar para seguir con una educación Primaria, permitiendo el acceso a la población al nivel de Secundaria, aumentando la educación Tecnológica y Universitaria. Al igual se ha "fomentado la capacitación para el trabajo, se ha procurado el fortalecimiento de la cultura, y se ha estimulado la creatividad, y el desarrollo de la investigación humanística y científica" (PND,1995:84).

En este último período del siglo XX la sociedad y el gobierno tienen la responsabilidad histórica de cimentar las bases para el México del siglo XXI.

"Como comentaba Platón toda política educativa de un país debe ser consecuente a los principios constitucionales y con las necesidades y problemas económicos, sociales y culturales.." (Zorrilla,1980:60).

La Secretaría de Educación Pública presentó el Programa de Desarrollo Educativo (PDE) para 1995 al año 2000, el cual se inscribe dentro de los lineamientos del Plan Nacional de Desarrollo. Este Programa recoge las aportaciones de los participantes en los diez foros de consulta popular del sector educativo, donde se plantearon los temas de: justicia educativa, educación básica,

educación media superior y superior, organización del sistema educativo, participación social, formación de maestros, educación para adultos vinculados con las necesidades sociales y productivas. Las acciones que se propone el Programa de Desarrollo Educativo,(1994:12) se agrupan en los principios de libertad y justicia, considerando a la Educación como el camino viable para superar la pobreza, combatir la ignorancia y la desigualdad del hombre. Su objetivo primordial “es obtener la equidad, la calidad y la pertinencia de la educación” (PDE,1994:12). El Plan Nacional de Desarrollo, del presidente Dr. Ernesto Zedillo propone en el ámbito educativo para el pueblo mexicano lo siguiente:

Una cruzada permanente por la educación existiendo una alianza nacional que converja esfuerzos e iniciativas de todos los órdenes de gobierno y grupos sociales.

Movilizar las voluntades de los gobiernos federales, estatales y municipales.

Participación de maestros, padres de familia, y escuelas particulares.

La educación será una prioridad en el Gobierno de la República, dentro de sus programas y de su gasto público; con el fin de darle amplia cobertura y alta calidad (PND,1995:85).

En el siguiente cuadro podemos observar como en 1907 México contaba con una población estudiantil de 682,489 alumnos, repartidos en los niveles de Preescolar, Primaria, Secundaria y nivel Superior, sin estar presente el nivel Medio.

En cambio en 1990 la población estudiantes era de 25'091,966 repartida en todos los niveles; 2'734,054 alumnos en nivel Preescolar, 14'401,588 en Primaria, 4'190,190 en Secundaria, 2'209,507 recibían educación Media y 1'097,141 educación Media Superior.

CUADRO No. 8

Población Escolar por año y nivel de Escolaridad

AÑO	TOTAL	PRE-ESCOLAR	PRIMARIA	SECUNDARIA	MEDIA SUPERIOR	SUPERIOR
1907	682,489	8,880	657,843	5,782	nd.	9,984
1921	nd	nd	868,040	nd.	nd.	nd.
1930	1,358,430	17,426	1,299,899	17,392	nd.	23,713
1940	nd	33,848	1,960,755	nd.	nd.	nd.
1950	3,219,308	115,378	2,997,054	69,547	37,329	29,892
1960	5,941,536	230,146	5,342,092	234,980	106,200	28,100
1970	11,538,900	400,100	9,248,200	147,800	388,400	252,200
1980	21,465,000	1,071,600	14,666,300	3,033,900	1,512,600	811,300
1990	25,091,966	2,734,054	14,401,588	4,190,190	2,209,507	1,097,141

Fuente : (INEGI Estadísticas Históricas de México tomo I,1994:107)

Sin embargo y a pesar del aumento en el número de estudiantes, aún en materia de educación no alcanzamos “las recomendaciones mínimas de la UNESCO, en el que dice que el 8% del Producto Interno Bruto (PIB) se deben dedicar a la enseñanza” (Méndez,1994:65). Al parecer para el gobierno mexicano la Educación no ha sido propiamente una prioridad. Por consiguiente podemos observar como el grueso de nuestra población estudiantil son de nivel Primaria y Secundaria. Cabe recordar que el Estado tiene la responsabilidad de impartir esta Educación con carácter de obligatoria, gratuita y laica, de acuerdo con lo establecido en la Constitución de 1917 en su Artículo 3°. Asimismo, es necesario indicar que actualmente el Sistema Educativo mexicano comprende tres niveles de estudio ” a) elemental, formado por la Educación Preescolar y Primaria; b) medio que comprende la escuela Secundaria y los de bachilleratos (incluidos los técnicos), y c) superior, integrado por los estudios de Licenciatura y grados superiores como maestría, doctorados y especialidades” (Méndez,1994:62).

Antecedentes Históricos de la Enseñanza Media Superior en México.

Para la realización de este estudio de investigación basado en la Educación Media Superior es conveniente considerar el contexto histórico que ha seguido

Para ello será pertinente remontarnos a los orígenes de la humanidad cuando los primeros hombres primitivos transmitían sus experiencias de generación en generación, y aprendían de lo que experimentaban en su entorno natural.

En la etapa nómada o primitiva los hombres tuvieron que crear normas de convivencia como las del trabajo; correspondiéndole a la mujer dedicarse al cuidado y atención de los hijos, de los animales y plantas, naciendo así la agricultura. Por su parte el hombre se organizaba y trabajaba en la caza, pesca y labores propias del campo. Como nos lo señala López,(1993) “el momento en que la sociedad cambió de nómada a sedentaria es cuando se cree que hubo alguien que asumió el rol de enseñar y de transmitir los conocimientos que se iban presentando; surgiendo así un responsable de la educación: un maestro”.

Para Francisco Larroyo (1976)¹ la Educación en México vivió principalmente seis épocas, las cuales fueron reflejo del entorno cultural del tiempo en que surgieron.

Educación precortesiana - Con carácter religioso y bíblico.

Educación confesional - Es después de la conquista todo esta en torno al ideal religioso.

Enseñanza libre - Su anhelo es el de organizar la vida pedagógica sobre las bases de una política liberal.

Educación laica - Movimiento de Reforma sitúa a la escuela como laica, gratuita y obligatoria.

¹ citado por López (1993:1).

Educación social - Nace una vez iniciada la Revolución de 1910. Se crean la escuela rural y la técnica

Educación al servicio de la unidad nacional - Se vislumbra una Educación socialista con fondo marxista. Ávila Camacho presidente de México en 1940 llevó al cabo un programa de alfabetización y proconstrucción de escuelas.

Se dice que la enseñanza Media Superior inició en México con la época Colonial, en 1540, cuando se creó el Colegio de Tiripetio, en el estado de Michoacán; esta fue la primera casa de estudios Superiores de América.

“El 21 de Septiembre de 1551 se expidió la cédula para la fundación de La Real y Pontífice Universidad de México, iniciando sus clases en junio de 1553 e impartiendo cursos de bachiller” (López, 1993:3). A partir de este acontecimiento se multiplicaron una gran cantidad de instituciones religiosas dedicadas a los estudios de nivel Medio Superior.

En la etapa de Independencia se fueron fundando escuelas y en la época de Benito Juárez, en el Bachillerato se enseñaba gramática español, raíces griegas, latín, griego, francés, alemán, inglés, italiano, álgebra, trigonometría, nociones de cálculo infinitesimal, física experimental, química general, lineamientos de historia natural, criminología, historia de México, historia Universal, cosmografía, geografía, física y política de México, ideología, gramática general, lógica, moral, literatura, dibujo y métodos de enseñanza (López, 1993:3).

Como mencionaba el presidente Lic. Benito Juárez al referirse a la Educación:

El destino de la humanidad es la democracia. La educación deberá fomentar valores y actitudes que devengan en conductas auténticamente democráticas y contribuyan al respeto y vigencia de los derechos humanos en todos los ámbitos de la vida social, pasando por la familia y la escuela (PDE, 1994:12).

El 21 de Octubre de 1833 se establece formal y legalmente los estudios de Preparatoria o Bachiller en México (Ortiz, 1992).

En 1868 se fundó la Escuela Nacional Preparatoria, ocupando el edificio de lo que fuera el Colegio de San Ildefonso; cambiando simultáneamente el tipo de educación de religiosa a laica; en 1894 funcionaban 16 planteles de educación laica en la República Mexicana.

En 1921 Justo Sierra reafirmó la fuerza de la Escuela Nacional Preparatoria, anteriormente al crear la Universidad Nacional (1910) consideró importante contemplar los estudios de bachillerato como de carácter universitario, ya que según en el bachiller, es donde se adquieren las primeras nociones del método científico.

Postuló además “los principios de libertad de cátedra y de investigación, que dan autonomía científica y fortalecen a las instituciones de Educación Superior” (PDE,1994:10). Esto provocó que se incrementaran diversas Instituciones de Educación Tecnológica y se elaboraran numerosos planes de estudio y reformas propiciando que se cambiará el concepto de Bachillerato por el de Educación Media Superior.

Para la Ley General de Educación en su Artículo 37 la define como “el nivel de bachillerato y los demás niveles equivalentes a éste, así como la Educación profesional que no requiere bachillerato o sus equivalentes” (PDE,1994:129). “El Estado promoverá y atenderá todos los tipos y modalidades educativos incluyendo la Educación Superior” (Vidales,1998:8).

Estas modalidades son de tres tipos:

1).- Terminal o profesional media, son los que no permiten entrar al alumno a ingresar a la Educación Superior, su duración es de dos a cuatro años y ofrece certificados profesionales técnicos.

2).- El bachillerato propedéutico o generales, el que se sigue después de la Secundaria y se cursa en dos o tres años y puede seguir una Educación Superior; y por último,

3).- El bivalente o tecnológico que prepara al alumno para ingresar a la Educación Superior y se le otorga un título de nivel Medio profesional para que se desempeñe en alguna actividad productiva. Es pertinente indicar en este apartado que tanto el nivel Medio Superior y el nivel Superior forman parte orgánica de las Universidades Autónomas que poseen la facultad de autogobernarse (Alvarez,1994).

El nivel Medio Superior se imparte en escuelas federales o estatales, públicas o privadas y descentralizadas. “El 80% de la matrícula es atendida por escuelas públicas y el 20% por escuelas privadas” (PDE,1994:129).

En el período de 1989-1990 se registraron 2'088,779 estudiantes de los cuales 1'268,476 son universitarios; 408,455 son de carácter propedéuticos y del bachillerato de tipo terminal se registraron 411,848 estudiantes (Alvarez,1994). La Secretaría de Educación Pública a través de la Dirección General de Planeación, Programación y Presupuesto, informó que se estima que para el año 2000 existirá una población estudiantil de Educación Media Superior de 1'350,000 alumnos de primer ingreso con una matrícula total de 3'050,000 alumnos (PDE,1994:130). La población estudiantil que cursa este nivel escolar, son jóvenes adolescentes que fluctúan entre los quince y dieciocho años de edad y que se encuentran en una etapa del desarrollo donde enfrentan procesos referidos la toma de decisiones vocacionales, personales, de reconstrucción cognoscitiva, emocional, social que afectan entre otras cosas a su salud Ortíz,(1992).

En cuanto a los planes de estudio, por lo general en la mayoría de las escuelas son de tres años, (sólo en algunas son de dos o cuatro años). Las asignaturas se distribuyen en cursos de seis meses y sólo en algunos casos en períodos anuales.

Los cursos pueden ser por áreas tecnológicas o abiertas de tipo propedéutico; la finalidad de la Educación Media Superior es la formación integral del estudiante, a través del aprovechamiento de los conocimientos básicos y la práctica de los métodos de la ciencia, humanidades y tecnológicos; “que le permitan al estudiante adquirir un carácter formativo; inculcando en él además hábitos de autoaprendizaje para que desarrolle la capacidad de iniciativa y pueda desempeñarse eficientemente en un trabajo productivo” (Ortiz,1992).

De acuerdo al Programa Nacional de Desarrollo, México necesita actualmente un Sistema Nacional de Educación Media Superior más dinámico, mejor distribuido territorialmente, equilibrado, diversificado en sus opciones profesionales, técnicas y sobre todo de excelente calidad.

La Educación Media Superior y Superior implica:

Personal académico bien calificado.

Formación integral que prepare hombres y mujeres responsables, críticos y participativos.

Exigir planes y programas de estudio que ofrezcan contenidos relevantes para la vida profesional y técnica.

Una educación superior de calidad, esto es fortalecer la capacidad de investigación que permita la comprensión de los problemas nacionales y contribuir al progreso del conocimiento (PND,1993:87).

El Gobierno Federal responsable de la Educación de los mexicanos se propone

Dotar de recursos crecientes a las instituciones de Educación Media Superior y Superior en distintas modalidades.

Promover fuentes adicionales de financiamiento.

Fomentar la expansión de la matrícula bajo los requisitos de aptitud y vocación.

Estimular la actualización de programas de estudio.

Impulsar la renovación de métodos de enseñanza.

Mejorar los servicios de apoyo al aprendizaje.

Se alentará la transformación de las estructuras académicas vinculando docencia, investigación y la extensión.

Se aprovecharán las telecomunicaciones para completar la cobertura educativa.

Se estimularán los sistemas de enseñanza abiertos y semiabiertos principalmente a los programas dirigidos a la formación de profesionales.

Mejoramiento de las condiciones de vida de profesores e investigadores. (PND,1994:88).

“La calidad del bachillerato es decisiva para alcanzar la excelencia en la formación profesional Superior” (PND,1995:88). Existen diversos organismos que normatizan y administran la Educación Media Superior pero en nuestro caso específicamente es la Universidad (Alvarez,1994).

De acuerdo con el PDE,(1994:137) la política nacional de los últimos diez años ha dado mayor énfasis a la calidad académica; por lo que diversas Universidades del país han incorporado los exámenes de selección para el ingreso de estudiantes; se crearon proyectos de modernización de la infraestructura institucional e innovación educativa, se actualizaron los programas escolares y de formación del personal académico, y por último se dio mayor énfasis a la calidad en el servicio que a los logros cuantitativos. Estas Políticas Generales son los criterios que encauzan y dan sentido a las estrategias y líneas de acción que emprendió la Secretaría de Educación Pública en apoyo a la Educación Media Superior y Superior para promover en todo momento el desarrollo de las capacidades y aptitudes de los alumnos a fin de que concluyan con éxito sus estudios. De igual forma se busca sensibilizar a los alumnos de que es el pueblo de México quien sostiene primordialmente la Educación en nuestro país, y que los recursos que se otorgan, “proviene de un contexto de grandes carencias sociales y crisis económica y que deben invertirse en los estudiantes que realmente pongan todo su empeño en tener éxito en sus estudios” (PDE,1994:146). Se llevarán, al cabo, además acciones que permitan que los estudiantes de Nivel Medio Superior y Superior, se formen correctamente en áreas que les permita su maduración personal, conocimientos, actitudes, habilidades, valores, sentido de la justicia, desarrollo emocional y ético.

Todo esto sin olvidar que es muy importante que se de especial atención a los aspectos de salud y fundamentalmente en los hábitos alimenticios que tienen los jóvenes adolescentes para evitar un deficiente aprovechamiento escolar. Se impulsarán también proyectos que favorezcan un aprendizaje sustentado en los principios de la formación integral de las personas para lo cual se promoverán actividades deportivas y se alentará la difusión de la cultura.

Universidad Autónoma de Nuevo León

Existen muy diversos conceptos de lo que es la Universidad, algunos dicen que la Universidad son los gremios o clubes de maestros o alumnos, otros que es “el campo de acción de maestros y alumnos que conducen los asuntos académicos y studium, la forma de conducir lo académico, de organizarse para enseñar o investigar” (Castrejón,1990:136). A la Universidad se le ha señalado como la esencia del desarrollo social de los pueblos, por tal motivo es la sociedad la que esta obligada a aportar los recursos necesarios y la Universidad los conocimientos científicos y técnicos. Tiene como misión transformar al mundo, sin tener intervención directa en el desarrollo social; pero algunos estudiosos consideran que solamente debe tener un carácter académico. Su naturaleza, es que en ella se estudia y se discuten los temas de valor universal. Tiene como exigencia participar en la solución de los

problemas de su sociedad y orientar para la investigación aplicada sin que se abandone su carácter científico ni humanístico.

Durante el gobierno del Lic. Luis M. Farías se creó el decreto No. 60 de la Ley Orgánica de la Universidad Autónoma de Nuevo León que en su título primero nos habla de la naturaleza y fines de la misma:

- Art. 1.- La Universidad Autónoma de Nuevo León, es una institución de cultura superior al servicio de la sociedad, descentralizada del Estado, con plena capacidad y personalidad jurídica.
- Art. 2.- Tiene como fin crear, preservar y difundir la cultura en beneficio de la sociedad, para la cual debe:
- I. Formar profesionales, investigadores, maestros universitarios y técnicos, de acuerdo con las necesidades económicas, sociales y políticas de México y del estado de Nuevo León.
 - II. Organizar, realizar y fomentar la investigación científica sus formas básicas y aplicada, teniendo en cuenta fundamentalmente las condiciones y los problemas regionales y nacionales.
 - III. Organizar, realizar y fomentar labores de creación artística en sus diversas formas de expresión
 - IV. Hacer participar plenamente de los beneficios de la cultura, a todos los que han carecido de oportunidad de obtener o de acrecentar, llevando a cabo labores educativos o culturales en beneficios de la comunidad.
 - V. Promover el estudio de los derechos y deberes fundamentales del hombre y de los problemas nacionales e internacionales, contribuyendo a orientar la opinión pública.
- Preservar el acervo cultural, nacional y universal, fomentando para ello el establecimiento de instituciones adecuadas.
- Art. 3.- Para realizar sus fines, la Universidad se fundará en los principios de libertad de cátedra y de investigación, acogiendo toda la corriente del pensamiento y las tendencias de carácter científico y social.

Título segundo: funciones y atribuciones.

Para el logro de sus fines la Universidad desarrollará las siguientes funciones.

- I. La función docente que consiste en la transición de conocimientos y en el desarrollo de actividades tendientes a la formación integral del hombre con espíritu crítico, suficiente capacidad práctica y orientado a servir a la sociedad.

- II. La función investigadora que comprende el estudiar de los problemas científicos, de las diversas ramas del conocimiento en sus aspectos fundamentales y aplicado, primordialmente aquellos cuya solución coadyuven al desarrollo de Nuevo León y de México.
- III. La función difusora que consiste en la divulgación del conocimiento y la cultura y el desarrollo de actividades que establezcan una relación entre la Universidad y la sociedad.
- IV. La función de Servicio Social, que comprende aquellas actividades que promueven el desarrollo socioeconómico y el bienestar de la población realizados en términos de docencia e investigación.

En el ejercicio de sus funciones se rehusará a fomentar o permitir todo aquello que atenté contra la paz, la dignidad o la vida humana (Ley Orgánica de la Universidad Autónoma de Nuevo León, 1991:1-2).

Sistema Especial de Enseñanza Estatal de Educación Media Superior

Para realizar nuestro estudio se considero una Preparatoria con carácter bivalente, por tal motivo es conveniente primeramente establecer que la Universidad Autónoma de Nuevo León ofrece estudios del Nivel Educativo Medio Superior, en Preparatorias Generales cuyos tipos de estudios y modalidades son como siguen: Preparatoria Técnica, Nocturna y Abierta.

Su misión es la de formar estudiantes que compitan en la planta productiva, que responda con eficiencia a los cambios científicos, tecnológicos actuales y futuros coadyuvando a que nuestra Nación logre y mantenga un desarrollo sostenido donde además el estudiante tenga la opción de continuar sus estudios de Licenciatura (Secretaría Académica, UANL). Ofrece 30 carreras técnicas bivalentes que incluyen Bachillerato, además de 7 carreras Técnicas terminales.

Reforma Académica en el Nivel Medio Superior de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

A partir del 19 de Diciembre de 1991 a través del honorable Consejo Universitario se propuso el Proyecto de Reforma Académica en el Nivel Medio Superior de la U.A.N.L. sustentado en el programa de mejoramiento académico que "persigue fortalecer el proceso de enseñanza - aprendizaje para alcanzar la excelencia académica" (Secretaría Académica,1991:5). Esta Reforma Académica consiste en superar los rezagos y atender las demandas de los estudiantes, fomentando la integración de las ciencias y humanidades que permitan afrontar con éxito el dinamismo de los avances científicos - tecnológicos. Planea además programas de estudio en contenidos educativos e incorpora modificaciones en la estructura académica (Secretaría Académica,1991:5).

Su filosofía:

Es buscar "la excelencia en el desarrollo integral del individuo como persona y como ente social" (Secretaría Académica,1991:9). Incrementando los conocimientos en las ciencias exactas, naturales y sociales mediante una información actualizada para que el egresado continúe con éxito el Nivel Superior.

Fomentar la capacidad de identificar, detectar planear y resolver problemas, propiciando **buenos hábitos** y disciplina, inculcando conceptos de convivencia y colaboración, patriotismo y solidaridad que lo lleven a valorar la importancia del respeto por la vida, la familia, las instituciones y el ambiente. Finalmente reforzar la capacidad para que se adapte a los requerimientos presentes y futuros de la sociedad (Secretaría Académica,1991:9).

Su Objetivo:

La formación de egresados preparados para ser líderes del progreso social cultural, humanístico y económico que enfrente los retos presentes y futuros.

Aspectos relevantes de la Reforma Académica

Para optimizar los esfuerzos y aprovechamiento de alumnos y docentes se propusieron los siguientes aspectos:

Un sistema de enseñanza curricular modular que permita desarrollar el proceso de enseñanza aprendizaje de una forma intensiva, y un número reducido de materias enfatizando en las matemáticas, la computación y las áreas tecnológicas que identifican el campo de trabajo. Esta integrado por ocho módulos en las preparatorias generales y doce para las técnicas y nocturnas, distribuidos en dos o tres años. Cada módulo tiene una duración de nueve semanas, con aplicación de exámenes ordinarios y cinco asignaturas donde la clase será de cincuenta minutos completándose cinco horas diarias de tiempo de instrucción para obtener una enseñanza - aprendizaje completo. "Proyecto de Reforma Académica en el Nivel Medio Superior" (Secretaria Académica, UANL,1993:10-13).

El perfil:

En nuestro estudio las características que nos ocupan son las de los estudiantes egresados de acuerdo a los ámbitos científico - tecnológico, socioeconómico, cultural y personal. Existen cuatro áreas en las que el Proyecto enfatiza el cambio, señalando algunos objetivos específicos dentro de ellas, los cuales pasaremos a revisar.

Para el ámbito científico - tecnológico:

*Manejar diferentes lenguajes, métodos y técnicas para la comunicación de relaciones interpersonales y solucionar problemas.

- *Aumentar la capacidad de aprender por si mismo
- *Comprender los fenómenos naturales apoyado en los principios básicos de la ciencia y la tecnología.
- *Conocer la interdependencia entre ciencia y tecnología.
- *Poseer los conocimientos, habilidades y destrezas que le permita seguir con éxito estudios Superiores.
- *Reconocer la unidad y diversidad del mundo en que vive para que se desarrolle como individuo y miembro de una sociedad plural.

En el ámbito socio - económico:

- *Ser consciente de la sociedad plural en que vive representa los diferentes ideologías, creencias y actividades del individuo y las naciones.
- *Conocer sus derechos y obligaciones cívicas.
- *Participar en actividades del interés colectivo.
- *Analizar información económico, política y social para entender y participar en los cambios.
- *Poseer conocimientos para incorporarse en las actividades productivas con eficiencia y calidad .
- *Reconocer la importancia de los recursos naturales del país y del mundo.
- *Apreciar la dignidad humana, derechos humanos, integridad familiar, interés por la sociedad, solidaridad internacional.

El ámbito Cultural

- *Adquirir suficiencia en el manejo, del idioma Español.
- *Reconocer la importancia de preservar y rescatar el patrimonio cultural de la región, país y de la humanidad.
- *Manejar una lengua extranjera para que tenga avances al conocimiento de otra cultura.

Ámbito Personal

- *Tener intereses por el desarrollo físico y mental.
 - *Cuidar su salud y es consciente del daño físico y mental causado por el uso de drogas, alcohol, tabaco y dificultades de hábitos alimenticios.
 - *Poseer buenos hábitos de conducta disciplina y administración del tiempo libre.
 - *Utilizar métodos de auto aprendizaje.
 - *Conocer información sexual mínima.
 - *Manejar los conceptos de la filosofía de la calidad en las actividades que realiza.
- "Proyecto de Reforma Académica en el Nivel Medio Superior" (Secretaría Académica UANL, 1993:10-13).

En nuestro estudio indagaremos respecto al área personal concretamente en el aspecto de las características de los Hábitos Alimenticios y cómo estos pueden influir en el Rendimiento Escolar fenómeno este, que afecta a las otras áreas.

que se vuelven habituales, llegando a formar parte integral del individuo (Howse y otros,1991:54).

Este proceso tendrá gran influencia en todos los miembros por su remodelación y pueden ser afectados tanto individual como colectivamente, por la comunidad en que viven.

Cronológicamente podemos ubicar el inicio del estudio de la familia en el año de 1861, como lo señala Gómez y Riquelme,(1997:13). En este año se estableció el derecho materno de Bachofen alemán que inició el estudio de la familia. En 1865, el inglés MacLenan intensificó las raíces de la familia, pero es hasta el años de 1871 con las investigaciones del antropólogo americano Morgan que se descubren nuevos y decisivos documentos que establecen la historia de la familia.

1.2- Funciones de la Familia.

Antes de continuar con las funciones básicas de la familia es importante saber qué es el matrimonio. Para Howse,(1991:12) el matrimonio se realiza " con el fin de satisfacer necesidades de la pareja físicas, psicológicas y sociales, buscando la mejor manera de dar seguridad y crear condiciones para el feliz desarrollo de la vida de los hijos y de los cónyuges". Cuando estas necesidades no son cumplidas o satisfechas causan frustraciones en el matrimonio, rechazo y conflictos entre los integrantes.

La familia está conformada por individuos que están interactuando entre sí y perteneciendo a una red social más extensa que es la sociedad, pero para poder comprenderla ampliamente, es conveniente reconocer cuáles son sus responsabilidades fundamentales que le permiten obtener su supervivencia. Para lograrlo, se tienen que llevar a cabo dos objetivos, como señala Gómez y Riquelme, (1997:13).

- Uno interno, que es la protección psico - social de sus integrantes.
- Y otro externo, que es la adaptación del hombre a una cultura y su transmisión para a sus descendientes.

Tiene además como responsabilidad satisfacer las necesidades de producción, distribución de alimentación y protección de los hijos para transformarlos en seres capaces de participar y satisfacer las necesidades demandadas por la sociedad. Sin olvidarnos que "las funciones familiares también cambian a medida que se modifica la sociedad" (Gómez y Riquelme,1997:14).

Cinco son las funciones con las que, la sociedad espera que se apliquen dentro de la familia por sus miembros :

A).- La Socialización:

Consiste en un proceso donde se adquieren conocimientos y habilidades que servirán al individuo para que pueda funcionar eficazmente dentro su núcleo familiar es lo que hace que se inculcan y se arraigan “valores sociales y culturales que hacen de él un miembro activo de su familia y de la sociedad” (Gómez y Riquelme,1997:13).

El padre y la madre son responsables de socializar al niño desde su nacimiento hasta los años escolares transmitiendo principios y valores familiares; responsabilidad que más tarde será compartida en la escuela, parientes, iglesia, guarderías y clubes; en el proceso de socialización las familias moldean, programan la conducta del niño y le imprime además un sentido de identidad en sus miembros inyectándoles un sentimiento de pertenencia y un sentido de separación que se obtiene en base en el adiestramiento y la educación; a los niños se les adiestra en forma aceptable para satisfacer sus necesidades fisiológicas como comer algunas habilidades como la de vestir. Por otra parte se le educa al enseñarle las relaciones con otras personas dentro y fuera de la familia aprende lo que está aceptado y lo que está prohibido en la sociedad (Gómez y Riquelme,1997:13).

Es así pues, como la familia constituye, la mejor unidad humana para la sociedad. Cuando mayor flexibilidad y adaptación requiera la sociedad de sus miembros, más significativa será la familia como matriz del desarrollo integral del individuo. “El hogar es la principal influencia socializadora en las etapas formativas del desarrollo, al proveer apoyo emocional, al reconocer las necesidades individuales del niño y confirmar en el niño un sentido de finalidad en la vida” (Howse y otros,1991:11). Los padres también enseñan a sus hijos papeles o roles de género enseñándolos a ser más independientes y autónomos reforzando la feminidad de las hijas y la masculinidad de los hijos (Craig,1992:90).

El contenido de la socialización, como menciona Goode,(1966:40) es la tradición cultural de la sociedad; que al ser transmitida a la subsiguientes generaciones a través de la familia, logrará mantenerse presente. “Se puede decir que la socialización de los niños es lo que aprenden a agradar a sus padres, pensando y comportándose de la manera que es aceptable para los padres y la sociedad” (Shepard y otros,1990:163). Es además de ser una función básica de la familia representa también para este estudio la ubicación donde se generan los primeros acercamientos de principios y hábitos alimenticios y de salud en los adolescentes; parte de este proceso de socialización es el que “involucra la adquisición de conceptos y actitudes de salud. La madre es el educador primario de Salud de la familia y es quien generalmente tiene más conocimientos de salud que cualquier otro miembro de la familia” (Gómez y Riquelme,1997:15). Si partimos de la definición de género que es cuando se habla de lo masculino se identifica como trabajo y género femenino es la maternidad y todos los atributos de producción

biológica y actividades domésticas que engloba el cuidado de los hijos, la involucran directamente con el cuidado y reproducción de los hijos en cambio los hombres indirectamente se involucran con los hijos atendiendo el sostenimiento de la familia a través de el trabajo. Ferrer,(1994) partiendo de lo anterior también existen estándares culturales basados en estereotipos y que en cierto modo es el resultado del desarrollo cognoscitivo de los niños y que en cierto modo es debido a los aspectos particulares de la cultura en que el niño vive y es capaz de observar Craig, (1992:91).

El aprendizaje de los roles de género principian en la lactancia donde se observa que las madres responden en forma más física a sus hijos y en forma más verbal a sus hijas cuando empiezan a balbucear Craig,(1992:98) partiendo de lo anterior se define al género cuando se habla de masculinidad o feminidad

B).- Proporcionar el Cuidado Físico:

Como segunda función básica de la familia se tiene el aprendizaje del cuidado físico, el cual consiste en que la pareja adquiera la responsabilidad de satisfacer las necesidades de sus integrantes en su alimentación, vestido, abrigo, protección contra individuos que quisieran dañarlos y así como las enfermedades que pudieran generarse en el seno familiar es decir, que a los hijos les debe de enseñar “hábitos regulares en cuanto a comer, dormir, atender a su cuerpo y jugar” (Young,1967:375).

Tradicionalmente, como escribe Howse y otros,(1991:7) “el padre ha sido el sostén financiero de la familia y la autoridad en el proceso de tomar decisiones en la familia. La madre se ocupaba de los quehaceres hogareños, de los hijos y de las necesidades de su marido”. Este tipo de papeles son estereotipos que actúan a lo largo de todo el ciclo vital en donde el papel de la mujer es el instinto maternal la crianza de los hijos y las labores domésticas con un perfil de pasividad y fragilidad mientras que los varones son vistos más fuertes, más robustos, duros y con una mejor coordinación de rasgos en la cual coinciden ambos progenitores Ferrer,(1994). Estas funciones en la sociedad contemporánea han estado sufriendo modificaciones, de tal forma que ahora cada padre tiene la ocasión de compartir con los problemas que puedan surgir con el cuidado y atención de sus hijos, así como de sus alegrías. Los padres aun esperan juegos activos y fuertes para sus hijos y juegos muy tranquilos con muñecas para sus hijas al igual que los colores para distinguir los géneros rosa para las niñas y azul para los niños. Los hijos cuyos padres abandonaron la familia antes de que cumplieran cinco años son mas dependientes pero menos asertivos mientras que las hijas les afecta que su padre se ausente en la etapa de la adolescencia ya que ellos ayudan a las hijas a aprender interactuar con los hombres en la forma correcta Craig,(1992:90).

C).- Protección de su Salud Psicológica y Emocional:

Para este apartado es importante señalar que “La familia es la matriz del desarrollo psicosocial de sus miembros” (Gómez y Riquelme,1991:15). Porque las buenas relaciones que los hijos establezcan con sus padres les permitirán tener un mayor ajuste emocional para su vida subsiguiente, los niños de corta edad son muy

susceptibles a los factores de influencia psicológica que pueden hacerles ejercer efectos positivos o negativos durante su vida.

Es en la familia, donde el hijo aprende a saber quién es él y de que manera su conducta afectará a otros miembros; observa e imita la conducta de sus progenitores y aprende con rapidez que patrones de conducta son recompensados y cuales son castigados; “la conducta funcional que se aprende dentro de la familia llega a ser el modelo o prototipo requerido en la sociedad” (Goode,1966:9). Para la familia su función, es poder transmitir al niño cuidados y sentimientos de seguridad; al igual que el afecto, apoyo o aprobación que es considerado tan importante para los seres humanos porque en él se cifran todo su bienestar, en contraste será cuando los individuos que no han recibido o tenido amor, ni afecto no podrán desarrollar una personalidad saludable. El grupo ejerce en el adolescente gran influencia dentro de la interacción con sus iguales asumiendo modificaciones corporales en que se ve sometido para lograr acomodarse a los estereotipos de la apariencia física que implica para el joven una mayor popularidad, una mayor seguridad en si mismo, una autoconfianza, una mejor relación heterosexual y un equilibrio personal. En esta etapa difiere los géneros en relación a que los chicos se preocupan por su virilidad mientras que las chicas se preocupan en el deseo de gustar

Esta función es única y relevante para la vida familiar, porque de los seis a los siete años aparece la consistencia de género en donde el niño aprende a designarse como niño o niña y construye un marco afectivo y social presentándose los primeros modelos de identificación, en cambio, en la adolescencia se aplican los papeles o roles que se adquirieron para su futura paternidad; es decir, aprende los estereotipos y las formas en que es atendido por cada uno de sus padres en los primeros años de su vida, que posteriormente ejercerá gran influencia en el trato, que en un futuro él otorgará a sus propios hijos Craig,(1992:91)

Para Shepard y otros,(1990:163) la familia, es para él, considerado como el grupo primario y menciona que el trato que exista entre sus miembros, es por la intimidad y el cuidado que le dan a su propia personalidad total.

D).- Función Reproductora:

Los responsables para que la función reproductora se pueda realizar son el matrimonio y la familia es decir, son los “designados para regular y controlar el ambiente sexual y la reproducción, de nuevos miembros a la sociedad” (Gómez y Riquelme,1997:16). Por lo tanto, se puede comprobar que esta función es una tarea meramente familiar y de carácter sociocultural, donde la reglamentación como la normatividad de la conducta sexual contribuyen a apoyar la función reproductiva y en consecuencia la perpetuación de la especie, como lo señala Shepard y otros, (1990:162). La responsabilidad social entre los géneros queda en torno a la producción o trabajo para los hombres y la reproducción (biológica y social) para las mujeres Craig,(1992) además de encargarse de la producción de alimentos para la familia esta división de papeles marca la concepción sobre los valores, estereotipos y roles que competen a cada género.

E).- El Status y la Estratificación Social:

“En estudios sobre estratificación social, los científicos están conscientes de que las diferencias en los niveles socioeconómicos de la familia resultan en variaciones de estilo de vida y de oportunidades” (Gómez y Riquelme,1997:16); esto es, que la socialización también prepara a los integrantes de la familia para que se adapten a la clase social a la que pertenecen sus padres y empiecen a interactuar con sus iguales de su clase; considerando que el nivel económico se hereda a los hijos Shepard y otros,(1990:163). “La familia es la piedra angular del sistema de estratificación” Goode,(1966:176). La mayor parte de los individuos se casan con personas que son más o menos iguales a su nivel de clase social cuyos estilos de vida y gustos son similares entre ambos.

Todas las funciones antes referidas muestran como la célula de la sociedad representada por la familia, debe de cubrir y cumplir con cada una de ellas, para poder fortalecer a cada uno de sus miembros. Un elemento que es de gran consideración dentro de la familia es el hogar, que es “el ámbito físico y psicológico en el que se desenvuelve la familia en sus actos, sentimientos, emociones e ideas” (Soifer,1979:24).

1.3 .- La Familia como una Estructura Social

Brevemente, podemos decir que para Goode,(1966) la familia es la única de las instituciones sociales que se desarrollaron formalmente en todas las sociedades existentes. Para Minuchin, la estructura familiar es:

El conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia. Una familia es un sistema que opera a través de pautas transaccionales. Las transacciones repetidas establecen pautas acerca de qué manera, cuándo y con quién relacionarse; y estas pautas apuntalan el sistema (Minuchin,1977:86).

Las estructuras familiares o formas varían no solamente de una sociedad a otra sino también dentro de una misma sociedad; la estructura familiar debe “ser capaz de adaptarse cuando las circunstancias cambian” (Minuchin,1977:87); para Goode, (1966:96) existen diversos tipos, formas o estructuras familiares las cuales las clasifica de la siguiente manera:

- *Por su Composición:*

Es la que esta conformada por la **familia nuclear o conyugal**, es una estructura familiar que esta compuesta por el padre, madre y los hijos (biológicos y adoptados), que comparten un hogar común; es un tipo de familia que por su gran flexibilidad para poder realizar una movilidad geográfica, movilidad social ascendente

Shepard y otros,(1990:163). La industrialización en la sociedad ha propiciado condiciones favorables para su creación y formación.

La **familia extensa** o también llamada por Goode,(1966:98) **familia prolongada**, es la que se localiza generalmente dentro de las comunidades rurales, pero no se debe de excluir que también se les pueda encontrar en las comunidades urbanas.

Esta formada por una o más familias nucleares y con la existencia de parientes que habitan bajo el mismo techo; Shepard,(1990:165) la define como un “grupo familiar integrado por miembros de tres o más generaciones”. Sus necesidades están subordinadas a las del grupo; a los niños se les considera como un elemento de carácter económico. Se caracteriza este tipo de familia porque los padres ayudan en la crianza de los hijos y éstos a respetar a los mayores; en especial aquí los abuelos son considerados como la cabeza principal de la familia. Los niños aprenden este tipo de conductas por sus padres para que después ellos las apliquen a sus futuras generaciones.

Familias no tradicionales: pues bien, debido a los grandes cambios que se han estado proyectando en las familias de la sociedad actual, el incremento del alto índice de divorcios, el movimiento de liberación femenina y lo más reciente es la lucha para que se apruebe los matrimonios de homosexuales; la cantidad elevada de madres solteras y la actitud liberal hacia la adopción, ha provocado que se originen un número considerable de familias de un solo progenitor, encabezadas muchas veces por la mujer. Por tal motivo se mencionaran sola algunas de estos tipos de familias no tradicionales:

a) La familia de homosexuales, este tipo de familia ha estado manifestando e intentando que sean reconocidos por las leyes y la sociedad; esta conformado por dos personas del mismo sexo unidas por un compromiso formal o informal, criando a uno o a más niños, éstos (los niños) pueden ser resultado de una relación heterosexual previa, de adopción o de inseminación artificial. Actualmente no se tienen todavía estudios que evalúen los efectos de esta estructura familiar sobre sus miembros (Broadribb,1985).

b) La familia con un solo padre o madre, la razón de este tipo de familia se debió a “la separación, divorcio, muerte de un cónyuge o nacimiento de un hijo fuera del matrimonio. Es un estilo de vida que va creciendo con rapidez y existe un alto índice de responsabilidad y estrés por parte de los padres que se quedan solos” (Howse y otros,1991:6).

c) La familia donde los padres trabajan, los papeles del matrimonio son actualmente más igualitarios, por tal motivo que ahora el esposo participa en la responsabilidad de la crianza de los hijos y del orden y cuidado de la casa.

d) La familias combinadas, son cuando un “cónyuge que se había divorciado de un matrimonio anterior. El papel de padrastro o madrastra conlleva sus propios problemas y posibilidades” (Howse y otros,1991:7).

e) La familias con parejas que cohabitan, este tipo de familias también se les conoce como las parejas que “viven juntos”. En este tipo de parejas las relaciones pueden ser frágiles y experimentan los mismos problemas que un matrimonio normal.

f) La familia sin hijos, realmente son matrimonios jóvenes que no desean tener hijos para evitar responsabilizarse en el cuidado y crianza de los mismos.

- *Por su Forma:*

Las familias pueden tener diversas formas de matrimonios, en las culturas occidentales, como en México prevalece “las parejas monogámicas, “*mono*” que significa uno, o sea, tener un esposo o una esposa” (Shepard y otros,1990:167); otra forma de matrimonio es la poligamia que proviene de “*poli*” que significa más de uno.

Según Shepard y otros,(1990:167) existen tres formas de poligamia según como se muestra en el siguiente cuadro :

Poliginia	Es donde el varón tiene varias mujeres al mismo tiempo.
Poliandria	Matrimonio donde la esposa tiene a varios esposos.
El matrimonio en grupo	Es la unión de varios hombres y mujeres.

En los comienzos de la década de los ochenta, algunos jóvenes desafiaron los valores tradicionales del sistema social en que vivían sus padres; viviendo en un matrimonio en grupo, en este estilo de matrimonio se comparten las responsabilidades relacionadas al quehacer del hogar y la crianza de los hijos, aquí lo más significativo es que todos los niños son responsabilidad de la colectividad.

- *Por su Propiedad y su Herencia:*

Cuando la propiedad y la herencia que se trasmite en la estructura familiar parte del padre a sus descendientes varones se les denomina patrilineal (“*patri*” significa padre); y matrilineal (“*matri*” significa madre) es cuando la herencia se trasmite de la madre a sus descendientes y se toma el apellido de la familia materna Young,(1967:370). Por lo general es en las familias nucleares las que aceptan la estructura bilineal que consiste en transmitir a sus descendientes los apellidos de ambos padres Shepard y otros, (1990:168).

- *Por su Residencia:*

Si un matrimonio vive apartado de sus padres como dice Shepard y otros,(1990:168) se dice que tienen una disposición neolocal; pero si fuese una

familia extensa pudieran ser de dos formas: la patrilocal es cuando los esposos se van a vivir a la casa del padre del esposo; y por último, si el matrimonio se va a vivir con los parientes de la esposa se denominará matrilocal.

- *Por su Poder :*

Para el autor Garza,(1997:40) menciona que cuando las familias son extensas, el varón más viejo, controla el poder familiar como se había ya mencionado, se dice que es una familia patriarcal; pero si es la mujer más anciana la que sustenta el poder, se denominará como una familia matriarcal; actualmente en la sociedad contemporánea existen otras familias que tienden a sustentar el poder con un carácter democrático entre la esposa y el esposo; fundamentalmente se dice que son las familias nucleares las que lo aplican.

1.4 Factores que ejercen influencia en los miembros de la Familia.

Cabe decir, que existen factores dentro de la familia que la hacen que ejerza una gran influencia para los miembros que la componen; a continuación se indicarán algunos de ellos:

Por el tamaño de la familia: para la familia el número de hijos da lugar a que existan diferencias entre los padres y los hijos, por ejemplo, cuando menor sea el número de hijos en la familia, más tiempo podrán dedicarle los padres a sus hijos.

En el caso de los hijos únicos se puede apreciar que éstos permanecen más tiempo con gente adulta, conviviendo, comunicándose y relacionándose mejor, que con niños de su misma edad y tienden a estar más desarrollados en su lenguaje, en sus logros intelectuales, en costumbres y hábitos adquiridos por los adultos. Las familias que están integradas por una gran cantidad de hijos, dan mayor énfasis a las actividades en grupo que a las individuales. Así pues que se presentará mayor interdependencia entre los hermanos y menor dependencia de los niños con respecto a sus padres; porque éstos disponen de menos tiempo, para cada uno de sus hijos, un ejemplo ilustrativo es cuando el niño come solo porque su madre esta ocupada con alguno de sus otros hijos.

Por el sexo y orden de nacimiento de los hermanos: el que un hijo sea primogénito, el segundo o tercero, da lugar a que se presenten diferencias de relaciones y conductas entre sus padres o hermanos. El hijo número uno obtiene mayor atención de sus padres y abuelos, pero también son los dañados por la inexperiencia, la ansiedad y la incertidumbre de los padres; las expectativas de los padres hacia su primer hijo son mayores que en los subsecuentes. Algunos hijos mayores, alcanzan a lograr mayores triunfos, que sus posteriores hermanos menores.

Si a todo esto, lo relacionamos con la cantidad de alimentación que reciben los miembros de la familia se tendrá que considerar el número de personas que la

conforman. Los padres que son más permisivos con sus hijos, por lo general éstos serán más tranquilos, presentarán mayor lentitud en su desarrollo del lenguaje y se identificará más con personas de su misma edad, que con sus padres.

El género de los hermanos es importante para el desarrollo familiar así como decir que las mujeres le dedican más atención a su alimentación en la hora de la comida que los hombres. Sería conveniente saber además cual es la conducta a seguir de los progenitores cuando no se sabe si se están cubriendo con los requisitos para una buena nutrición para sus hijos, en la mayoría de las familias donde las madres han tenido que incursionar en el mundo laboral y salir a la calle a trabajar no se les olvida la función de atender a sus hijos y es por ello que sin descuidar los alimentos que van a consumir su familia los prepara anticipadamente.

Se dice que hay en la familia dos clases de roles: los formales y los informales que se encuentran interviniendo para señalar los patrones de conducta que socialmente son reconocidas por la sociedad; algunos de estos papeles formales más demandados son: esposo, esposa, madre, padre, hijo, tío, sobrino, abuelo, nieto, amigo o maestro. Los roles informales se distinguen porque pueden ser cualitativos: bueno, malo, flojo, estudioso, enfermizo.

1.5 Problemas sociales en la Familia

Continuando con la reflexión anterior, otro de los problemas sociales y de carácter familiar que ha ido en aumento es el índice de divorcios y que vienen ocasionando en el adolescente grandes problemas de adaptación. Para Young (1967:384) el divorcio "es la disolución del matrimonio" la cual ha provocado grandes estragos entre los miembros internos de las familias que lo han vivido.

El divorcio es un "proceso que anteriormente era vergonzoso e inaceptable, cada vez se vuelve más respetable; en la actualidad uno de cada tres matrimonios se divorcia" (Shepard,1990:171). Como nos dice Howse,(1991:11) antiguamente se consideraba que la pareja era inadaptaada, neurótica e inmoral, pero hoy en día, el divorcio se ha vuelto el medio más adecuado para resolver los conflictos y desavenencias maritales.

En efecto hay muchas posibilidades de que los miembros de la familia con este tipo de problemas vivan en zozobra y con miedo constante, antes del divorcio; y que una vez disuelto el matrimonio sientan un gran alivio al solucionarse la situación.

Puede suceder también que los hijos que se sentían relativamente felices estén presentando problemas de abandono o se sientan atemorizados o culpables; todo esto dependerá de la personalidad de cada miembro, la edad y el tipo de atención que reciban de sus padres y la relación que se establece con ellos; muchos hijos adolescentes se ven afectados en sus estudios y su aprovechamiento escolar así como en su entorno social por la separación de sus padres. Esto se refleja en su personalidad, la cual aún no esta definida por completo. "Pocas parejas en conflicto

o en el proceso de separación comprenden plenamente el impacto de sus palabras y acciones, sobre las mentes impresionables de sus hijos" (Howse y otros,1991:11).

Se puede decir entonces, que la familia es un sistema dinámico y de cambios constantes, que se inicia con la unión de dos personas y que en su mayoría termina con la muerte de ambos pero recientemente es cada vez mayor el número de divorcios o separaciones como alternativas para su terminación como ya se había mencionado anteriormente.

Existe en el sistema familiar un ciclo evolutivo dividido en etapas o fases que muestran la duración de la Familia en años; la familia "dura aproximadamente 50 años y esta compuesta por ocho etapas únicas y presentan dos tipos de influencias: las internas son el desarrollo normal de la familia y de cada uno de sus integrantes; y las influencias externas, son la fuente del estrés sociocultural y económico de la familia" (Garza,1997:24).

**CUADRO No. 9
RELACIÓN DEL CICLO FAMILIAR CON EL INDIVIDUAL.**

CICLO FAMILIA	CICLO INDIVIDUAL
Soltera Persona que vive sola Sin formar una familia	
1. Matrimonio Pareja que se une para formar una familia	
2. Expansión Nacimiento Crianza y desarrollo de los hijos	Infancia 0 - 1
Temprana(lactancia) 3. Mediana (preescolar) 4. Tardía (escolar)	Niñez 2-3 4-5 6-11
5. Familia con hijo adolescente Temprana Media Tardía	Adolescencia 12-14 15-17 18-22
6. Familia en dispersión Los hijos están formados y son productivos. Familia con adultos jóvenes.	Jóvenes y Adultos 23-27
7. Familia en independencia Cuando los hijos se valen por sí mismos, la pareja se queda solos, Familia en edad madura.	28-39 40-59
Media (de madurez) Tardía (presenil)	Vejez 60-69
Retiro o Muerte Se inicia con el retiro, jubilación o muerte de cualquiera de la pareja, hasta que los dos mueren. Se cierra el ciclo vital de la Familia e individual.	70 años y más Ancianidad y Muerte

Fuente: (Garza,1997:25).

Este apartado tiene como expectativa de que se tenga una visión general de algunos de los parámetros que se utilizan para valorar las funciones de una familia, considerando que solamente se hizo mayor énfasis a los aspectos que son relevantes para el estudio en cuestión:

- a) Identificar la etapa del ciclo de vida en que se encuentra la familia.
- b) La valoración de una función se puede ver desde dos puntos de vista:
cuando los elementos que la explican están ausentes entonces se dice que existe una valoración negativa y cuando están presentes, se dice que la función se está cumpliendo.
- c) Las funciones se trasladan entre si, por lo que es difícil establecer parámetros categóricos.
- d) Un parámetro puede explicar dos o más funciones.
- e) No están jerarquizados.
- F) La presencia de alguno de ellos significa alteración.
- G) Pueden cambiar de una cultura a otra y de una comunidad a otra.

Una vez realizado las anteriores valoraciones de la familia entonces se puede iniciar con los parámetros que nos permitirán valorar a la socialización:

1. Ausencia de padre y/o madre.
2. Toxicomanías.
3. Inestabilidad laboral.
4. Problemas legales, conductas delictivas o reclusión de cualquiera de los miembros.
Diferencias de origen de la pareja: sociocultural, intelectual, económico, educativo y religioso.
5. Dificultades con la familia de origen.
6. Huida del hogar.
7. Prostitución.
8. **Retraso escolar de algún hijo.**

Así mismo existen los parámetros para valorar el cuidado y afecto de los miembros de la familia

1. Esquema de inmunización deficiente.
2. **Hábitos alimenticios deficientes.**
3. Higiene personal defectuosa.
4. Mala higiene del hábitat.
5. Mala utilización de programas y recursos para la salud.
6. Maltrato de uno o más miembros de la familia.
7. Dificultades en la adaptación emocional de la pareja.

8. Cónyuges - padres adolescentes.
9. Diferencia de más de diez años entre la pareja.
10. Sobreprotección padres - hijos.
11. Hábitos y costumbres diferentes en la pareja.
12. Cónyuges dependientes de las familias de origen.
13. Patrones de crianza con marcadas diferencias.

Parámetros para valorar la reproducción familiar

1. Ausencia de planificación familiar.
2. Embarazo no deseado, no planeado.
3. Abortos espontáneos.
4. Abortos provocados.
5. Disfunciones sexuales.
6. Familia numerosa.
7. Familia sin hijos (infertilidad).
8. Cónyuges adolescentes
9. Pareja con diferencia de edades, de más de diez años.

Los parámetros para valorar el estatus y el nivel socioeconómico.

1. Ilegitimidad matrimonial.
2. Ingreso mensual inferior al salario mínimo.
3. Carencia de aparatos electrodomésticos de acuerdo al promedio de su hábitat.
4. Inestabilidad laboral.
5. Enfermedades con estigma social.
6. Embarazo pre y extra matrimonial.
7. Mujer con ingreso económico superior.
8. Dependencia económica de familia de origen.
9. Separación conyugal o divorcio.
- 10. Fracaso escolar.**
11. Dificultades en la selección vocacional/ocupación de los hijos.
12. Incapacidad laboral.
13. Jubilación.
14. Cambios bruscos en el nivel económico. Fuente: (Gómez, 1997:17).

En resumen, estos parámetros permitirán valorar la manera en que se encuentran integrados los miembros de la Familia o si estos, están enfrentando una crisis y se pueda entonces, abordar y hacer uso de los recursos propios de la Familia para solucionarlos.

primero en formular una teoría sobre la adolescencia. Se le conoce como el padre de la psicología de los adolescentes. Granville declaró que los cambios físicos más importantes de esta etapa, causan cambios psicológicos importantes (Papalia, 1997:561).

2.2.2 Teoría Espiritualista

Eduardo Spranger, alemán (1882-1963) estructuró la ciencia del espíritu como la ciencia de la adolescencia donde se establece además la distinción entre sexualidad y amor.

2.2.3 Teoría Antropológica

Margaret Mead, antropóloga que estudió la adolescencia en la pequeña isla del Pacífico, Samoa (1928) y Nueva Guinea (1953), señaló la importancia de los factores culturales en el desarrollo y personalidad del ser humano y menciona que “ninguna cultura es genética” Mora,(1984:64). Para Mead, la adolescencia estará relativamente libre de tensiones en una sociedad, sí se les permite a los niños que vean la actividad sexual de los adultos, el nacimiento de un bebé, miren y presencien la muerte con mayor naturalidad.

4.2.4 Teoría Psicoanalítica

Sigmund Freud, fundador del psicoanálisis (1856 -1939) de familia judía, nacido en Moravia, sustentaba que “la formación de la personalidad se verifica durante la crisis de la pubertad, como producto de su resolución” (Mora,1984:60). Se ocupó del conflicto resultante de los cambios biológicos de la adolescencia. Ana Freud, consideró a los años de la adolescencia como los más importantes para la formación de la personalidad.

Destaca que la intelectualización en el adolescente le permite a través del pensamiento abstracto evitar emociones desagradables esta teoría se puede ver aplicada en la conducta de muchos adolescentes. Igualmente, asegura que el ascetismo o abnegación que presentan algunos adolescentes es debido al miedo de perder el control sobre sus impulsos.

2.2.5 Teoría del Campo

La teoría conocida como del Campo, cuyo creador fue Kurt Lewin alemán y cofundador de la escuela Gestalt; explica “la dinámica de la conducta adolescente sin generalizar con respecto a los adolescentes considerados como grupo” (Mora, 1984:86).

2.2.6 Teoría Tipológica

El creador de esta teoría, fue Ernesto Kretschmer que sostiene que la estructura corporal tiene correlación entre la constitución somática y la psicosis es

decir, “es una teoría genotípica, que da preferencia a la herencia sobre el medio ambiente” (Mora,1984:69).

2.3 Inicio de la Adolescencia

Para dar continuidad al conocimiento de la etapa de la adolescencia, es necesario saber que le antecede, la pubertad. La palabra “pubertad” que proviene del latín “pubes” que significa vello pelviano. “La pubertad es a la adolescencia, lo que el nacimiento a la infancia” (Mora,1984:46-47). Se le conoce también, como el período posnatal de máxima diferenciación sexual, en el que se produce la maduración de los órganos reproductivos sexuales secundarios. Se modifica su tamaño y composición corporal. Es cuando aparece la primera menstruación en las niñas y la primera eyaculación en los varones Mora,(1984:48). Existen además dentro de este período aspectos fisiológicos, psicológicos, culturales, morales y sociales propios del ser humano, que contribuyen a entender todos los cambios por los que atravesará el adolescente; es una etapa de transición de niño a adulto.

Este período se acompaña también por una serie de ajustes que eventualmente le permitirán aceptar las transformaciones orgánicas, buscar un nuevo concepto de su identidad (el yo) y realizar un plan de vida. “La pubertad es la transformación somática del ser, mientras que la adolescencia mira a la transformación anímica” (Mora,1984:47). Muchos, autores consideran a la pubescencia como el inicio de la pubertad porque su aparición es relativa a cada individuo, produciéndole una “eclosión de cambio” (Mora,1984:48).

2.3.1 Manifestaciones Físicas en el Adolescente

Las manifestaciones del adolescente son vistas por dos aspectos: el fisiológico y el psicológico. El primero se refiere a que: la madurez física en el varón se ve, por un aumento de las diversas dimensiones del cuerpo (Carneiro,1977: 30) las manos y los pies casi alcanzan su talla adulta, el largo de pierna y brazos le sigue un crecimiento en el ancho del cuerpo terminando con el completo desarrollo de hombros (Craig,1992:392) en el crecimiento testicular, que ocurre entre los 9 y los 13 años. Su aumento de estatura más significativo sucede alrededor de los 14 años.

El vello facial y genital aparecen después del incremento máximo de la talla Morales,(1995:73). Los cambio y la modificación de la voz son graduales, aparecen los vellos pubianos y axilares, aparece el llamado bocado de Adán, aumentan las hormonas “son productos químicos que segregan en poca cantidad las glándulas endocrinas” (Craig,1992:390) como testosterona y andrógenos que producirán un incremento significativo en la masa magra; después de los 13 años se desarrollan con rapidez la fuerza y la coordinación musculares. La pubertad en el varón comienza “oficialmente” con la primera eyaculación, entre los 13 y 16 años de edad.

Estas eyaculaciones son a veces espontáneas durante la noche y se les llama “poluciones nocturnas” o “sueños húmedos”; aparentemente comienzan más o menos un año después de la aparición de la características sexuales secundarias.

“Las proporciones de músculos, grasa y esqueleto cambian” (Morales, 1995:72). En cuanto a las mujeres, el primer cambio fisiológico notorio es “la formación del botón mamario entre los 7 y 12 años” (Morales,1995:73) desarrollándose lo que se conoce como telarquía. Posteriormente va apareciendo “el vello facial y púbico llamado adrenarquía” (Shen,1983:8), el cual se va volviéndose cada vez más oscuro, grueso, extenso y rizado; surge el vello axilar, los ovarios continúan aumentando de tamaño, aún después de la primera menstruación, denominada menarquía que ocurre entre los 10 y los 16 años de edad. Vemos además un crecimiento lineal de la cadera, un aumento significativo de talla, y cuando alcanza un peso promedio de 50 kilos (Frish,1988)² debido a la acumulación de grasa, consecuencia de la producción de las hormonas estrógenos y progesterona; algunas muchachas pueden sentirse avergonzada por la falta de desarrollo de sus senos y otras se sentirán mal por su figura excesivamente femenina. Pero aquí la aceptación del grupo es vital. Mientras, que la menarquía será entendida y dependerá de factores como la cultura, raza, nutrición, herencia o el estatus socioeconómico al que pertenezca la adolescente” la aceleración en el desarrollo sexual se debe a la apariencia a la mejoría a la alimentación y en el cuidado de la salud” (Craig,1992:393).

En resumen, la diferenciación sexual y la orientación interpersonal de cada género van a modular el desarrollo moral, la celebración del crecimiento y la gran variabilidad individual, estarán determinados tanto por la perspectiva ontogenética que se define como la dotación genética de cada uno de los géneros y las perspectiva filogenética que es la explicación de la lucha que los humanos mantuvieron contra el medio y los depredadores para sobrevivir organizándose en grupos con características corporales externas (altura, fuerza, sexo) reforzando la diferenciación de los roles del grupo y por el medio ambiente.

En la adolescencia, el desarrollo corporal debe ser proporcional a la alimentación que el joven se suministre; por tal motivo los adultos no deben olvidar, ni descuidar la nutrición del adolescente. Su alimentación debe satisfacer las necesidades de su composición corporal, la cual esta experimentando aumentos o abultamientos en su talla y musculatura. “Sin embargo las mujeres tienden a conservar la mayor parte de la grasa que acumularon al principio” (Craig,1992:391).

2.3.2 Aspecto Psicológico

El segundo de los aspectos, es el crecimiento y desarrollo psicológico de los adolescentes, en esta etapa se presentan ciertas manifestaciones en su vida emocional, mental y social Carneiro,(1977:33). Quiere dejar de ser un instrumento de la familia, obtener una personalidad y una conciencia del yo que se despierte, es decir, sabe que quiere ser alguien, contempla su físico, equilibra su espíritu, sus gustos de vestir, andar o de agrandar, despierta para el amor y el interés por el otro sexo Carneiro,(1977:47). En el siguiente apartado se desarrollará ampliamente este aspecto. En la adolescencia, los cambios psicosociales van acompañados de

² Citado por Craig, (1992:393)

modificaciones positivas en relación a los hábitos de alimentación que fueron adquiridos o aprendidos en la etapa infantil a través de sus padres o de los que se encontraban cerca de él. De ahí, que se debe de promover los buenos hábitos alimenticios y una completa y equilibrada alimentación en el adolescente que le permita enfrentar enfermedades. Una mala alimentación disminuye su función reproductora, puede ocasionar daños cerebrales y consecuentemente bajo rendimiento escolar, luego ausentismo y finalmente deserciones que van citado por repercutiendo en su crecimiento físico y biológico.

2.4 Crecimiento y Desarrollo del Adolescente

Durante el transcurso del tema se ha estado mencionando crecimiento y desarrollo en el adolescente, pero ¿qué son ambos conceptos?, para Mora,(1984: 79-80) el crecimiento implica aumento de las sustancias en tamaño y medidas; mientras que desarrollo es el incremento natural, es un proceso de transformación más complejo y maduro Para obtener buenos cimientos en un desarrollo de la personalidad, Erikson (1968)¹ ha clasificado las características del ciclo de la vida de acuerdo a la etapa del desarrollo del hombre, de la siguiente manera:

Lactancia temprana	Sentido de confianza
Lactancia tardía	Sentido de autonomía
Niñez temprana	Sentido de iniciativa
Niñez tardía	Sentido de laboriosidad
Adolescencia	Sentido de identidad
Adulto joven	Sentido de intimidad
Adulthood	Sentido de creatividad
Madurez	Sentido de integridad
Vejez	Sentido de integridad

Un mal desarrollo de la personalidad se presentaría de la siguiente manera:

Lactancia	Sentido de confianza
	Sentido de vergüenza y duda
Niñez	Sentido de culpabilidad
	Sentido de inferioridad
Adolescencia	Confusión
	Fracaso

Fuente: (Shen, 1983:14).

En este esquema pudimos observar que la adolescencia es una etapa de búsqueda de la identidad, por parte del adolescente. Este es un buen signo para la personalidad, todo lo contrario seria si fueran adolescentes fracasados, confusos y rebeldes; lo que nos indicaría que estamos ante jóvenes con un mal desarrollo de su personalidad. En efecto, como dicen los sociólogos, la familia es la que inicialmente tiene un papel determinante en la formación de la personalidad de cualquier

¹ citado por Shen,(1983:14)

adolescentes. Esto, porque es en la familia donde el individuo percibe e identifica a las figuras familiares, así como las normas morales y sociales que seguirá a lo largo de su vida.

Para poder tener un mejor panorama de los adolescente es importante hablar de su personalidad. Para (Shen,1983:14) la personalidades “como el comportamiento total, la reacción y adaptación de una persona hacia si misma, hacia otras personas y hacia el medio que lo rodea, de tal forma que pueda distinguirse y caracterizarse como un individuo único”. La personalidad es el resultado de la interacción entre la herencia. Para Mora,(1984:173-179) la herencia es la transmisión de caracteres de padres a hijos, (el llamado genotipo). El ambiente es todo lo que envuelve a las personas o cosas conocidas (conocido como fenotipo). Allport dice que la “personalidad es la organización dinámica, en el interior del individuo de los sistemas psicofísicos, que determinan la conducta y el pensamiento” Mora, (1984:173); el período crítico de la formación de la personalidad se encuentra en los años iniciales de la vida, posiblemente antes de los cinco años.

La tarea principal de la adolescencia, según Erikson,(1968)² es solucionar “el conflicto de identidad para llegar a ser un adulto único con un papel importante en la vida para formar su identidad el yo organiza las habilidades, las necesidades y los deseos de la persona y ayuda a adaptarlos a las demandas de la sociedad”.

Asegura además que en “la búsqueda de la identidad esta en decidir la carrera” (Papalia,1997:564). Si, el adolescente se ha desarrollado en un hogar normalmente integrado, ha disfrutado del cariño de sus progenitores, de un ambiente familiar y ha obtenido la satisfacción de sus necesidades básicas de alimento, vestido, techo, juegos de amor; es razonable esperar un desarrollo mental de acuerdo a sus condiciones biológicas y sociales, donde sus facultades de inteligencia y de conducta le hayan permitido madurar.

2.5 HIJOS ADOLESCENTES Y SUS RELACIONES CON SUS PADRES Y LA SOCIEDAD

Dentro de este apartado podremos apreciar las diversas relaciones que existen entre el adolescente y su entorno.

2.5.1 Relaciones personales en el adolescente

Un aspecto muy importante para poder llegar a ser una persona independiente es, dejar de ser dependiente de los padres o hermanos mayores. Aún así, la familia es la célula fundamental de la sociedad; dentro de ella crecemos y nos desarrollamos, y a través de ellas nos ponemos en contactos con la sociedad que nos rodea. La familia, señala Ackerman,(1974:39) constituye lo esencialmente humano del hombre. y ésta se encuentra evolucionando de una familia numerosa o extensa hacia una familia nuclear, formada por padre, madre e hijos.

² citado por Papalia,(1997:564)

2.5.2 Relaciones de los padres entre sí

En consecuencia, en la familia se han establecido diversos tipos de relaciones, según lo muestra San Martín,(1982:92). Uno de estos son las relaciones de los padres entre sí: es función de los padres, fomentar el innato afán de aprender, de saber, de explorar y de auto dominio entre sus hijos. La conducta entre la pareja y su medio, será en sus hijos, “el primer modelo” Betllori,(1993:70) importante de imitación para el adolescente y esto influirá en él y en su forma de percibir a la sociedad a la que pertenece.

2.5.3 Relaciones entre padres e hijos

Relaciones entre padres e hijos: un buen ambiente familiar entre padres e hijos parece tener más influencia en el rendimiento escolar de los jóvenes que el nivel socioeconómico de la familia. Para los adolescentes es muy valioso el haber recibido en el transcurso de sus años de formación, las normas morales, conciencia de lo bueno y de lo malo, de lo justo y de lo injusto. Además de los padres, los hijos tienen el modelo de los maestros, los hermanos mayores, los tíos y los compañeros, entre otros. Los adolescentes reaccionan mejor frente al ejemplo, la bondad, la firmeza, la tolerancia y el amor, que frente a los sermones, la disciplina estricta, a la crítica de sus padres o de otros individuos cercanos Shen,(1983:17). En cuanto a esta relación, Papalia,(1993:568) nos habla de que existe un mito donde “los padres y los adolescentes no gustan los unos de los otros y que no se llevan bien”, es cuando la actitud de los padres es de rechazo, sobreprotección, indiferencia, autoritarismo, los problemas para los hijos se multiplican, afectando su desarrollo e inclusive llegando a provocar sentimientos de ira, resentimientos, deseos de venganza o sentimientos de inferioridad ante los otros.

Por lo general, los padres y los adolescentes no se enfrentan por cuestiones de valores económicos, religiosos, sociales o políticos; la mayoría de los conflictos son por asuntos triviales, como las tareas de la escuela, el oficio de los amigos, citas, toque de queda (hora en que los chicos deben estar en casa), apariencia personal o peleas. Todo conlleva al reflejo de la búsqueda profunda de su propia independencia; que en muchas de las veces puede llegar a provocar un conflicto entre los padres quienes después de muchos esfuerzos no desean perder en sus hijos adolescentes la autoridad, ni el dominio de las reglas. Ahora bien, en muchas de las ocasiones los adolescentes como los padres son a menudo ambivalentes; un ejemplo lo demuestra cuando la gente joven se siente presionada entre la necesidad de alejarse de los padres y su dependencia de ellos. Los adolescentes necesitan tener experiencias felices, de éxito, reconocimiento y de aceptación, no solamente de parte de sus amigos o iguales sino también de sus padres. Si los jóvenes experimentan esto antes de llegar a la adolescencia, encontrarán que los obstáculos futuros serán menos difíciles de enfrentar (Shen,1978:17); la oposición entre padres e hijos por lo general, aumenta durante la temprana adolescencia, se viene estabilizando a mediación de esta etapa y luego va disminuyendo alrededor de los 18 años de edad. En su relación, después de una discusión, padre e hijos,

“raramente rompen los lazos emocionales ni hacen que los adolescentes y sus padres se rechacen de manera mutua”, como dice Steinberg,(1987:38)³ ¿Qué es lo que realmente necesitan los adolescentes? es una de las grandes incógnitas para todos los padres de familia que se enfrentan al reto de caminar por la muy delgada línea de no otorgar tanta libertad que los hijos caigan en errores irremediables y/o dejarlos en libertad para que adquieran sus propias experiencias. Otro aspecto que preocupa a los padres de adolescentes en especial son las influencias negativas de otros compañeros que los invita a participar en conductas no sanas, como el abuso de las drogas, alcohol, tabaco o actividades sexuales sin ninguna protección, “fomentar la delincuencia o una actitud contraria a la autoridad” (Howse y otros,1991:117).

2.5.4 Adolescentes con un solo padre

Un adolescente que sólo vive con alguno de su padres biológicos corre peligro de ceder a la presión e influencia por parte de sus compañeros y en consecuencia, tiene mayor riesgo de involucrarse en problemas de cualquier tipo (Papalia, 1997:574). Los adolescentes “invierten más de la mitad de sus horas de vigilia con sus amigos, compañeros de clases y tan sólo un mínimo de su tiempo con uno o ambos padres” (Papalia,1997:576). Y como es normal, se divierten amenamente con sus amigos o iguales.

2.5.5 Relación Padres “versus” compañeros

Investigaciones han confirmado que el conflicto entre padres y compañeros o amigos de los hijos ya no existe. Durante la adolescencia todavía “el poder de los compañeros” no es total, y la mayoría de los adolescentes todavía tienen lazos positivos con sus padres (Hill,1987)⁴. Para Emmerick, (1987)⁵ cuando “los padres y los compañeros sostienen valores similares no hay conflicto real entre ellos”.

Mientras, más grande sea el interés de los progenitores en la vida de los adolescentes, éstos tendrán más probabilidad de obtener mejores notas en la escuela. Un padre puede disminuir la autoestima de su hijo adolescente al despreciarlo con frecuencia, como lo menciona Shen,(1983:17). Por otro lado, se aumenta la autoestima del hijo, si se le fortalece con palabras de aliento siempre que sea posible. Existe por el contrario muchos jóvenes que se convierten en adultos fracasados o delincuentes producto de padres, maestros u otras personas que están diciéndoles constantemente, qué tan tontos son o qué tan malos se van a volver. “los adolescentes pasan al menos la mitad de su tiempo con sus coetáneos amigos y compañeros de clase y mucho menos tiempo con su familia” (Csikszentmihalyi y Larson,1984)⁶.

³ citado por Papalia,(1997:571)

⁴ citado por Papalia,(1997:677)

⁵ citado por Papalia,(1997:577)

⁶ citado por Craig,(1992:427)

2.5.6 Desarrollo Familiar

La familia es la célula fundamental de la sociedad; dentro de ella crecemos y nos desarrollamos, y a través de ellas nos ponemos en contactos con la sociedad que nos rodea. La familia, señala Ackerman,(1974:39) constituye lo esencialmente humano del hombre. Y ésta se encuentra evolucionando de una familia numerosa o extensa hacia una familia nuclear, formada por padre, madre e hijos. Dentro de nuestra sociedad existen roles preestablecidos y que son aceptados por la mayoría.

En el caso de los hombres se espera de ellos que sean o asuman el papel de fuertes, valientes e independientes; mientras que en la mujer se espera que sean afectuosas, sensibles, cariñosas, dependientes y femeninas. Para regular las pautas de conducta en la casa existen mecanismos como los reforzadores positivos (premios) o los reforzadores negativos (castigos). Estos pueden ser físicos y/o verbales, pueden ejecutarse con la privación de "algo" que sea importante para el hijo, como un programa de televisión, dinero, pero nunca deberá privársele de factores tan elementales para él como afecto, alimento o juego San Martín,(1982:93).

Los modelos a imitar no están localizados exclusivamente en la familia "sino en la dinámica y alianzas familiares desempeñan un papel importante" (Craig,1992:426) o en el grupo; también los encontramos en los medios masivos de comunicación, que hoy en día ejercen una gran influencia en los adolescentes.

Como se sabe también existen factores ambientales en la familia que son condicionantes para el crecimiento y desarrollo de sus miembros algunos de ellos son según San Martín,(1982:97):

1.- Micro ambiente familiar.

Este se refiere a los cuatro grandes mecanismos de acción que toda familia debe de tener y son: la alimentación, la estimulación, las buenas condiciones de la vivienda y el uso de servicios médicos. En lo que concierne a la alimentación, es conveniente ampliar nuevamente que existe una relación directa entre una buena alimentación y estimulación. Si todos los integrantes de la familia se alimentan bien serán más activos y por tales motivos podrá mejor responder a sus familiares y obtener mayor coeficiente intelectual.

2.- Medio ambiente de la clase social.

Por lo general los adolescentes de clase media alta, alcanzan los pesos, tallas y coeficientes de inteligencia ideales o normales, a diferencia de los jóvenes de clases más marginadas cuyos valores de crecimiento no alcanzan los niveles ideales.

3.- Medio ambiente de amigos

Las amistades, como ya se ha mencionado aportan un importante apoyo emotivo en la vida de los adolescentes, "para afrontar las transformaciones físicas, las crisis emocionales y los cambios sociales" (Craig,1992:427) y se les permiten

sentirse libres de trabajo y responsabilidades, dedicándose suficiente tiempo para explorar cierta cantidad y variedad de amistades que comparten aptitudes, ideales o principios.

La amistad y los grupos de compañeros por otra parte, si se considera el status de los adolescentes y el hecho de que intentan distanciarse del compromiso familiar sin estar verdaderamente comprometidos ni reconocidos socialmente, es evidente que los grupos de compañeros constituirán un medio de vida privilegiada necesario para un desarrollo armonioso y particularmente cargado desde el punto de vista efectivo (Lehalle,1990:108).

“La lealtad de un adolescente hacia sus amigos o pares es muy elevada y su capacidad de valoración no lo es tanto, así que es difícil para él aceptar tranquilamente una crítica al respecto” (Roswell,1983:27). Lo importante es la influencia de sus amigos o grupos de referencia, respecto a que pueda liberarse del narcisismo y dirija su atención en preocuparse por los demás y poder sostener una relación de amistad. El aspecto “seguridad” parece ser muy importante para el adolescente según Lehalle,(1990:108-115). En primer lugar el joven piensa que las relaciones amistosas a esta edad son esencialmente de tipo espectacular, como si el adolescente tuviera necesidad de un doble de sí mismo y que al mismo tiempo que él se encuentra enfrentándose al mismo tipo de problemas de identificación. Por otra parte en muchas ocasiones las actividades de los grupos de jóvenes contradicen la autoridad de los padres o de la sociedad con las “prohibiciones”, como dice Lehelle,(1990:115). Sin embargo si esto no ocurriera, el grupo de adolescentes asimilaría al de los adultos y por lo tanto no podría afirmar su propia originalidad, ni encontrar su identidad. “La posición que el adolescente debe de asumir y por el otro lado la identidad de su persona son íntimamente afectadas por las decisiones tan cruciales que hay que tomar, en una etapa relativamente temprana de la vida” (Irwin,1972:35).

Cuando se habla de la personalidad del adolescente, se comentó que es en esta etapa cuando esa búsqueda de identidad esta relacionada con sus ambiciones vocacionales. Cuando las personas sienten que están haciendo algo de valor y lo hacen correctamente, se sienten bien acerca de sí mismas, aumentando así su autoestima. El equilibrio emocional depende de las condiciones orgánicas, de la herencia y de la alimentación entre otras cosas.

Aunque no lo parezca hay ciertos factores que son determinantes en el correcto desarrollo de un individuo y estos son: un alimento apropiado, buen sueño, recreación sana, trabajo adecuado, posteriormente la ausencia de sucesos excitantes, compañías perjudiciales y por último una vida activa y un trabajo acorde a los intereses y aptitudes del individuo Carneiro,(1977:166). Los adolescentes necesitan desarrollar sus propios valores y estar seguros de no estar repitiendo las ideas de sus padres. Muchas de las veces los adolescentes se preocupa por el carácter del trabajo futuro cuando todavía están experimentando cambios en su desarrollo.

El conocimiento de algunos aspectos de esta etapa de transición de la escuela al trabajo es un aspecto de interés para los adolescentes porque si asumen una ocupación socialmente aceptada y estimada obtendrán la aprobación y apoyo por parte de sus padres. No hay que olvidar que en esta etapa se ve disminuido el rendimiento académico en la escuela, especialmente por los jóvenes que laboran de 15 a 20 horas por semana, ocasionando una nula preocupación por las calificaciones y consecuentemente un aumento en la inasistencia; algunos adolescentes que laboran, utilizan su sueldo en vicios como lo son el alcohol o las drogas.

Como ya se había mencionado los adolescente tienden a estar menos tiempo con sus familias y no están interesados por la escuela. Otros se percatan que el mundo del trabajo es exigente, difícil y que es necesario terminar su estudios para conseguir mejores trabajos y buenos sueldos. Los que buscan un empleo inmediato, se ven en ocasiones colocados en un trabajo sin ninguna preparación, ni expectativas de éxito futuro; son los que tienden a ser en general los más amenazados por su inmediata o mediata inadaptación social MEMM,(1972:67) de ahí la importancia que la familia restructure sus roles mientras mantiene cohesión, adaptabilidad y buena comunicación con los hijos adolescentes (Craig,1992:434)

2.6 Sexualidad en la Adolescencia.

Hablar de cuestiones sexuales es desafortunadamente un "tabú" (Martín,1996: 31). Más aún cuando se habla de sexualidad relacionado con adolescentes, se dice que estas cuestiones son ideas o deseos malsanos Carneiro,(1997:101). "Sexo es la condición orgánica que distingue al macho de la hembra" (Mora,1984,99).

Si bien todavía se reconocen las raíces biológicas de la sexualidad que es definida como "el conjunto de condiciones anatómicas (partes) y fisiológicas (funciones) que constituyen el sexo" (Mora,1984:100) a los psicólogos de hoy les interesa estudiar la influencia que sobre esta tiene el desarrollo de la personalidad y agentes socializadores como lo son la familia, los amigos, las instituciones y los medios masivos de comunicación. La gente por lo general le da un significado al "sexo" y al "aprendizaje sexual", según el contexto social en el que se ha desarrollado; Miller, (1990) menciona que desde hace mucho tiempo se consideró que los varones reaccionan de una manera diferente a las mujeres frente a determinadas experiencias.

La formación de la sexualidad no puede improvisarse al llegar la adolescencia, tiene que implicarse con educación afectiva y formación de hábitos de auto control, disciplina, fortaleza y templanza desde la infancia (Canseco,1989:58).

2.6.1 Educación Sexual e Iniciación del Adolescente

La educación sexual influye en la formación de actitudes hacia lo sexual y dichas actitudes tiene como trasfondo el sistema de valores ideales, normas, pautas

e ideologías sobre la sexualidad que tiene la cultura en la que el sujeto vive. Tanto la escuela como la familia aún cuando no den información sexual, siempre imprimen una dirección a la formación de las actitudes que regulan la sexualidad de sus miembros. Para Sánchez,(1986:14) dar o no información sexual puede quedar sometido a la decisión de los educadores; se ofrece la información o se facilita, se tergiversan los datos o se respetan según el criterio de verdad de los educadores.

La sexualidad desde tiempos remotos se le ha considerado algo sucio negativo y pecaminoso todo lo que concierne a sexo y por tal motivo se le ha reducido en definirlo como la simple reproducción de las especies, sin el mínimo de conocimientos de lo que sucede en el interior de nuestro organismo, de como se genera un embarazo sin quererlo o planearlo y así muchos otros sucesos que ocurren durante y como consecuencia del acto sexual (Miller,1990:6).

Para Frunkin,(1953)⁷ la educación sexual se divide en dos fases importantes:

1.- La que proporciona información sexual: que incluye la enseñanza de los fenómenos biológicos y que debe ser impartida en la escuela menciona que Thornburg,(1975)⁸ cuestionó a los adolescentes sobre quiénes le han dado información sexual y citaron en primer lugar a los compañeros, segundo los maestros y en tercer lugar a los padres en especial a las madres; existiendo otras fuentes de información como los libros, los medios de comunicación y por último los hermanos y médicos.

2.- Los que proporcionan educación sexual: se considera que la educación sexual incluye el desarrollo de actitudes que conducen a una vida sana y debe ser inculcadas en el hogar, es progresiva y se inicia en la edad temprana de la niñez Carneiro,(1977:114) nos dice que la "educación sexual es la explicación oportuna y adecuada del mecanismo de la sexualidad en orden a un comportamiento sano".

Los padres que no transmiten ninguna educación sexual, no se encuentran en una actitud neutral sino más bien están educando a sus hijos adolescentes en forma negativa e inconveniente, en vez de que sea el hogar la fuente básica de la educación sexual hacia los hijos, los progenitores no están cumpliendo con su función de educar y más bien propician que los hijos tengan que recurrir al grupo de amigos o a otras personas adultas, ajenas a su familia que en un momento dado podrían confundir sus valores morales, así como la inclinación unilateral hacia individuos del mismo sexo.

Muchos padres de familia han manifestado actitudes de rechazo hacia cualquier tema sexual. Si bien, éstos pueden sentirse cómodos cuando sus hijos adolescentes practican abstinencia sexual, esto podría provocar a la larga una generación de adultos jóvenes decaídos sexualmente; o bien podría suceder lo

⁷ citado por Powell,(1981:262)

⁸ citado por Lethalle,(1990:135)

contrario que los padres permitan demasiadas libertades sexuales provocando que caigan en libertinajes. Algunos adolescentes, asegura Kolodny,(1989:111) se inclinan por rechazar los valores sexuales tradicionales aceptando el sexo preconjugal, como un contexto de afecto. En muchos casos la conducta sexual de iniciación esta basado en los géneros y en los roles etiquetados de los varones y de las mujercitas, por ejemplo, los hombres consiguen experimentar las relaciones sexuales entre los 15 a los 19 años, como una forma de ritual de iniciación de la vida postinfantil.

Según Leñero, (1990:179) la primera experiencia puede ocurrir con una amiga (que puede ser de mayor edad), la novia y después hasta una desconocida.

Mientras tanto, el rol que les toca jugar a las mujeres adolescentes en cuestión a su impulso sexual debe ser menos intenso y más tardío. Habitualmente la excitación que obtiene depende de la conducta del hombre.

2.6.2 Actividades sexuales en el adolescente

“El coito premarital es más frecuente en las clases más bajas que entre los instruidos, lo vemos más en las ciudades que en el área rural y es más frecuente en el hombre que en la mujer” (Padilla,1972:152). Los adolescentes tienden a preocuparse acerca de las actividades sexuales tempranas y de sus consecuencias como son: riesgo de un embarazo o las enfermedades transmisibles sexualmente.

“Aproximadamente 25 millones de adolescentes varones entre los 15 a 19 años tienen en América Latina y el Caribe problemas de sexualidad, paternidad precoz, deserción escolar y conductas de riesgo” (OPS,1994:85). En tanto la maternidad es la principal razón de abandono escolar de las adolescentes justificando su error con la ignorancia y con las ideas erróneas sobre la sexualidad. Como dice Miller, (1990:6) la sexualidad es “considerada sucia, negativo y pecaminosa toda la comunidad al sexo y por eso, ha sido reducido a la simple reproducción”.

El matrimonio del adolescente “tiene mayor probabilidades de poner fin a una educación de nivel medio que el embarazo” (Craig,1992:403).

4.7 Perfil del adolescente

Desarrollo de inicio desde la pubertad a los 17 ó 18 años.

1. Independencia gradual respecto a los adultos.- se rebelan contra la dominación de los padres, resentimiento por su interferencia, hacen cosas lejos del hogar con sus amigos, trabaja para ganar dinero.
2. Adoptan modismos y estilos de vida de los amigos aunque no se separan por completo de sus padres y de los adultos.
3. Identificación e identidad.- en cuestión del sexo están muy apegados con los padres del sexo opuesto; primero tiene amigos del mismo sexo

UNIDAD III NUTRICIÓN Y HÁBITOS ALIMENTICIOS EN EL ADOLESCENTE

3.1 Nociones preliminares para la Nutrición

El hombre cuenta con dos ambientes que favorecen la salud y/o la enfermedad; a continuación se muestra un cuadro que abarca los aspectos que deben de existir para que una persona cuente con salud y cuales son los aspectos que nos manifiesta que un individuo se encuentra enfermo.

CUADRO No. 10
Aspectos que favorecen a la salud y / o enfermedad
Genotipo

Salud	Nacimiento	↓ Constitución Somatica y Psiquica	Muerte	Enfermedad Infecciones
Requerimientos elementales Alimentación Ejercicio Reposo				Infecciones
Factores Físicos				Intoxicaciones
Temperatura Aire Saneamiento Higiene personal				Traumatismo (físicos y químicos)
Higiene Mental				Trauma Psiquico
Educación				
Hábitos				
Recreación				
Bienestar				
Factores Biológico - Sociales				
Nutrición Vivienda Vestuario Nivel económico Servicios médicos Seguridad social				

(San Martín, 1993:16)

3.2 La Nutrición en el Adolescente

Para poder contar con una vida sana, el hombre a tenido que procurar obtener una buena Nutrición que es definida como el “conjunto de funciones orgánicas por las que los alimentos son transformados y hechos aptos para el crecimiento y la actividad de un ser viviente, animal y vegetal” (Méndez,1994:56); es además conocida como el “conjunto de funciones de asimilación que mantienen la vida, el crecimiento corporal y el desarrollo de las funciones y se manifiestan por los cambios continuos en la morfología, en la constitución química, en la capacidad de trabajo físico y el rendimiento intelectual” (Quintín,1985:21).

Es prioritario considerar un concepto que es complemento de una buena nutrición y esta es la nutriología “que es lograr que la alimentación humana siga cada día más las modalidades que, con los conocimientos disponibles, se consideran las mejores, para la nutrición y para la salud” (Bourges,1990:18). La finalidad de la nutrición es: dotar de energía, construir y reparar la estructura del organismo y regular el metabolismo Estruch,(1993:32). Además nos dice que para los seguimientos nutritivos se deben de tomar en cuenta, edad, sexo, morfotipo, medio ambiente, situación fisiológica (crecimiento, lactancia) y tanto actividad física como psíquica del individuo; la nutrición de una persona es importante en cualquier etapa de la vida debido a que teniendo una buena nutrición “implica que el organismo tenga una vida plena, activa en su producción física, mental y biológica y que mantenga el organismo en las mejores condiciones posibles” (Weiss,1992:168).

En la etapa de la adolescencia debe ser prioritaria la presencia de una adecuada nutrición y que se genere normalmente en su organismo una serie de cambios en cuanto peso, estatura, aparición de caracteres sexuales secundarios que aumentan considerablemente las necesidades nutricionales del individuo.

3.3 Factores condicionantes de la Alimentación: La Familia como un condicionador de la alimentación en el Adolescentes

El formar parte de una familia, como ya se comentó anteriormente, es donde se practican los principios de una nutrición adecuada. La clase de alimentación servida en una familia esta directamente afectada por factores como las influencias culturales, alimentarias, preferencias de alimentos, así como el dinero disponible y el presupuesto destinado a la alimentación. Es en el núcleo familiar donde la comida es seleccionada, es decir, “existen muchos canales de alimentación diferentes, pero todos tienen un guardián que controla su operación y que casi siempre es la madre” (Bourges,1990:24); ella tiene que elaborar menús equilibrados, con las calorías adecuadas, fortalecer la salud de su familia y facilitar la organización doméstica y administración del gasto familiar. Es probable que la nutrición de un adolescente esté equilibrada de manera satisfactoria cuando se inculcaron buenos hábitos nutricionales en los comienzos de su niñez, en contradicción de aquellos jóvenes en los que el adiestramiento nutricional ha sido deficiente; algunos adolescentes

experimentan con dietas novedosas como comer sólo frutas y verduras, alimentos saludables y dietas vegetarianas que posteriormente se mencionarán.

Regresando con los alimentos “existe una cierta disponibilidad cultural, con respecto a sus fuentes, formas de ingestión, técnicas y tipo de preparación, sin embargo en Latinoamérica en general, no sería aceptable desayunar sopa” (Bourges,1990:22-23). La familia tiene la función de satisfacer las necesidades alimentarias del grupo, tomando en cuenta el poder adquisitivo, la estructura del mercado local y de las motivaciones para comprar. El poder “adquisitivo depende de los ingresos y de los egresos alimentarios y no alimentarios, y puede mejorarse si existen subsidios y otras formas” Bourges,(1990:23). El mercado local son el lugar donde se exhiben los productos existentes que hay de acuerdo a la temporada y donde el ama de casa se adapta. Entre las necesidades inductoras de motivaciones alimentarias para que se adquieran se encuentran las

- Biológicas.-* Requerimientos nutricionales según el sexo, la edad, el estado de salud.
- Sicológicas.-* Necesidad de afecto, de afirmación y defensa del ego, reacciones condicionada por la supervisión de los padres durante la comida.
- Sociales .-* Comida en la familia, frecuencia de la presencia de invitados, tipo de conversación en la mesa (Bourges,1990:24).

Hablamos de calidad en la salud familiar cuando se han hecho bien las cosas desde la primera vez, cumpliendo las funciones propias de una familia, mejorando y elevando las condiciones de vida de cada uno de los integrantes del núcleo familiar.

3.4 La Alimentación como un nutriente: Definición

Existe un proverbio chino que nos dice “lo que comimos hoy camina y habla mañana” (Eva,1978:113) o sea que de lo que consumimos ahora dependerá nuestra salud, estado de ánimo, belleza y las enfermedades generativas de la vejez. “La alimentación es la necesidad fundamental de todo ser viviente sin satisfacerla, la vida es imposible” (Bourges,1990:26) para el hombre la alimentación es una necesidad cotidiana, que es satisfecha varias veces al día, desde que nace y diariamente le dedica la mayor atención de la que es capaz; desde los primeros años de vida el individuo aprende que comer es vital. “La alimentación tiene como finalidad de cubrir una serie de necesidades básicas y vitales adquiridas, de índole nutricional, dietológico y psico-sociocultural; para satisfacerla es obligado disponer de alimentos bien elegidos” (IMSS,1994:15) también es señalada como “la selección de las sustancias que son digeridas, absorbidas y metabolizadas por el hombre” (Gómez y Guerrero,1994:8).

Passim y Bennett definen a los alimentos en tres categorías: centrales, secundarios y periféricos:

- a) Los centrales o básicos: son los que en un grupo humano tienen

consumo Universal

- b) Los secundarios: son aquellos de uso amplio, pero no Universal y representa una parte mayor de la dieta
- c) Los periféricos o accesorios: son alimentos que consumen de manera esporádica, casi como curiosidad..

Los alimentos básicos tienen un lugar privilegiado en el efecto del individuo y de la comunidad (Weiss,1992:168).

3.4.1 Características de los Alimentos

CUADRO No.11
Características de un buen alimento

- 1.- Contener nutrimentos biodisponibles en concentraciones que ameriten atención.
- 2.- Ser inocua.
- 3.- Ser accesible
- 4.- Ser atractiva a los sentidos
- 5.- Ser aprobada por la cultura (Bourges,1995:383)

1. Contener nutrimentos biodisponibles en concentraciones que ameriten atención; es el grado en el cual los nutrimentos se absorben en el aparato digestivo.
2. Ser inocua; se refiere a las cantidades que consumimos de un alimento y a la manera de como se consume (cocido o crudo).
3. Ser accesibles; es cuando se toma en cuenta la cantidad y el precio de venta; en esto, se considera que es un factor determinante por el hecho de que se pueda consumir o no y además en que cantidad.
4. Ser atractivo a los sentidos; es la característica que debe tener todos los alimentos, ya sea en su estado natural o después de haber sido transformados en la cocina o la industria.
5. Ser aprobada por la cultura; es un hecho que una persona difícilmente consume lo que su cultura no acepta, por lo que la aprobación cultural es un requisito ineludible de todo alimento. El valor cultural de los alimentos es una parte convencional y por ello suele diferir de un grupo humano a otro.

3.4.2 Clasificación de los Alimentos

Los alimentos tiene que recorrer un camino determinado para que puedan ser aprovechados por el organismo:

- 1.- Digestión; es la transformación de los alimentos para que puedan ser utilizado por las células del organismo.

Son todos los carbohidratos o energéticos, grasas o lípidos con proteínas o alimentos plásticos (Gómez y Guerrero,1994:8 y Estruch,1993:5).

- 2.- Absorción; aquí el intestino envía a la sangre los nutrientes convertidos en ácidos graso, glicerol, aminoácidos y vitaminas (estos no necesitan ser transformados).
- 3.- Metabolismo; una vez que pasan a la sangre los nutrientes arriban a las células del organismo para que puedan realizar sus funciones; crecimiento y producción de energía (Gómez y Guerrero,1994:8).
- 4.- Excreción; en este apartado consiste en eliminar los deshechos, con la finalidad de mantener el equilibrio interno (Sarli,1990).

Los alimentos se clasifican en dos grupos nutritivos el primero se encarga de la estructura del cuerpo y lo conforman:

Las proteínas “constituyen la parte esencial de las vísceras los músculos, el cerebro, la piel y las uñas” (Eva,1978:114) los alimentos ricos en proteínas son: la leche, carne, pescado, aves, huevos, queso y yoghurt; en menor cantidad los guisantes verdes y el maíz.

Las proteínas son importantes para sostener el crecimiento y evitar las comidas poco nutritivas (papas a la francesa, gaseosas, helados y golosinas, comidas en alto grado de colesterol y bajas en nutrientes); “el adolescente debe de consumir abundantes proteínas por día aproximadamente 70 g entre los 11 y 16 años y 100 g entre los 16 y 20 años” (San Martín,1993: 479).

El segundo grupo son los hidratos de carbono o glúcidos y las grasas o lípidos, llamados también energéticos. Estos son los encargados de producir calor y movimiento 1 g produce 9 calorías (unidad de medida del calor).

Se encuentran en la mantequilla, aceites vegetales, aceites de pescado. El cuerpo necesita energía calorífica para mantener la temperatura vital y energía mecánica para que pueda realizar sus funciones; los hidratos de carbono se encuentran en el pan, harinas, pastas, cereales, patatas, arroz, granos, verduras, frutas, jarabes y azúcares.

Para (San Martín,1993:479) “se debe de ingerir en la adolescencia de 2500 a 3200 calorías según el sexo y la edad”. Para otros autores el promedio de calorías que necesita un adolescente es de aproximadamente de “2,400 calorías al día en mujeres y de 16 a 19 años y en hombres de 3,600 calorías” (Quintín,1985:242).

Las vitaminas son sustancias químicas que no se incorporan como material orgánico pero intervienen en el proceso metabólico permitiendo que las sustancias nutritivas que contribuyen a la formación, crecimiento, defensa del organismo para las

enfermedades, reparación del cuerpo y aportan la energía se muevan y realicen sus funciones.

Las vitaminas son los alimentos de la salud y de la belleza influye en el proceso metabólico y son esenciales para la nutrición. Menciona, San Martín, (1993:479) que los adolescentes deben ingerir entre 75 y 100 mg de Vitamina C y aproximadamente 400 mg. de Vitamina B. A continuación se muestran los tipos de vitaminas y minerales con que debe de contar el hombre en su alimentación.

**CUADRO No.12
TIPOS DE VITAMINAS**

VITAMINAS	A QUE CONTRIBUYE	QUIEN LO CONTIENE
Vitamina A (Retinol)	Salud de la vista, de infecciones, desarrollo de huesos y dientes.	Hígado de res, riñones de res, huevo, leche, lechuga, zanahoria, melón, etc.
Vitamina D (Calciferol)	Evita el raquitismo.	Aceite de hígado de pescado, leche, atún y sardinas.
Vitamina E (Tocoferoles)	Vitamina de la fecundidad y el buen metabolismo.	Germen de trigo y aceites vegetales.
VITAMINA k (Menadiona)	Sirve para la coagulación.	Hígado de res, aceites vegetales, tomates y coliflor.
Vitamina B (Tiamina)	Previene la enfermedad del Beriberi (parálisis) buen funcionamiento del sistema nervioso.	Levadura de cerveza seca, yema de huevo, carne, leche, partes verdes de los vegetales.
Vitamina C (Acido ascórbico)	Ácido Ascórbico, esencial para el crecimiento, para vencer las infecciones y cicatrizar heridas.	Cítricos, tomates, verduras de hojas verdes, pimientos, fresas y piña. (Eva,1978:81).

**CUADRO No.13
TIPOS DE MINERALES**

Minerales son los nutrimentos inorgánicos que el cuerpo necesita:

MINERAL	ESTRUCTURA	FUNCIÓN
Calcio	El 2% del peso del cuerpo, huesos y dientes esta constituido.	Funcionamiento del sistema nervioso y muscular.
Fósforo	Elemento fundamental de la vida.	Interviene en los mecanismos bioquímicos del pensamiento, síntesis de las proteínas y

		contracción muscular.
Flúor	Problemas dentales.	Cuidado de los esmaltes de los dientes.
Hierro	Portador de oxígeno	Lleva el oxígeno de los pulmones a los tejidos.
Magnesio	Tiene importancia en el metabolismo.	Es anticancerígeno, cura la artrosis y resiste las infecciones.

(Eva, 1978:81).

El hierro es un mineral que se requiere para el mantenimiento y crecimiento de los tejidos corporales y para la formación de la sangre. En los varones ayuda sobre todo para el desarrollo de los tejidos musculares y en el aumento del volumen sanguíneo; mientras que “en las mujeres se precisa para reponer las pérdidas en la menstruación” (Morales y Casanueva, 1995:75) y algo de mayor importancia es el de prevenir las anemias provocadas por las dietas exageradas.

El calcio sirve para la formación de los huesos y prevenir cualquier riesgo de osteoporosis en el climaterio, para San Martín, (1993;470) el adolescente debe consumir alrededor de 12 a 15 mg de calcio al día. Algunos de los alimentos donde se puede encontrar son: en la leche, queso, yoghurt, “charales, sardinas, tortillas de maíz nixtamalizado” (Morales y Casanueva, 1995:75).

Otro nutrimento inorgánico importante durante la pubertad es el zinc que influye sobre los patrones de crecimiento en los adolescente, se pueden encontrar en las aves y las carnes en general, al igual en las nueces y lentejas; son buenas fuentes de este nutrimento.

Si se cuenta “con una buena y adecuada alimentación las personas se encuentran aptas para desarrollarse biológica, física y mentalmente, manteniendo al organismo en mejores condiciones de vida” (Méndez, 1994;56).

Algunos consejos útiles para la correcta alimentación de un estudiantes son que:

- Rehuya todo tipo de discusiones y preocupaciones antes de las horas de la comida.
- No lea ni vea televisión mientras coma.
- No coma de prisa; mastique suficientemente los alimentos, la digestión bucal tiene una gran importancia y que facilita los siguientes pasos del proceso digestivo.
- Procure no comer en exceso si sabe que a continuación debe estudiar.
- De todas formas es recomendable que medie algún tiempo entre una y otra actividad, al menos media hora o una hora de ser posible. Si su horario se lo permite aproveche este lapso para

hacer un breve paseo.
(Secretaría Académica, 1994:79).

CUADRO No. 14
Lista diaria de alimentos para adolescentes (mayor costo)

ALIMENTOS	KILOCALORIAS		
	2400	2700	3000
Leche (m.l.)	400	400	600
Huevo (Unidad)	1	1	1
Carne (grms.)	85	125	150
Frijol	30	30	30
Arroz	35	35	35
Pan (grms.)	150	200	200
Fruta 5%	100	100	100
Fruta 10%	100	100	100
Fruta 20%	100	150	200
Vegetales 5%	100	100	100
Vegetales a 10%	100	100'	100
Vegetales a 20%	150	200	200
Mantequilla	25	25	30
Aceite	20	25	25
Mayonesa	60	60	60
Azúcar	65	65	75

CUADRO No.15
Lista Diaria de alimentos para adolescentes (menor costo)

ALIMENTOS	KILOCALORIAS		
	2400	2700	3000
Leche (ml.)	400	200	200
Huevo	1	2	2
Carne de res	30	---	---
Carne de cerdo	---	50	100
Frijol	75	75	75
Arroz	15	30	30
Avena	45	45	45
Tortilla	220	250	280
Pan	70	70	70
Fruta 5%	100	100	100
Fruta 10%	50	50	50
Fruta 20%	50	150	150

Vegetal 5%	50	50	50
Vegetal 10%	50	50	50
Vegetal 20%	100	150	150
Margarina	20	20	20
Aceite	27	27	30

3.5 Influencia de los Hábitos Alimenticios en los Adolescentes.

Una vez terminado el aspecto de los alimentos nos enfocaremos, ahora a los hábitos alimenticios que se definen como el “conjunto de conductas adquiridas por repetición, de actos constantes que el ser humano presenta en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos” (Glosario de Nutrición, 1988:21).

Ahora que se entiende como hábito es “una disposición adquirida por actos repetidos; una manera de ser y de vivir” (Bourges, 1990:19). Para Castillo, (1988:6) los hábitos alimenticios se enseñan y se aprenden en una edad temprana y perduran durante toda la vida, siendo difícil desarraigar a los malos hábitos. Por esto es importante que la madre sea la responsable de planear los menús para los miembros de la familia, como culturalmente se le ha impuesto.

Los hábitos alimenticios se relacionan con un sin número de factores como lo es el número de comidas al día, los horarios para comer, los alimentos que se consumen con más frecuencia, los acentos sensoriales conocidos (como sabor, color, aroma, textura, temperatura), los hábitos de higiene, de compras y de almacenamiento. Los factores que se han detectado como determinantes de los hábitos han sido numerosos y pertenecen tanto a la psicología del individuo como a su entorno familiar, social y físico. Los hábitos alimenticios se relacionan principalmente con las características sociales, económicas y culturales de una persona, población o de una región, la producción y disponibilidad de los alimentos, así como las creencias y sin olvidar a los medios de comunicación.

Cuando los hábitos son generalizados por una comunidad se les suele llamar costumbres y estas se definen como la “práctica que adquiere fuerza de Ley” (Bourges, 1990:19) y también como “el conjunto de conductas aprendidas del grupo al que se pertenece y compartidas por él” (Bourges, 1990:20). Los hábitos y costumbres de los alimentos están fuertemente condicionados por la disponibilidad que hay: en el hogar, la comunidad, la región, el país; y cada grupo humano clasifica a estos productos en “comestibles” “dañinos” e “inaceptables” (Bourges, 1990:21). Los factores que se han detectado como determinantes de los hábitos son numerosos y pertenecen tanto a la psicología del individuo como a su entorno familiar, social y físico.

Para que el adolescente tenga una buena dieta debe de ser:

Equilibrada; que incluya carbohidratos en un 70%, proteínas un 25% y

15% de lípidos o grasas en las proporciones señaladas, que incluya todos los grupos de alimentos:

Suficiente; con respecto a los nutrimentos y energía que aporta de tal manera que el adolescente sea capaz de mantener su peso, de crecer y desarrollarse con la velocidad adecuada, con respecto a la edad, sexo, complexión, estatura, actividad física y estado fisiológico.

Completa; que incluya todos los nutrimentos (Weiss,1992:168).

Una alimentación equilibrada consiste en ingerir los principios inmediatos (proteínas, glúcidos y lípidos), los elementos reguladores (vitaminas y minerales) así como el agua, en las proporciones adecuadas y ser consumidos en cada comida. El niño y los adolescente necesitan una alimentación equilibrada y variada la diferencia es la calidad de la alimentación y la cantidad. El cuerpo “transforma la energía química que proviene de los alimentos en energía mecánica y aprovecha como energía activa hasta un 40%. Esta energía debe favorecer el crecimiento y desarrollo así como permitir la actividad física y mental” (Estruch,1993:31).

En ambos tipos de nutrición (equilibrada y variada) se debe tomar en cuenta la actividad física, la intensidad, la frecuencia y la duración. Una actividad física bien dosificada y una alimentación equilibrada favorecen el crecimiento y desarrollo correctos, siendo pilares fundamentales de una buena condición sanitaria.

Una adecuada nutrición durante la etapa de la adolescencia será de gran importancia porque se generan en el organismo una serie de cambios en cuanto al peso, estatura, aparición de caracteres sexuales secundarios y actividades que aumentan considerablemente sus necesidades nutricionales del adolescente; estos comprenden algo acerca de nutrición, pero tal vez no relacionan sus conocimientos con los hábitos dietéticos. Cuando uno es adolescente cuida su alimentación para estar en forma y mantenerse joven.

Para Weiss,(1992:168) existe factores que pueden afectar las necesidades alimenticias de los adolescentes que pueden ser la: estatura, complexión, constitución física, estado fisiológico, enfermedad, embarazo o lactancia.

Los hábitos que perjudican la salud y que, en mayor o menor grado, figuran en la etiología de las deficiencias y excesos nutricios son los siguiente:

- El consumo frecuente: pasteles, ácidos, refrescos.
- El fanatismo por corrientes extremas de alimentación.
- El desplazamiento de la lactancia.
- La monotonía en la dieta de grupo de sectores.
- Alta densidad genética, rica en ácidos grasos saturados, colesterol sodio y pobre de fibra (Bourges,1990:29).

El ámbito culinario ha influido profundamente en las costumbres y hábitos alimentarios y por supuesto también en el medio industrial.

3.5.1 La Dieta, un concepto para la alimentación del Adolescente

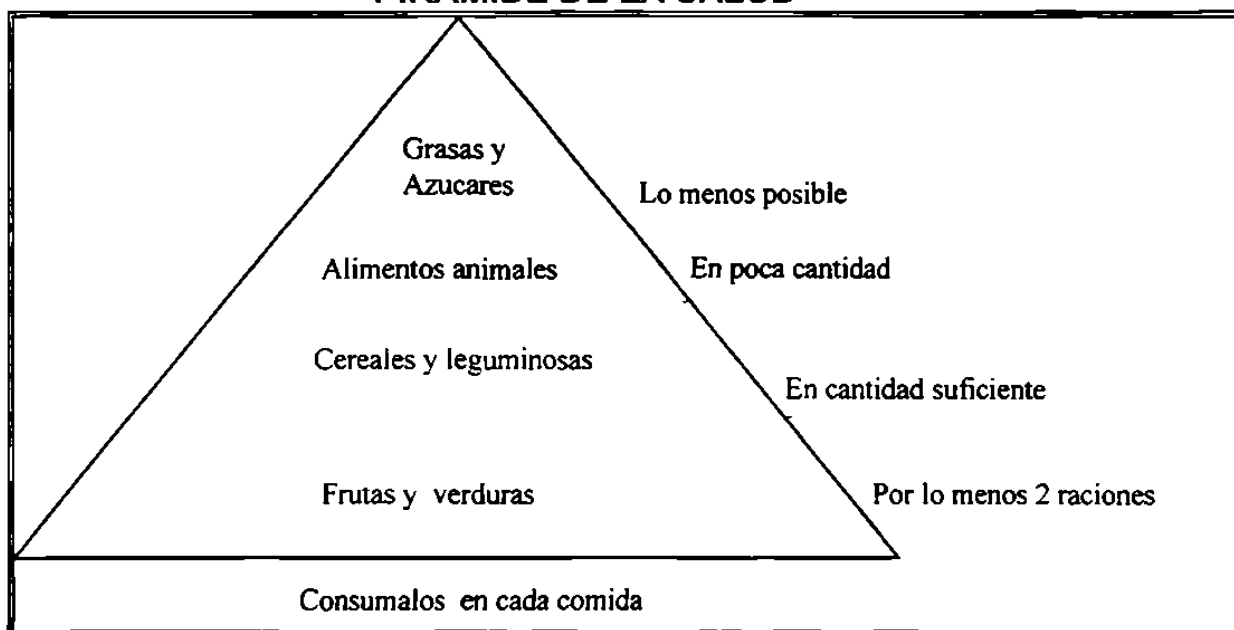
La dieta mexicana y especialmente en los adolescentes debe de ser rica en cereales, leguminosas, consumo variado de verduras, frutas y con un mínimo de cantidades de alimentos de origen animal. En 1983 el Instituto Nacional del Consumidor realizó un estudio sobre los hábitos alimentarios de la población del D.F; algunos resultados fueron que las familias con nivel bajo disminuyeron el consumo de varios alimentos como el de azúcar, aceite, arroz, frutas y verduras; mientras que las familias del nivel medio bajaron su consumo de pescado y refrescos; las del nivel alto también bajaron el consumo de carne, refrescos y pescado (Revista del consumidor: Alimentos y Nutrición, 1983:3-8).

A continuación se muestra lo más reciente de los cuatro grupos de alimentos que deben de contener una buena alimentación equilibrada y nutriente para poder ser consumidos por el ser humano, elaborado por el Instituto Nacional de la Nutrición, la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud.

CUADRO No. 16
GRUPO DE ALIMENTOS

- ①.- Frutas y verduras
- ②.- Cereales y leguminosas
- ③.- Alimentos animales
- ④.- Grasas y azúcares (Chávez y otros,1993)

CUADRO No. 17
PIRÁMIDE DE LA SALUD



Hoy en día se ha estado originando un movimiento "de regreso a lo natural" entre los jóvenes; los restaurantes y las tiendas de alimentos naturistas lo nuevo son los alimentos frescos, producidos sin aditivos químicos.

Estos alimentos son más costosos que los que usualmente se compran en el mercado o supermercados, pero justifican su costo por su sabor y sus características nutritivas. "Las costumbres, modas y hábitos de consumo extranjero se imponen rápidamente" (Méndez, 1994:44).

Muchos adquieren este tipo de productos porque quieren cuidar su cuerpo y desean que este hermoso y libre de colesterol o simplemente por contar con una buena condición física. Según un estudio, se observó que el hombre gasta cantidades de dinero para obtener una buena figura; el 49% asegura cuidar su apariencia, el 56% cuida su salud, el 35% cambiaron sus hábitos alimenticios y hasta el 46% se consideran excedidos de peso Expansión,(1992:37). La ingestión de edulcorantes artificiales como sustitutos de alimentación bajas en calorías, que mencionan que sus productos no son "un ingrediente exclusivo para alguien a dieta es aparte de un estilo de vida saludable" (Expansión,1992:39). Se calcula que en México por lo general los adolescentes desayunan poco o ningún alimento, para Ortega y Requejo,(1993:29), si el desayuno se va posponiendo y el período de ayuno se hace más largo se puede correr el riesgo de adquirir un deterioro intelectual y alteraciones en el sistema nervioso central. Según estudios, se encontró que los que no desayunan tienen cifras significativas de colesterol y que después en un futuro podrán correr el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.

El no desayunar es una mala costumbre que se adquiere en el hogar, pero si se tiene un desayuno debe de contener los tres o cuatro grupos básicos de alimentos, Ortega y Requejo,(1993:29). Ambos autores consideran que se deben de repartir las comidas con las energías y los nutrientes de la siguiente manera:

- El desayuno con un 25%
- La comida del mediodía con un 30%.
- La merienda con un 15% a un 20%.
- La cena con un 30%

Muchos de los adolescentes solamente toman algo ligero o nada, dejando la comida fuerte para el mediodía; esto por motivos de antecedentes culturales. Su estado nutricional y el consumo dietético son una función familiar, que permite que sus miembros tengan un buen desarrollo corporal y crecimiento normal, aunque estén condicionados a los factores hereditarios, dietéticos y del medio ambiente Quintin,(1985:189).

Los malos hábitos alimenticios son algunos de los factores que se han considerado como responsables de la mala nutrición. Estos malos hábitos se presentan en toda clase de familias, ya que "se ha comprobado que personas con ingesta de hasta cinco comidas al día no consumen los nutrientes adecuados" (Castillo,1988:6).

Existen estudios que han demostrado que en las escuelas se concentran y aprenden solamente los alumnos que han recibido un desayuno bueno y adecuado.

De igual forma mencionan que el bajo nivel económico lleva a una insuficiente ingesta en cantidad de alimentos y a un desequilibrio en la aportación de elementos nutritivos. Sin embargo como ya lo mencionamos un buen nivel económico no es indicativo de una buena alimentación y que la "ingesta de productos de grasa originan que este tipo de familias presenten también mala nutrición" (Castillo, 1988:7).

Los alimentos de preparación rápida han brindado a los adolescentes un acceso más fácil a comidas de alto contenido calórico pero nutricionalmente desequilibradas. El comer de manera excesiva este tipo de alimentos y botanas con escasos nutrientes puede dar como resultado deficiencias nutricionales. En la vida escolar "la desnutrición afecta la interacción entre compañeros y postergar la pubertad desdibujando la adolescencia" (Castillo, 1988:9).

3.6 Indicadores Antropométrico del Adolescente

Las mujeres crecen aproximadamente 7.5 centímetros anuales hasta menarquía o comienzo de la menstruación disminuyéndose posteriormente su crecimiento; cerca de los 16 años llegará a la estatura que tendrán en su vida adulta.

En los adolescentes varones el período de crecimiento dura casi tres años y su estatura se incrementa unos 10 centímetros anuales hasta la pubertad, después continua con un ritmo lento entre los 12 y 16 años de edad. Para comprobar el estado nutritivo de una personas, existen indicadores tales como el peso, la talla y los porcentajes graso y muscular. Hay necesidades nutriológicas y dietológicas que son relevantes para los adolescentes y para iniciar con este punto es necesario dar a conocer que la antropometría es la técnica que mide el desarrollo nutricional de los individuos; peso y talla. Algunas de las tablas reconocidas a nivel internacional sobre el peso y talla de los jóvenes adolescentes son:

Peso

El peso de un adolescente se va intensificando notablemente durante los seis meses después de que se acelera el crecimiento y continua todavía unos tres años.

"Siempre hay relación con la talla, desarrollo muscular y tejido adiposo" (Quintin, 1985:185). En el adolescente varón el peso se duplica.

CUADRO No. 18

De peso y talla por edad de los adolescentes hombres

EDAD	PESO	TALLA
12	40.600 g	146.0 m
13	46.220 g	152.5 m

14	52.250 g	160.0 m
15	58.190 g	166.0 m
16	62.630 g	170.1 m
17	64.975 g	172.0 m
18	65.870 g	172.8 m

CUADRO No. 19
De peso y talla por edad de adolescentes mujeres

EDAD	PESO	TALLA
10	32.780 g	135.9 m
11	38.425 g	142.8 m
12	45.020 g	149.5 m
13	49.700 g	154.9 m
14	53.100 g	158.0 m
15	55.510 g	158.8 m
16	56.460 g	159.6 m
17	56.800 g	160.2 m
18	56.885 g	160.6 m

Fuente: (Krause, 1983:699 - 700)

Se puede entonces observar que la mayoría de los pesos y tallas son de toda la etapa de la adolescencia, pero nos interesa solamente para nuestro estudio, los comprendidos desde los quince a diecisiete años de ambos sexos.

3.7 La demanda de Alimentación para los Adolescentes en tiempos de crisis

Cuando por alguna circunstancia el poder adquisitivo de una familia se ve disminuido, ésta sustituye o adapta su dieta por otra similar o parecida. "A pesar de sus limitaciones, hablan de una capacidad de respuesta de la población que cambio sus hábitos para mantener el valor de su dieta" (Bourges, 1990:27). La sustitución de productos más baratos; tiene un límite, llega el momento en que ya no existen alimentos más baratos y este recurso de sustitución se agota.

3.8 Factores que afectan los requerimiento nutricios

Para superar con éxito la pubertad, es necesario contar con una nutrición adecuada, los cambios físicos y psíquicos de la adolescencia pueden dar lugar a trastornos en la alimentación (relacionados con la cantidad y la calidad de los nutrimentos) y repercutir en el estado de salud, ocasionado fallas en el crecimiento y el desarrollo de los jóvenes (Morales, 1995:78). Cuando un joven muestra un crecimiento menor al esperado o se observan cambios bruscos en su peso corporal es importante hacer un ajuste en su dieta. Los signos tempranos de alteraciones en

la alimentación, se manifiestan más en los grupos vulnerables de mujeres jóvenes, para quienes la presión social es un factor determinante, difícil de resistir, que les impone ir en pos de una apariencia delgada para ser aceptadas. Entre las alteraciones de la alimentación destacan la Anorexia Nerviosa, la Bulimia Nerviosa y la Obesidad.

3.8.1 Anorexia Nerviosa

Es “la preocupación excesiva por las dietas de disminución de peso y la búsqueda de la figura perfecta, es decir, es la inanición de alimento” (Broadribb, 1985:473). Es lo contrario de Obesidad, para Papalia,(1997:517-518) la anorexia es “aguantar el hambre y perder unos kilos, los pierde pero sigue siendo dieta obsesionante hasta que ha perdido menos del 25% del peso original”. La mayoría son mujeres menores de 25 años, son víctimas de la obsesión de la sociedad moderna por el peso Craig,(1992:394). Esta “conducta trae por lo general alteraciones multidimensionales, causadas por factores biológicos, emocionales y familiares” (Morales y Casanueva,1995:79). “En Estados Unidos hay más de 100'000 anoréxicos (diez veces más que hace una década) de 10'000 a 15'000 morirán por problemas médicos relacionados por la falta de comida” (Craig,1992:394). Además se presenta generalmente en la primera o media etapa de la adolescencia.

3.8.2 Bulimia Nerviosa.

Para Papalia,(1997:529) la Bulimia Nerviosa “es cuando se consume comida con alto grado de calorías en una sola sentada en la mesa a menudo en secreto y luego se purga con vómitos inducidos, se hace dietas estrictas o ayunos, ejercicios y se usan laxantes”. Quienes la padecen no son delgadas pero están obsesionadas con su peso y con tener un cuerpo en forma. Presentan problemas de caries dentales, irritación gástrica, pérdida de cabello e inmadurez en las características sexuales secundarias. La mayor parte de los bulímicos son mujeres y generalmente lo sufren en la última etapa de la adolescencia (Craig,1992:395).

3.8.3. Obesidad

“Es la ingestión excesiva de alimentos y la poca actividad física” (Broadribb, 1985:470). El ser un adolescente obeso provoca en los jóvenes una importante lesión en su autoestima; puede deberse muchas de las veces a factores genéticos, sociales, culturales, psicológicos o metabólicos. La obesidad es un problema de salud asociado con desórdenes degenerativos del sistema circulatorio y aumento de enfermedades del corazón. Se da mucho durante la adolescencia debido a que en esta edad la alimentación de los jóvenes se centra en helados, pizzas o en restaurantes donde se sirven alimentos con un alto contenido calórico y bajo valor nutritivo. La adolescencia es una etapa de cambios psicosociales donde la desadaptación se puede traducir en excesos en el consumo de alimentos.