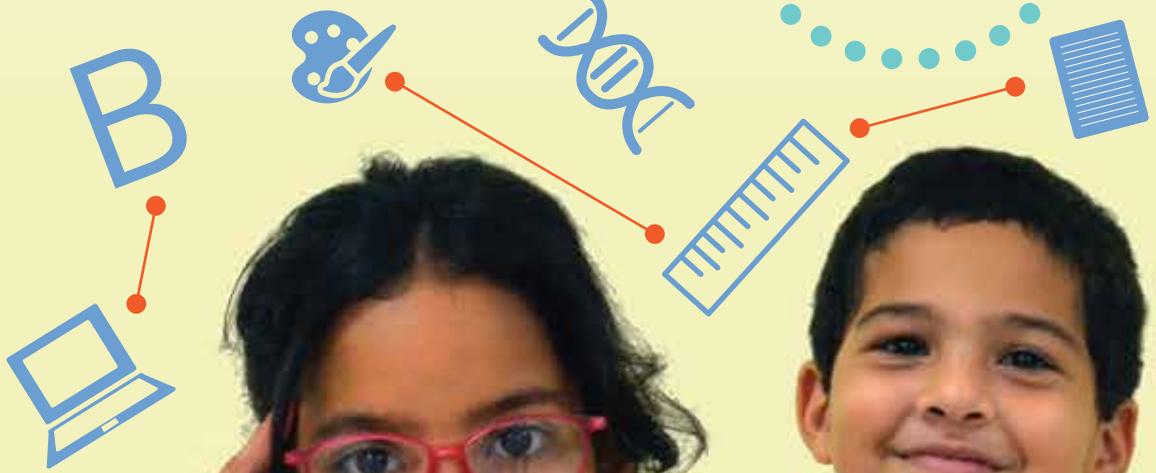


1/2



APRENDIENDO JUNTOS

Revista especializada para familias



Neurociencia,

¿conoces su importancia?

Conductas alimenticias:

¿sabes si tu hijo se alimenta bien?

Falta de sueño en los niños

2

A

Ysabel Crespo Bejarán
Editora

Frida P. de Villamil – Gisela G. de Oriach
Redacción

Carmen Bejarán
Correctora de Estilo

Paula Vivanco
Diseño y Diagramación

Amanda Rosa De León
Fotografía Portada

Alejandro Miguel Fadul López
María Alejandra Fermin Cabral
Niños Portada

Wilber Alonzo
Fernando Cabrera
Carmen Candelario
Lic. Luz Marina Cortázar
Lic. Ysabel Crespo Bejarán
Dra. Yajaira Cruz
Desirée Dumit
María-José García Butler
Hanns González
Dra. Delia Gutiérrez
Digna Stephany López Morrobel
Dra. Adriana Márquez
Dra. Laura Pou Ottenwalder
Lic. Olga Reyes
Marcos José Rosario de la Cruz
Dr. Ángel Villarini
Colaboradores

Lic. Mary Carmen Leonardo
(Asociación Leonardo Da Vinci)
Arq. Amalia Moscoso
(APADAVI)
Lic. Irenarco Ardila
Lic. Ysabel Calderón
Lic. Yolanda Collado
Lic. Carmen Rita Cordero de Castellanos
Lic. Luz Marina Cortázar
Lic. Ingrid González de Rodríguez
Dra. Delia Gutiérrez
Dra. Raquelina Luna
Lic. Rosa Taveras
Lic. Rafael Emilio Yunén

Miembros del Consejo Editorial

Amigo del Hogar
Impresión

NIDO

Mensaje de la Editora



¡Qué placer poder dirigirme a ustedes nuevamente! Y traerles temas nuevos en la tercera edición de esta, su revista, **Aprendiendo Juntos**. En esta entrega continuamos con la idea de ampliar el rango de las edades con la finalidad de abarcar a un público más diverso.

Todos sabemos lo importante que es dormir una cantidad adecuada de horas de sueño según las edades, así como también cuidar la forma en que nos alimentamos. Es por esto que hemos considerado de interés abordar temas relacionados con trastorno del sueño y de la alimentación, entre otros.

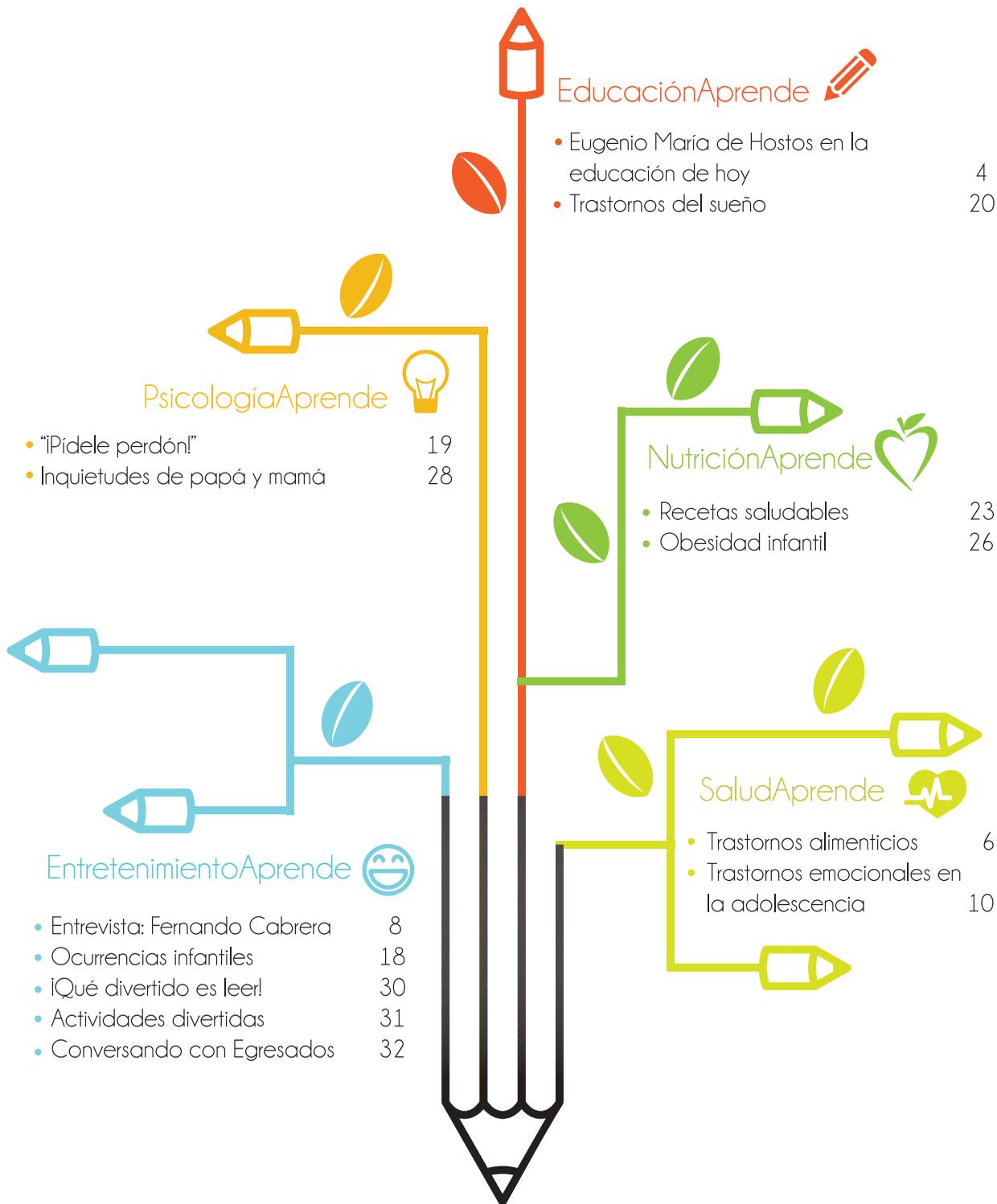
Asumir el papel de editora ha sido un gran reto el cual disfruto y me apasiona cada vez más. También me llena de satisfacción ya que mediante este arduo trabajo de equipo sé que estamos colaborando para que muchas familias, educadores, profesores reciban orientación y aprendan de manos de profesionales del área.

Como en cada edición, nuestro trabajo está respaldado por un grupo de colaboradores que desinteresadamente comparten sus conocimientos con ustedes los lectores. También, están los patrocinadores que creen en este proyecto y saben la importancia que tiene. Para todos ellos nuestra gratitud es infinita. De igual manera es importante destacar los aportes de Doña Frida y Doña Gisela quienes siempre han trabajado para mejorar e innovar en el aspecto educativo de nuestro país.

Disfrútenla y hasta la próxima edición,

Ysabel Crespo
Editora

APRENDIENDO JUNTOS



	EducaciónAprende 	
	<ul style="list-style-type: none">• Eugenio María de Hostos en la educación de hoy• Trastornos del sueño	4 20
PsicologíaAprende 		
<ul style="list-style-type: none">• "¡Pídele perdón!"• Inquietudes de papá y mamá	19 28	
	NutriciónAprende 	
	<ul style="list-style-type: none">• Recetas saludables• Obesidad infantil	23 26
	SaludAprende 	
	<ul style="list-style-type: none">• Trastornos alimenticios• Trastornos emocionales en la adolescencia	6 10
EntretenimientoAprende 		
<ul style="list-style-type: none">• Entrevista: Fernando Cabrera• Ocurrencias infantiles• ¡Qué divertido es leer!• Actividades divertidas• Conversando con Egresados	8 18 30 31 32	

Eugenio María de Hostos en la educación de hoy

Por: Dr. Angel Villarini, Ph.D.



El ser humano, nos enseñó Eugenio María de Hostos, es una parte de la naturaleza y, dentro de ella, de la sociedad; es un sistema dentro de sistemas y su vida se desenvuelve en las relaciones que sostiene en esos sistemas. Su vida es relación, es un ser de relaciones. De ellas surge; ellas lo sostienen y promueven su desarrollo. De la calidad de dichas relaciones depende la calidad de su vida. Su perfeccionamiento implica desarrollo, sostenimiento y mejoramiento continuo y armonioso de estas tres relaciones. Por eso él llama al ser humano “obrero de la vida”.

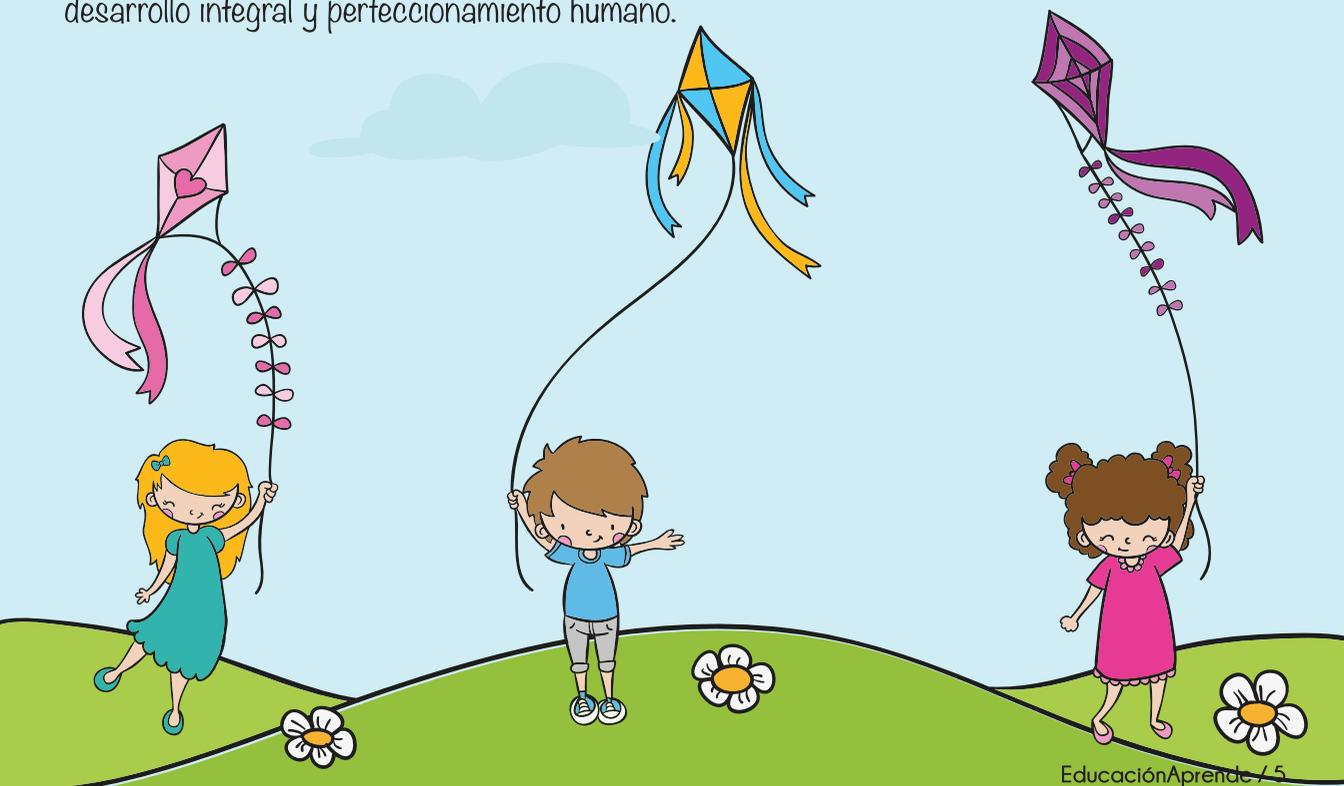
Lo que permite que sea obrero de la vida es que el ser humano es naturaleza consciente, es decir, “materia espiritualizada”. El ser humano no solo vive en relación, sino que se vive en relación; puede asumir la vida como acto de consciencia. Ser consciente significa que es capaz de pensar, sentir, desear y trabajar su vida. Puede y debe asumir frente a la misma una actitud inteligente, sensible y voluntaria que le permita entenderla y apreciarla. Su consciencia le permite al actuar distinguir entre lo bueno o malo, entre lo que mejora o empeora, enriquece o empobrece, perfecciona o degenera, sus relaciones y con ello su propia vida.



Hostos define la consciencia como aquella fuerza interior que nace de la unión del entendimiento, la sensibilidad y la voluntad, indicando con ello que es un poder para —en forma unitaria— conocer, sentir, desear y hacer. Tal fuerza puede mover, orientar, estructurar, dirigir el comportamiento humano y con ello producir transformaciones en la realidad social y natural a la luz de un ideal. La consciencia es el órgano del perfeccionamiento humano. Dice Hostos: “Para que el hombre fuera hombre, es decir, digno de realizar los fines de la vida, la naturaleza le dio consciencia de ella, capacidad de conocer su origen, sus elementos favorables y contrarios, su trascendencia y relaciones, su deber y su derecho, su libertad y su responsabilidad: capacidad de sentir y de amar lo que sintiera; capacidad de querer y realizar lo que quisiera; capacidad de perfeccionarse y de mejorar por sí mismo las condiciones de su ser y por sí mismo elevar el ideal de su existencia”.

Desde esta perspectiva la educación formal adquiere un nuevo fundamento, se convierte en la empresa de promover el aprendizaje y desarrollo de esta consciencia que nos permite ser obreros de la vida. Por eso cuando Hostos hablaba de la educación científica se refería a una educación general que contribuyera a formar seres humanos integrales e integrados a la vida, capaces de cuidar de ella. La formación de la consciencia, la concienciación, es la meta última de la educación, es decir, de todo el proceso formativo humano.

Las competencias humanas generales, que caracterizan el enfoque educativo del Instituto Leonardo Da Vinci, son formas de consciencia que buscan enriquecer las relaciones de los niños y jóvenes con la naturaleza, los otros seres humanos y consigo mismos, para fomentar su desarrollo integral y perfeccionamiento humano.





Trastornos alimenticios

Por: Dra. Laura Pou Ottenwalder, Doctora en Medicina.
Especialista en Salud Mental-Trastornos de la
Conducta Alimentaria / dralauritao@gmail.com



Durante la infancia, los niños cambian muchas veces de preferencia por la comida. Esto no nos debe preocupar. Están adaptando su paladar a nuevos sabores y formando su personalidad y gustos. Sin embargo, algunas conductas con respecto a la comida y la alimentación deben servir de alerta a los padres. Cuando un niño o niña en edad de crecimiento empieza a: perder peso de manera marcada, tener una obsesión por el tipo de comida que está ingiriendo, contar calorías, hacer ejercicios excesivos, saltar comidas, consumir alimentos de manera excesiva y compulsiva, es el momento de dirigirse a un profesional que pueda diagnosticar qué pasa con el niño.

También es importante tomar en cuenta el tipo de actividades extracurriculares que realizan los chicos. Algunos deportes y disciplinas artísticas pueden exigir un peso o cuidado de este que raya en lo patológico. La influencia de las redes sociales y los estándares dictados por la sociedad también pueden influir de manera negativa. Es también muy importante el historial familiar y cómo, principalmente las chicas, han visto a sus madres y demás mujeres de su entorno relacionarse con su cuerpo y su peso.

Veamos algunos de los principales trastornos relacionados con la alimentación:

Anorexia

Es un trastorno originado por una imagen distorsionada, lleva a quien la padece a restringir su ingesta alimentaria con el fin de perder peso. Esta situación se puede dar en niños a partir de los 11 años, aproximadamente, pero en los últimos años, se ha visto en niñas desde los 7-8 años.

Bulimia

Comprende un cuadro más complejo por su presentación, los principales signos de alerta pueden ser el desgaste del esmalte dental producido por el ácido gástrico contenido en el vomito, úlceras en los dedos (por la misma razón) y desbalances electrolíticos, específicamente por falta de potasio.

“Atracones”

Usualmente, los niños que lo padecen no tienen control en lo que ingieren. Esto se relaciona con el sobrepeso y está muy ligado al estrés y a la ansiedad que surgen por situaciones vitales en el entorno.

Es importante que los padres y tutores estén al tanto de lo que pasa en la vida de los niños y su entorno. Los cambios en las conductas alimentarias están muy relacionados con las experiencias que se viven a nivel familiar. Detectarlos a tiempo y consultar al profesional indicado podría impedir que estos causen daños a órganos vitales o al organismo en su totalidad y que se cree un problema a largo plazo.



<http://fashom.tumblr.com/>



¡Siempre lo
encuentras
todo!

B **BELLON**



Santiago

Carretera Duarte Km 3 1/2, Ponzuela
Tel.: 809-226-5555

⌚ **Lun. a Sáb.** 7:30 a.m. - 7:30 p.m.
Dom. y Feriados 9 a.m. - 1 p.m.



San Francisco de Macorís

Carretera San Francisco-Nagua km. 2 1/2
Tel.: 809-725-1555

⌚ **Lun. a Sáb.** 8:00 a.m. - 8:00 p.m.
Dom. y Feriados 9 a.m. - 1 p.m.

Av. Imbert

Av. Imbert No. 92,
Santiago, R.D.

⌚ **Lun. a Vier.** 7:30 a.m. - 7:00 p.m.
Sáb. 7:30 a.m. - 6:00 p.m.
Dom. y Feriados 9 a.m. - 1 p.m.



Santo Domingo

Autopista Duarte Km 10 1/2
esq. Santo Cerro, Santo Domingo
809-473-5555

⌚ **Lun. a Vier.** 8:00 a.m. - 6:00 p.m.
Sáb. 8:00 a.m. - 1:00 p.m.
Dom. y Feriados Cerrado

Calle España

C/España No. 26,
Santiago, R.D.

⌚ **Lun. a Sáb.** 8:00 a.m. - 6:00 p.m.
Dom. y Feriados Cerrado



La Romana

Autopista del Este. esq. Ave. Circunvalación
Multiplaza La Romana, La Romana.
809-550-4555

⌚ **Lun. a Sáb.** 8:00 a.m. - 8:00 p.m.
Dom. y Feriados 9 a.m. - 3 p.m.

Av. Bartolomé Colón

Av. Bartolomé Colón
esq. Jacinto Dumit.

⌚ **Lun. a Vier.** 8:00 a.m. - 6:00 p.m.
Sáb. 8:00 a.m. - 1:00 p.m.
Dom. y Feriados Cerrado



Fernando Cabrera

En esta edición entrevistamos al señor Cabrera. Poeta, ensayista, artista visual, compositor, profesor y papá de Fernando José y Demián Fernando, quienes cursan 6^{to} y 8^{vo} respectivamente en nuestra Institución. Es también ganador del premio Nacional de Poesía y Ensayo Literario. Nos cuenta un poco sobre los desafíos de un escritor en el siglo XXI.

¿Un escritor se hace o se nace?

Esta es una pregunta frecuente ante oficios que tienen mucho de vocación y de decisión personal. ¿Se nace con la inclinación y el talento para la escritura creativa, o se pueden enseñar las habilidades requeridas?

En ambas direcciones se han desarrollado interesantes teorías. Unas sustentan acertadamente que los seres humanos contamos con capacidades al nacer, y otras que vamos desarrollando. Primero adquirimos el lenguaje y luego vamos asimilando la cultura que nos rodea.

El aprendizaje de métodos y técnicas es obvio en las bellas artes, especialmente en la música, la danza y la pintura, que regularmente se perfeccionan mediante enseñanza titulada. En la escritura, aún cuando ya existen cursos en universidades y abundan los talleres literarios, todavía existe un amplio margen de informalidad y ambigüedad.

En gran medida, el oficio de escribir descansa, sobre aspectos de capacidades y habilidades, en una decisión y un compromiso personal. Primero acontece,



“... los seres humanos contamos con capacidades al nacer, y otras que vamos desarrollando.”

en algún momento, que la persona siente la necesidad de expresar sus pensamientos y sentimientos; luego, y ahí aparece la importancia del compromiso, esta persona decide expresar su cotidianidad con un estilo y una visión propia.

No todos sentimos la necesidad de escribir creativamente. Sin esta necesidad, cualquiera puede aprender y perfeccionar técnicas de redacción para fines comunicacionales prácticos, pero no lo hará un escritor de oficio. Igual al nivel de urgencia personal de contar historias, será el compromiso y también la calidad de la obra literaria resultante.

¿Cree usted que lo digital es competencia para ser escritor?

No, lo digital no es una competencia imprescindible para el oficio de escritor. Lo digital es simplemente un medio, como antes fueron la piedra, las tablillas de barro, la tela, las cortezas de árboles y el papel. La escritura es contenido, significado, y puede estar plasmada válidamente en cualquier medio.

La importancia del medio radica en la capacidad que éste tenga para albergar los textos y para canalizarlo al público lector. Aspectos como facilidad de uso, capacidad de almacenamiento, preservación y difusión, así como los costos asociados, determinarán el que un escritor utilice un medio u otro. Toda vez que los medios digitales, computacionales, superan en cada uno de estos aspectos a los medios tradicionales, la tendencia será a que, cada vez, sean usados con mayor frecuencia.

Lo digital, más allá de medio de difusión de la obra escrita, se convierte también en herramienta indispensable para aspectos de soporte investigativo, como inagotable fuente de información. Conviene al escritor desarrollar las habilidades técnicas necesarias para aprovechar las herramientas computacionales de búsqueda de información en los medios digitales que de hecho ya constituyen la mayor biblioteca del mundo y, sobre todo, la de más fácil acceso.

¿Desplazarán las computadoras a los libros?

Una parte importante de la producción literaria se hará exclusivamente en medios digitales. La proliferación de computadoras personales, tablas, dispositivos de lecturas, celulares, etc. hará cada vez más rentable y llamativo el mercado de los libros electrónicos. Sin embargo, así como la fotografía no ha eliminado la pintura, tampoco la televisión a la radio, tampoco el medio digital eliminará las obras impresas totalmente.

El libro impreso tiene connotaciones formales (texturas, colores, formas), características que lo convierten en sí mismo en un objeto de arte, en un objeto deseable. La sensación de leer en papel todavía escapa a los medios computacionales y digitales.

Más, al margen del romanticismo, es innegable que las nuevas generaciones de escritores deben estar abiertos y preparados para aprovechar las posibilidades ilimitadas de los multimedia electrónicos. Desde mi propia experiencia de escritor e ingeniero informático, les animo a descubrir las potencialidades de la tecnología que pueden y deben ser aprovechadas creativamente.



Trastornos emocionales en la adolescencia

Por: Lic. Luz Marina Cortázar
Psicóloga Clínica - Terapeuta Familiar y de Pareja MA.
luz.marina.cortazar@gmail.com

Somos testigos vivos de que la adolescencia es un período impredecible. No podemos negar que una vez fuimos protagonistas y ahora queremos ser jueces. Aunque hayamos salido bien librados de este proceso, hoy somos responsables del mismo a través de nuestros hijos.

Sin embargo, podemos asegurar que cualquier sistema familiar es puesto a prueba, en todo el sentido de la palabra, cada vez que uno de sus miembros pasa por esta etapa. Es que la transformación física que se produce viene acompañada de cambios bioquímicos en el organismo con consecuencias emocionales y efectos sobre el comportamiento del individuo que son impredecibles. La familia se afecta de tal modo que, con frecuencia, se presentan dificultades en las relaciones debido a una carga emocional que para los padres, a pesar de haber alcanzado la madurez, es difícil de comprender.

El trato social y familiar cambia. Además, al dejar de recibir la protección que se les dispensaba durante la niñez, se encuentran de pronto en un espacio lleno de incertidumbre y se deben enfrentar a un proceso de adaptación en el que hay mucha posibilidad de desarrollar algún tipo de trastorno psicológico o psicosocial.

Es la etapa donde se define la autonomía, la identidad y la independencia. Así que podemos decir que si hay un momento trascendental en la vida del ser humano, este es el paso de la adolescencia a la adultez.

Aunque estén preparados, las nuevas experiencias pueden convertir al adolescente en una persona muy vulnerable. La forma como las va a enfrentar y solucionar, el manejo de sus sentimientos y la construcción de la autodeterminación se prestan para que se desarrollen trastornos emocionales que pueden pasar desapercibidos para los adultos a cargo e incluso para todo su entorno.

Durante este período, se producen en los adolescentes cambios:

- físicos
- emocionales
- psicológicos
- comportamiento



Los cambios hormonales propios de la edad se reflejan en cambios repentinos de estado de ánimo sin razón aparente. Las profundas tristezas repentinas, la angustia existencial, la soledad que sienten son eventos comunes en los adolescentes que, si no se manejan adecuadamente, pueden conducir a la depresión. Los síntomas de la depresión en los adolescentes son diferentes a los de un adulto. Debemos estar atentos a sus reacciones, pues en el proceso pueden tornarse irritables o aislarse más de la cuenta, o verse envueltos en situaciones de riesgo en las cuales tomarán decisiones inadecuadas. La inestabilidad en los varones los lleva a sentirse seguros ante algunas situaciones y luego, al momento de enfrentarlas, sentir miedo al fracaso y quebrarse.

Las mujeres, por lo regular, lloran bastante. Debido a los cambios físicos, pueden desarrollar anorexia o bulimia, esto debido a que no se sienten bien con su cuerpo, y esa inconformidad está presente continuamente en sus pensamientos. Tanto los varones como las mujeres tienden a desarrollar timidez exagerada, por lo que se les dificulta relacionarse con los demás y, sobre todo, con las personas de otro sexo.



Uno de estos motivos de estrés es la carga producida por las expectativas muy altas que los adultos tienen de ellos. Los adolescentes las perciben, esto genera en ellos altos niveles de ansiedad que si no son detectados a tiempo, podrían conducir a la depresión y, en muchos casos, a pensamientos suicidas.

De allí la importancia de que los adultos tengamos en cuenta los cambios de actitud y el comportamiento de nuestros adolescentes. De ser necesario, debemos considerar seriamente el buscar ayuda profesional, con el objetivo de que puedan lograr el equilibrio y transitar la etapa de la adolescencia con recursos emocionales sanos para llegar a la adultez.

Es verdad que vivir con adolescentes puede provocar mucho estrés. Por lo general, tienden a ignorar las reglas y por tal razón, continuamente debemos buscar el equilibrio entre sus necesidades y las de los que compartimos con ellos, padres, familiares y maestros.

Un programa de prevención por excelencia es el trabajo a nivel familiar de Conciencia activa Mindfulness. El mismo está diseñado de forma personalizada de acuerdo a las necesidades de cada familia, de cada adolescente. Mediante él se aprende a manejar muchas de las situaciones antes expuestas con el objetivo de lograr equilibrio. Ofrece ejercicios cortos para realizarlos en familia, proporciona herramientas para mitigar los factores que generan ansiedad en los adolescentes y sus familias, los cuales han ido en aumento en la última década. Todas estas actividades benefician la integración familiar.



Es cada vez más notorio el que los niños y adolescentes estén sometidos a un gran estrés. Esto les genera ansiedad, les impide conseguir un sano crecimiento y puede ser el motivo para que se desarrollen fobias ante algunas situaciones.



Diseños de bella estética para seguridad residencial

PUERTAS: ACERO • GALVALUME • GRILL • SOLIDAS • PERFORADAS • SOLIDO PRE-PINTADO

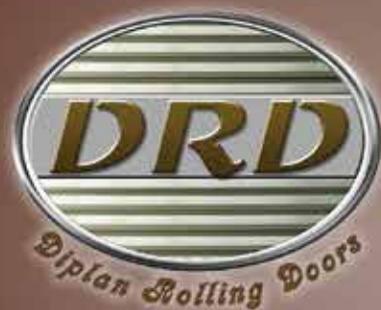


E-mail: diplanrollingdoors@hotmail.com

diplanrollingdoors.com

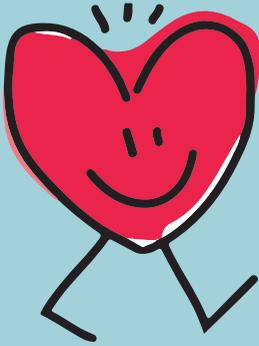
Calle Emilio Prud-Homme No.60, Bella Vista, Santiago

Tel.: 809-247-0101

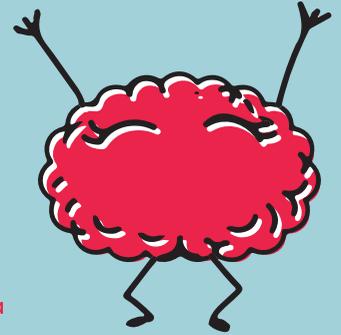




Neurociencia



infantil



Por: Dra. Adriana Márquez
Orientadora - Psicóloga - Neuropsicóloga
adrianamarquez@gmail.com

En esta oportunidad pretendemos reflexionar sobre una necesidad primaria de todos los seres humanos y que la sociedad de consumo ha intentado negar sustituyéndola por placeres materiales. Se trata del amor y su base neurobiológica presentado por la neurociencia.

Iniciemos con dos historias de contextos socioeconómicos diferentes, pero que tienen un mismo elemento en común: un ser humano.

Eduardito

Niño de cinco años, vivía en un barrio marginado. Era el segundo de cuatro hermanos de padres diferentes, su madre trabajaba de doméstica en casas de familia, era poco afectiva con sus hijos, distante y no hacía contacto físico. El padrastro de Eduardito lo maltrataba porque era un niño sumamente inquieto, "malcriado", violento, y lo que se dice comúnmente: hiperactivo. Me lo llevaron a la escuela, era precioso, con su carita marcada de las travesuras, y peleas. El método utilizado para integrarlo fue ser mi asistente. Santo remedio. Eduardito, llegaba de primero con su sillita y era el último en quererse ir. La relación de afecto lo tranquilizó. Se mudaron del sector. Aproximadamente, a los veinte años Eduardito murió acuchillado en un pleito callejero.

Juan

Joven de clase media alta, materialmente tiene todo lo que desea y no le falta nada para cubrir sus necesidades básicas y comodidades. Es el último de tres hermanos. A Juan le gusta el deporte y la música. Está estudiando en la universidad, pero apenas asiste. Lo conocí en un centro de rehabilitación contra las adicciones, por abuso de sustancias.

Es la tercera vez que se interna. En esta ocasión intentó contra su vida. Su padre lo ha acompañado en el proceso, aunque con ciertas quejas y protestas, su madre está en un viaje de placer, con frecuencia se encuentra ausente.

Estas historias se repiten permanentemente, por lo que nos pueden parecer normales, no importa la condición económica. Existe un mismo factor común: el contexto social y familiar. ¿Qué pasa en el cerebro de algunos humanos que se convierten en los chivos expiatorios del sistema familiar, en el síntoma de la infuncionalidad de la familia?

Cuando nacemos venimos con todos los circuitos listos para encender una gran planta de energía vital. El cerebro. Millones de neuronas iniciarán el gran desafío de conectarse y crear aprendizaje. El estímulo del ambiente será su detonante y el primero es el contacto con la madre a través del proceso de amamantar. Momento fundamental porque entra el neurotransmisor de oxitocina, sustancia esencial para garantizar un nivel futuro de seguridad y bienestar de todos los humanos. Sentirse amado y protegido.

De acuerdo a la neurociencia todas las funciones de nuestro cerebro se activan a través de redes estimuladas por sustancias que mueven las funciones para el comportamiento. Neurotransmisores como la serotonina, dopamina, endorfinas, noradrenalina, entre muchas más, son las responsables de nuestras respuestas al medio. Pero ¿qué provoca que se inicie el intercambio? Posiblemente el sistema emocional, los sentidos, percepción. Nuestro cerebro primitivo. Todo pasa por ahí desde que nacemos. Al punto de que los circuitos del juicio se inician en la adolescencia después de los quince años.



Siendo así, podemos identificar en la teoría del apego de Jonh Bowlby que el **afecto** es una necesidad **primaria**, no secundaria. Se llaman primaria las que son fundamentales para existir, como el hambre y la sed, si no respondemos a ellas podemos perecer. Muchos trastornos en los humanos se generan en esos primeros años de vida. El no recibir afecto hasta nos puede hacer enloquecer. Este afecto se traduce en protección y cuidado. Somos completamente indefensos al nacer, podemos morir si se nos abandona. Cuestión que no pasa en los demás animales.





El **amor** es la base del desarrollo humano. Sin **amor**, afecto, nos sentimos solos, **desprotegidos**, nace la **angustia**, la **desesperación**, **violencia**, **enloquecemos**. No es romanticismos. Para Erick Fromm, en el Arte de Amar, es una actitud y debemos aprenderlo como se aprende un arte; con disciplina, dedicación, cuidado, concentración, atención, conocimiento, paciencia.

En sentido del desarrollo del aprendizaje en la escuela, queda bien claro que el niño aprenderá desde su relación afectiva con el maestro. De hecho, lo que recordamos es el trato con ese docente, bueno o malo. Luego, los contenidos no son relevantes si no se ha creado una relación que active los circuitos de motivación y atención a nivel neuronal.

Finalmente, nos surgen las siguientes preguntas sobre las que sería bueno meditar: ¿qué sería de los humanos sin la familia?, primera fuente de apego y redes neuronales. ¿Qué pasaría a un humano al que solo se le suministre alimento? ¿Cómo funciona el cerebro en un ambiente cargado de violencia y estrés? ¿qué genera cortisol en sangre? hormona que nos mantiene alertas, pero que si se mantiene permanentemente por muchos años, nos acida la sangre, elemento inicial del cáncer ¿Cómo podemos aprender a amar?

**USTED
ESTÁ
AQUÍ**



COOPVINCI

DE LA MANO
CON TUS
Sueños



809-582-6003



El Café, modulo 207,
Calle Eusebio Manzueta esq. Ramón Dubert,
Jardines Metropolitanos Santiago, Rep. Dom.



@theflowerboxrd



Envíos:
Santo Domingo / Santiago
Moca / La Vega / Bonao

Telf: 829.659.3088 / 849.201.8712



DRA. DESIRÉE HIERONIMUS
ANTIAGING CENTER



**CENTRO DE MEDICINA ESTÉTICA
ANTIENVEJECIMIENTO Y NUTRICIÓN**

C/ República del Líbano # 7
2do nivel, Jardines Metropolitanos, Stgo.

*PRP para Rejuvenecimiento facial
Prevención Calvicie Tratamientos acné
Reducción de Medida Pronokal
Depilación Láser Restauración de la piel*

 (809) 276-1649

  @dhdantiaging



Ocurrencias Infantiles

1. ¿Es mejor estar soltero o casado? ¿Por qué?
2. ¿Qué crees que hacen tu papá y tu mamá para que su matrimonio funcione?
3. ¿Cómo crees que un extraño puede saber que dos personas están casadas?
4. ¿Para ti, cómo es una familia "chula"?

ISABELLA (9 años)

1. Casado, porque cuando se está soltero se está muy solitario y no se tiene compañía.
2. No pelean, aceptan las ideas diferentes que tiene cada uno para evitar cualquier conflicto.
3. Por las redes sociales pueden buscar para ver si tienen fotos juntos.
4. Que sea alegre, que todos sean buenas personas y que hablen sin ofenderse.

NICOLÁS (10 años)

1. Casado, porque así no tienes que mantenerte solo y puedes hacer una familia.
2. Intentan no pelear y tratarse bien.
3. Viéndole la mano, si tienen el anillo en el dedo correspondiente donde se pone el anillo de casados.
4. Donde no hay peleas y se apoyan entre todos.

MIGUEL ÁNGEL (11 años)

1. Casado, porque si uno está casado tiene con quien hacer cosas juntos y disfrutar la familia.

AMILKA (11 años)

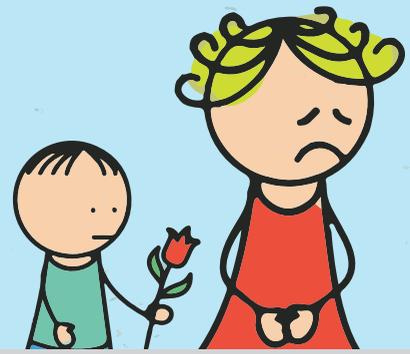
1. Casado, porque puedo tener hijos.
2. Estar tranquilos y cuando se enojan lo solucionan hablando y respirando profundo.
3. Si los ven juntos y andan con sus hijos.
4. Cuando están todos bien, felices y unidos.

2. Ambos contribuyen en la casa, los dos trabajan y además se llevan bien juntos.
3. Viendo si andan agarrados de las manos y con sus hijos.
4. Jugar y compartir en familia.



“¡Pídele perdón!”

Por: Lic. Ysabel Crespo Bejarán
Licenciada en Educación Inicial / ysabel.crespo@gmail.com



Muchas veces he escuchado la frase de “pídele perdón” dirigida a un niño luego de que, sin importar la edad, haya cometido una falta, ya sea que haya hecho sentir mal a otro niño o a un adulto, o que simplemente haya tenido algún comportamiento inapropiado. Cuando se le ordena a un niño que pida perdón, ¿sabe él realmente lo que significa?

Si el niño no ha alcanzado la etapa de madurez emocional necesaria junto con el desarrollo cognitivo correspondiente, no entenderá lo que es sentir remordimiento para entonces pedir perdón. Es decir, aún no está preparado para razonarlo. Lo mismo pasa cuando se le exige que junto con pedir perdón, dé un abrazo.

Cuando un adulto le impone al niño el pedir perdón por lo que sea que haya cometido,

lo único que hace es complacer al adulto envuelto en la situación, pero esto no tiene ningún sentido o significado para los niños puesto que aún no han desarrollado la capacidad para entender lo que verdaderamente significa pedir perdón.

Lo anterior no significa que se pase por alto la falta cometida, pero para llamar su atención les sugiero usar frases que relacionen las emociones, pues desde muy chiquitos ellos van aprendiendo lo que es estar triste, enojado, feliz. Frases como: **“mira qué triste está tu compañero de clases por lo que le hiciste”, “lo que le dijiste a María hizo que ella se enojara, ¿qué crees que podemos hacer para que se sienta mejor?”**



Si el niño por iniciativa propia quiere darle un abrazo, entonces le da el abrazo. Darles ese tipo de participación, en vez de imponerles el “pídele perdón” les permitirá entender mejor la situación creada.



Trastorno del Sueño en la infancia

Por: Lic. Olga Reyes
Psicóloga Clínica, educativa y familiar
olgareyesrodriguez@hotmail.com



Para abordar los problemas del sueño en niños es necesario analizar y cuestionarse sobre los siguientes aspectos:

motivo, objetivo y medio.

¿Se ha preguntado usted cuál es el motivo por el cual su hijo o hija no puede dormir adecuadamente?, ¿qué busca o quiere al encontrar el motivo?, ¿qué voy o quiero lograr?, ¿cuáles métodos o combinación de estos son los que realmente funcionarán o prometen, con las mínimas desventajas, la solución?

Si comienza usted a reflexionar exactamente sobre los motivos de un posible tratamiento, muchas veces puede encontrar que esta explicación también tiene repercusiones sobre la segunda y tercera interrogantes que planteo al inicio de este texto.

Ahora bien, quien emprenda alguna medida por precaución ante un posible riesgo de accidente tiene propósitos totalmente distintos y procedería de forma diferente al que quiera actuar en contra del sonambulismo, debido al trastorno del descanso nocturno que causa. Es de suma importancia aclarar de antemano el motivo del tratamiento que corresponde al problema del sueño y conocer, considerar la visión del niño afectado.

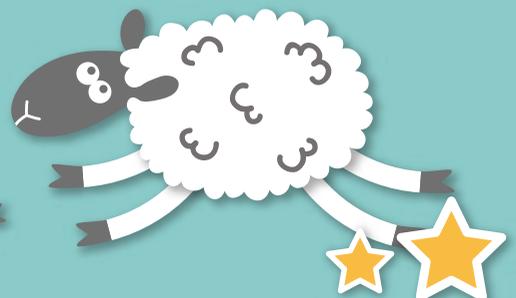
Ahora les presento posibles aspectos terapéuticos que se podrían plantear los padres o tutores del niño que enfrenta episodios relacionados con sonambulismo

1 ¿Tiene claro lo que le puede estar ocasionando el trastorno del sueño a su hijo?

2 De asistir a un terapeuta, es necesario que los padres dispongan de una hipótesis de lo que consideran podría estar provocando el temor.

3 Verificar que en el entorno escolar el niño no esté recibiendo presión por parte de un compañero o se enfrente a una asignatura que no domine.

4 Analizar si el niño se está desarrollando dentro de un buen clima familiar. La relación sana tanto intra como interpersonal nace en el seno de la familia. ¿Existe una organización adecuada de los requerimientos del sueño? (espacio, reducción de los ruidos, adaptación al clima)



Es necesario que el sistema escolar esté interesado en el asesoramiento a los padres y realice recomendaciones sencillas que puedan aportar soluciones. En estos casos, las entrevistas con los padres son vitales por lo que deben adquirir una posición preferente en el tratamiento de los posibles trastornos del sueño en la infancia. Es necesario que los padres tengan consciencia sobre el grado de importancia que tiene el sueño en la vida de los niños. En cualquier tratamiento de los trastornos del sueño en niños, una conversación con sus padres deberá ser el componente principal.



A la hora de acostarse, los recursos para apaciguarle el miedo al niño pueden consistir en:

- Dejar la puerta abierta de la habitación del niño.
- Encender una luz baja.
- Dejarle junto a la cama su peluche o muñeca preferido.
- Comprar un objeto especial, asignarlo específicamente para la hora de dormir y ponerle un nombre. (Los padres deberán colocar el objeto de uso ya citado donde el niño no lo alcance, con el propósito de usarlo sólo a la hora del ritual de sueño)
- Leerle un cuento o fábula que se relacione con dormir.
- Darle un baño caliente, seguido de masajes con esencias de lavanda.



Los rituales de acostarse no deben realizarse de prisa ni como un cumplido. Lo importante es que con la ayuda de los padres puedan crear una clara diferencia entre el día y la noche. Debe de realizarse con regularidad y con una duración de no más de media hora. Los padres que no ponen en práctica este ritual de acostarse, afecta la higiene de sueño, y en estos casos es donde puede entrar el tema del trastorno.

La alimentación es otro elemento que se debe tomar en cuenta con relación al sueño. Una cena pesada dificulta conciliarlo, por tanto, se recomienda comer ligero antes de ir a la cama. Es conveniente no darle al niño alimentos y bebidas con cafeína.

Cuidar la siesta, y controlar que ésta no sea muy prolongada.

Por último, conviene tomar en cuenta los siguientes puntos:

- Buscar apoyo psicológico independientemente del origen del trastorno, ya que éste desequilibra todo el sistema.
- Introducir prácticas de relajación, dirigidas principalmente a reducir miedos, desarrollar el autocontrol y la autonomía.
- En cuanto al uso de fármacos, es necesario administrarlos de acuerdo a la prescripción médica, solo por el tiempo indicado. Los padres deben ser los únicos responsables de administrar los medicamentos al niño.

5 Virtudes que Incrementan Felicidad en los Jóvenes

En un mundo de ritmo rápido, acelerado y en constante cambio como el que viven nuestros jóvenes en la actualidad, hay varias cosas que se pierden o tal vez sean ellos mismos los que se extravían. Se considera que la Generación Z (nacidos desde 1994 hasta el presente) y los Millennials, probablemente sean la población juvenil más desafiante y difícil de entender.

Los números cuentan la historia ... He sido bendecido por haber recorrido más de 3.000.000 millas y haber trabajado con más de 300.000 jóvenes en 30 países en los últimos 30 años. En mis evaluaciones y observaciones profesionales, al medir el éxito con la juventud, he llegado a la conclusión de que un punto común entre la gente joven es su búsqueda de la felicidad. Hasta el día de hoy mis experiencias me han llevado a comprender que hay cinco virtudes claves en las que los jóvenes necesitan trabajar para obtener un mayor nivel de felicidad. En mi investigación, cuidadosamente he reunido suficiente evidencia empírica para llegar a las siguientes:

DAR: Esto ha sido probado por los investigadores en varios experimentos. Usted puede visitar las charlas de TED sobre este tema. El acto de dar cambia inmediatamente su fisiología, especialmente cuando le da a alguien que está claramente en necesidad. El acto desinteresado de dar sin ninguna expectativa de recibir saca una energía emocional que llena con un sentido de propósito y logro. El Dalai Lama señala que la propia felicidad depende de la felicidad de los demás. En su libro "Ética para el nuevo milenio", el Dalai Lama observa que la felicidad no proviene de las cosas materiales, sino de una preocupación profunda y genuina por la felicidad de los demás.

GRATITUD: No puede tener simultáneamente emociones como el miedo, los celos y el odio, al mismo tiempo que está agradecido. Si se siente estresado, ansioso, o generalmente con el ánimo abajo (sentimientos muy comunes de los Millennials), el camino más rápido de regreso a la felicidad es un enfoque profundo en la gratitud.

COMPAÑÍA: Rodéese de gente feliz. Comprenda que con quién anda tiene más influencia en usted de lo que piensa. Sea selectivo en el proceso de elegir amigos, conocidos y socios. Aquellos en su red deben agregar valor a su felicidad tanto como cómo usted agrega valor a la de ellos.

Crea que es FELIZ: Actúe proactivamente feliz y pronto no estará fingiendo. Actúe su rol, prevea, cree y conviértase en eso.

Sea un VENCEDOR Feliz: Muy a menudo, los jóvenes se sienten con derecho. El derecho a un mal sentimiento de victimización. Cuanto más rápido cambie el interruptor de víctima al de vencedor, más rápido descubrirá su victoria.

La práctica regular de estas virtudes lo conducirán a un ser más equilibrado.

Por Juan P. Casimiro. <jcasimiro@biznovator.com>

¿QUIERES EMPODERAR TU HIJO?



BIZNOVATOR CAMP

9 - 22 Julio 2017

(16 a 21 años)

@ Florida International University (FIU)
Miami, Florida

31 Julio al 4 Agosto 2017

(13 a 16 años)

7 - 11 de Agosto 2017

(17 a 20 años)

@ Centro Cultural Dominicano Americano
Santiago, Rep. Dom.

Peter Marte Pantaleón
1-809-881-4303
pmarte@biznovator.com

Juan P. Casimiro
1-786-385-5285
jcasimiro@biznovator.com

www.biznovator.com



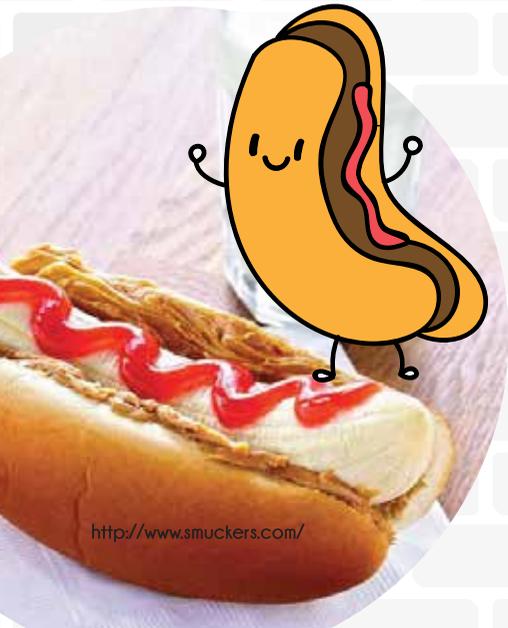
¡A COMER SALUDABLE!

Por: Desirée Dumit

Hot Dog de Guineo

- Pan de hot dog
- Guineo
- Mermeladas
- Mantequilla de maní

Se trata de poner en un pan, mantequilla de maní y por encima el guineo. Ponemos un poco de mermelada de fresa. Tendrá un aspecto parecido a un perrito caliente con mostaza y ketchup.



<http://www.smuckers.com/>

Brocheta de Fruta

- Frutas
- Crema de avellanas

Con trozos de guineo, kiwi, fresas, uvas, manzanas para mojar en chocolate fundido o crema de avellanas.



<http://carlsbadcravings.com/>



Batida de Fruta

- Yogurt sin grasa
- Fresas
- Guineo

Licuar todo con un poquito de vainilla y espolvorear chocolate en polvo



<http://www.whatmegansmaking.com/>

Dip de Queso

- 1/2 libra de queso crema
- 1/2 barra de "cream cheese"
- Pimientos morrones o de lata
- Sal al gusto

Licuar los ingredientes y rectificar con sal.

Exquisito con galletas, casabe o pan.



<http://www.rd.com/>



www.pinterest.com

Por: Paula de Gómez

Cuadritos de yogurt y frutas congelados

- Frutas variadas
- Yogurt
- Molde de hielo

Cortar la fruta en pequeños pedazos. Vaciar el yogurt y la fruta en diferentes moldes y congelar por 3 horas.

Pizza en pan baguette

- Pan Baguette
- Salsa de tomate
- Queso rallado
- Ingrediente adicional favorito

Cortar el baguette por mitad. Untar la salsa de tomate, poner el queso y los diferentes ingredientes sobre el pan. Hornear por 25 minutos hasta que derrita el queso.



www.pinterest.com



www.pinterest.com

Bocaditos de Calabacín

- 2 Calabacines medianos
- 1 huevo
- 1/2 taza de queso rallado

Rallar los calabacines. Mezclar los ingredientes y formar bolitas. Hornear a 180 C. de 16 a 18 minutos. Servir con salsa al gusto



Siempre cerca de tí

Nuestra experiencia y eficiencia en el servicio, nos ha colocado como una de las empresas distribuidoras de combustibles de mayor auge en el país.

The logo for Metrogas Flash features a stylized green and orange wave above the word "metrogas" in a bold, lowercase, sans-serif font. Below "metrogas" is the word "Flash" in a smaller, orange, sans-serif font.

Autopista Duarte Km. 12.5, Santiago, Rep. Dom.
Tel.: 809 226 0202 • Fax.: 809 276 3232
www.metrogas.com.do





Obesidad Infantil

Por: Dra. Yajaira Cruz
Pediatra - Nutrióloga Clínica - Nutrición Infantil
drayajairacruz@gmail.com



Hace algunos años, el estar gordito o pasado de peso era sinónimo de gozar de buena salud y, ¿por qué no?, de buen estatus económico. Es decir, la gordura no era reconocida como una enfermedad. La realidad es que hoy, el sobrepeso y la obesidad infantil se han convertido en un verdadero problema de salud.

En los últimos años, se ha evidenciado en la población infantil y juvenil la adopción de unos hábitos alimentarios nocivos y de un estilo de vida sedentario. Esto ha traído como consecuencia una alta prevalencia de obesidad, lo que conlleva un mayor riesgo de enfermarse prematuramente y causa de muerte en la edad adulta.

La **obesidad** se define como una **acumulación** anormal o **excesiva** de **grasa** lo cual supone un riesgo para la salud. Se considera como una enfermedad crónica de origen multifactorial en la cual intervienen factores genéticos y ambientales.



¿Por qué los niños y adolescentes se vuelven obesos?

La causa fundamental del sobrepeso y la obesidad infantil es el desequilibrio entre la ingesta calórica (ingesta de comida) y el gasto calórico (gasto de energía).

Factores que contribuyen al sobrepeso y la obesidad:

- El aumento de la ingesta de alimentos hipercalóricos con abundantes grasas y azúcares, pero con escasas vitaminas, minerales y otros micronutrientes saludables.
- Disminución de la ingesta de frutas y verduras.
- La tendencia a la disminución de la actividad física debido al incremento de actividades recreativas de naturaleza sedentaria, el cambio de los modos de transporte y la creciente urbanización.
- La costumbre de comer frente al televisor.
- El pasar más tiempo delante del televisor, en detrimento de los "juegos tradicionales" al aire libre.
- El dedicar menos tiempo de sueño, por debajo de las 9 horas diarias recomendadas a los escolares.

Recomendaciones generales

1

Aumentar el consumo de frutas y verduras, legumbres, cereales integrales y frutos secos.



2

Reducir la ingesta total de grasas e incrementar el uso de la grasa buena como la del aceite de oliva.



3

Reducir la ingesta de azúcares.



4

Mantener la actividad física: un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada o vigorosa que sea adecuada para la fase de desarrollo y conste de actividades diversas.



5

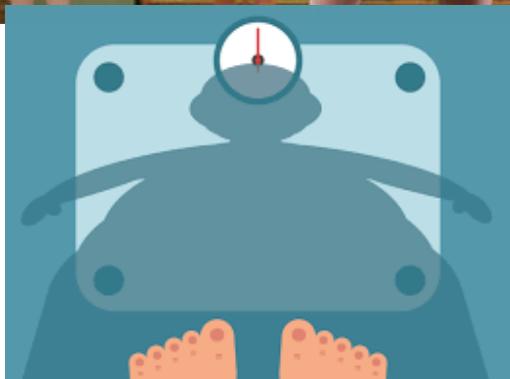
Aplicar programas integrales que promuevan la actividad física y reduzcan los comportamientos sedentarios en niños y adolescentes.



Papel de la escuela frente al sobrepeso y obesidad:



<http://www.newkidscenter.com/Causes-of-Childhood-Obesity.html>



- Fomentar conductas saludables y crear condiciones propicias para la salud; ofrecer programas alimentarios escolares que incrementen la disponibilidad de alimentos saludables.

- Venta de alimentos saludables, como agua, leche, frutas y verduras, sándwiches y refrigerios con bajo contenido de azúcares y grasas.

- Garantizar que los alimentos servidos en las escuelas cumplan con los requisitos nutricionales mínimos.

- Usar los jardines de la escuela como recurso para concienciar a los alumnos sobre el origen de los alimentos.

- Implementar programas de actividad física.

- Fomentar la participación de los padres.



Inquietudes de papá y mamá

Por: Dra. Delia Gutiérrez
Doctora en Psicopedagogía - Educadora -
Concentración en Orientación / tallerdejuegos@hotmail.com



1. ¿El Síndrome Déficit de Atención es un trastorno real?

Sí. El Síndrome Déficit de Atención/Hiperactividad, THDA, está considerado como un Trastorno del Neurodesarrollo (DSM-5, Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales).

Se define por niveles problemáticos de inatención, desorganización, hiperactividad e impulsividad.

1

Desorganización

Se expresa normalmente en la incapacidad para seguir tareas, completar copias o asignaciones, pareciera que no escuchan, con frecuencia pierden materiales.

2

Hiperactividad

Implica actividad excesiva, movimientos nerviosos, dificultad para permanecer sentado realizando la misma tarea por períodos prolongados de tiempo, locuacidad excesiva y necesidad de estar haciendo algo permanentemente.

3

Impulsividad

Se refiere a acciones apresuradas, sin reflexión, intromisión en las actividades de otras personas, dificultad para esperar turnos, deseo de recompensas y satisfacción inmediata de sus necesidades.



2. ¿Cuáles son las causas que llevan a padecerlo?

Podríamos clasificarla en tres grandes grupos:

•**Temperamentales:** rasgos innatos de personalidad, como por ejemplo, tendencias a la extroversión, pobres controles internos, búsqueda permanente de novedad.

•**Ambientales:** exposición a neurotóxicos (plomo, por ejemplo), infecciones (encefalitis), antecedentes de maltrato infantil y negligencia familiar, madres fumadoras y/o alcoholismo durante el embarazo.

•**Genéticos y fisiológicos:** antecedentes del síndrome en familiares biológicos de 1er grado, discapacidades visuales y auditivas, trastornos del sueño, anomalías metabólicas, entre otras.

3. *¿Cómo se trata?*

Los niños/as con desórdenes del Déficit de Atención/Hiperactividad, requieren un manejo interdisciplinario:

Acciones terapéuticas:

- Una evaluación neuropsicológica, clínica y psicopedagógica que determine la presencia del Déficit, su tipo y su gravedad (leve, moderada, grave).
- Programas para la modificación de la conducta.
- Programas de Intervención Psicopedagógica con el objeto de enriquecer sus destrezas cognitivas y académicas y a la par establecer las directrices pedagógicas para su manejo en la escuela.
- Apoyo profesional a la familia sobre las acciones, estrategias y estilo de disciplina y comunicación requerido para su acompañamiento en el hogar.

Acciones educativas:

- Elección de estructuras educativas inclusivas, habilitadas para el manejo de las necesidades específicas de cada alumno; con métodos de enseñanza-aprendizaje participativos, interactivos y novedosos; con una planta física amplia y espaciosa, cuidada y segura.
- Presencia permanente de un adulto que guíe y acompañe al niño/a, capaz de crear un clima de seguridad y respeto a sus características y necesidades personales.
- Uso de las técnicas psicocorporales y de la medicina natural en coordinación con los programas terapéuticos implementados.
- Manejo permanente de los programas de Disciplina Positiva y sus programas de refuerzos y gratificaciones.
- Vigilancia y supervisión permanente, discreta y adecuada.
- Tratamientos farmacológicos examinados cuidadosamente por un médico neurólogo o psiquiatra.

4. *¿Qué pueden hacer los padres y familiares por su hijo/a con este síndrome?*

1. Mantener buenas condiciones de salud y energía física: alimentación sana y balanceada, sueño relajado y apacible y ejercicio físico diario.
2. Establecer espacios de juego y comunicación entre los miembros de la familia y tiempos individualizados de juego y recreación con papá y mamá.
3. Fortalecer el desarrollo de las habilidades psicosociales a través de asignaciones de deberes y responsabilidades en el hogar.

4. Uso regular de las técnicas y actividades de relajación tónico-emocional; música clásica, masajes, baños de agua, juegos al aire libre.
5. Actividades deportivas y artísticas conforme sus gustos e intereses.
6. Encuentros cada cierto tiempo con los adultos, maestros y tutores, choferes, etc., para recibir las informaciones pertinentes de su conducta y adaptación.
7. Valorización permanente de sus fortalezas y un firme mensaje, explícito e implícito, de que **él** es importante y valioso para ti.



¡COLECCIONALAS!

APRENDIENDO JUNTOS

Si tienes algo que decirnos, alguna inquietud, quieres participar como colaborador o patrocinador en **Aprendiendo Juntos** envíanos un correo a info@aprendiendojuntos.do



Actividades Divertidas

Sopa de LETRAS



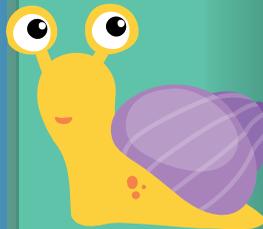
T	N	O	L	C	C	C	V	A	S	E	E	A
R	A	E	D	U	C	A	C	I	O	N	N	E
A	L	C	U	A	E	T	C	C	U	A	B	D
S	I	A	A	R	A	L	O	N	T	T	A	O
T	M	E	S	N	O	S	O	E	L	D	T	E
O	E	E	I	R	C	C	N	C	I	N	I	I
R	N	I	V	E	I	C	I	S	F	C	M	C
N	T	O	S	B	I	M	E	E	C	R	N	H
O	I	A	A	O	A	B	R	L	N	I	C	Q
S	C	U	N	E	O	N	S	O	O	C	E	E
L	I	T	N	A	F	N	I	D	D	D	I	R
B	O	A	A	N	O	I	C	A	N	N	S	A
O	S	E	M	O	C	I	O	N	A	L	E	S

NEUROCIENCIA
 TRASTORNOS
 ALIMENTICIOS
 EMOCIONALES
 OBESIDAD
 EDUCACION
 DORMIR
 ADOLESCENCIA
 INFANTIL
 ATENCION



Traba tu lengua con un
trabalenguas
www.chiquipedia.com

Quando cuentas
 cuentos,
 cuenta cuantos cuen-
 tos cuentas,
 porque si no cuentas
 cuantos cuentos
 cuentas
 nunca sabrás cuantos
 cuentos cuentas tú



Si el caracol tuviera
 cara como tiene el
 caracol,
 fuera cara, fuera col,
 fuera caracol con cara.

Toto toma té, Tita
 toma mate,
 y yo me tomo toda
 mi taza de
 chocolate.





Conversando con Egresados



1. *¿Qué estás haciendo actualmente?*
2. *¿Tu vida escolar dejó alguna huella en tu persona que nos quieras contar?*
3. *¿Cómo describirías al Da Vinci desde tu punto de vista de egresado?*

María-José García Butler

Edad: 27 años

Año de graduación: 2008

1. Actualmente trabajo en mi propia marca, **Emejota**, donde la protagonista es una coqueta muñeca llamada Eme. Dentro de la colección de Emes by Emejota encontrarás covers para celulares, llaveros, cuadros, agendas, libretas, calendarios y más, ideales para un detalle personalizado. Tenemos una tienda virtual a través de Instagram: **@emejotadesigns**

2. Claro! En el colegio fui poco a poco descubriendo ese lado artístico que es hoy en día mi fuerte. Gracias a eso tengo hoy mi marca y me dedico a lo que realmente me gusta.

3. El Da Vinci me dio de todo un poco, creo que es un colegio que te ayudará a caminar hacia lo que realmente quieres y eres bueno, enseñándote con valores que todo lo que te propongas lo podrás lograr.



1. Actualmente funjo como gerente administrativo senior de **Siderick Group**, una empresa familiar de calzados con presencia a nivel mundial, con sede en Santiago de los Caballeros, Rep. Dom., y también como miembro de la mesa directiva de la misma.

2. Desde luego que sí. En mis años inolvidables en el Da Vinci pude aprender infinitas cosas desde la disciplina de trabajo y responsabilidad, hasta el compañerismo y la hermandad que se puede llegar a vivir entre seres humanos.

3. Una increíble institución educativa que sabe acompañar a cada estudiante de manera individual en su proceso de desarrollo y crecimiento, además de poseer un tremendo currículum académico y gran personal de trabajo.

Wilber Josué Alonzo Fernández

Edad: 24 años

Año de graduación: 2010



Digna Stephanny López Morrobel

Edad: 25 años

Año graduación: 2009

1. Encargada de la producción y decoración en la **Pastelería Familiar "Eugenia Morrobel"**. Profesora de Pastelería y Licenciada en Mercadeo

2. Mi vida escolar ha sido uno de los fundamentos principales para mi crecimiento personal y profesional. Algo que me marcó fue la calidad profesional y humana de los profesores. Sus enseñanzas y la entrega, pues no solo se preocupaban por mis notas, sino de que realmente aprendiera y fuera una persona enseñable, lo que me capacitó en muchas áreas a la hora de salir al mundo a desempeñarme.

3. El Da Vinci es la mejor familia para proporcionar los conocimientos y la formación necesaria para el desempeño del individuo como un futuro profesional capaz de enfrentar los retos de la vida y de aportar a nuestro entorno con excelencia.



1. Actualmente soy dueño de mi propia empresa con un socio, nos dedicamos a la construcción, somos ingenieros contratistas y yo soy ingeniero civil de profesión.

2. El Da Vinci me dejó grandes amigos, aparte de la educación que no tengo forma de cómo agradecerles a todos esos profesores, a toda la dedicación de ellos con nosotros, de querer sacar lo mejor de cada uno de nosotros. Creo que el Da Vinci tiene ese fuerte, hace que los estudiantes les guste ir al colegio, y además sales tan preparado que cuando tú mismo te comparas con tus compañeros en la universidad y en tu vida profesional entiendes que la base y la fundación, que viene siendo este colegio, fue bien hecha, fue bien construida.

3. Yo describiría al Da Vinci como el colegio en el que yo quisiera que mis hijas estén. Lamentablemente ahora vivo en Santo Domingo por asuntos laborales, pero si yo tuviera que poner a mis hijas en un colegio, no dudaría en ponerlas en el Da Vinci porque personalmente creo que es uno de los mejores colegios que tiene Santiago por lo que viví ahí y los recuerdos que tengo de él, las enseñanzas que todavía aplico en mi vida.

Marcos José Rosario de la Cruz

Edad: 29 años

Año de graduación: 2005

EntretenimientoAprende / 33



Hanns González

Edad: 22 años

Año de Graduación: 2012

1. Estudiante de ingeniería civil, y negocios familiares y personales.
2. Podría decir que mis últimos años en el colegio fueron los mejores antes de saltar al mundo real.
3. Excelente colegio, con personal calificado que brindan apoyo constantemente.



1. Trabajo en una agencia de publicidad en Nueva York llamada **J. Walter Thompson** en el área de manejo de cuentas clientes, en la actualidad **Rolex**. Mi responsabilidad es manejar los anuncios impresos del área de patrocinios y deportes. También soy creadora y escritora de mi página, **holarita.com**

2. En el ámbito de formación, el Da Vinci me permitió soñar más grande de lo que podía sola. Aunque materias como escritura y matemáticas es algo que todo ser humano necesita, nunca podré agradecerle suficiente a mis profesores por mostrarme amor y dedicación de la manera más transformativa que existe: creyendo en mí. Nunca me faltó apoyo, risas y abrazos para manejar la niñez y adolescencia, y es gracias a personas muy especiales de mi colegio que pude llegar a asistir a una universidad en el extranjero donde no sólo tuve acceso a una educación de primera, sino que también pude realizar muchos de los sueños que mis profesores siempre confiaron que era capaz. En lo personal, y en especial como hija única de mis padres, mi promoción son los hermanos que nunca tuve. Mis amigos son mi compás y mi constante apoyo, y uno de mis más grandes tesoros. Poder como adultos contar con personas que conocen toda tu niñez y tu adolescencia, y aún con tus errores y faltas no dejan de quererte y entenderte tal cual como eres, es todo para mí.

3. El Da Vinci es ese lugar donde comienzas a conocerte y a darle forma a lo que luego será el período más largo de tu vida, la adultez. Este mismo proceso es turbulento, a veces doloroso e increíblemente difícil, pero puedes estar seguro que nunca te faltará apoyo, comprensión y cariño, incluso luego de despedirte de sus aulas y personal.

Carmen Candelario

Edad: 24 años

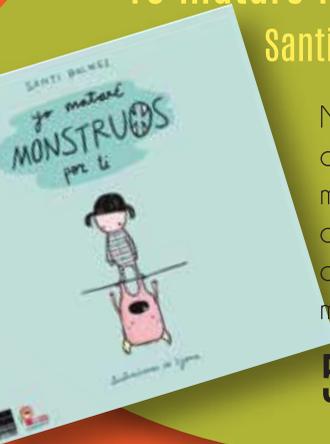
Año de graduación: 2011



QUÉ DIVERTIDO ES LEER

www.lavozdelmuro.net

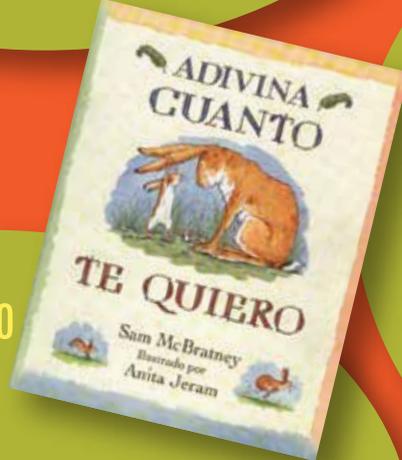
Yo mataré monstruos por ti Santi Balmes



Marina es una niña que piensa que debajo de su cama existe un mundo donde hay monstruos que caminan boca abajo. Este miedo cambia cuando un día ambos mundos se juntan.

5 años

Adivina cuanto te quiero Sam McBratney



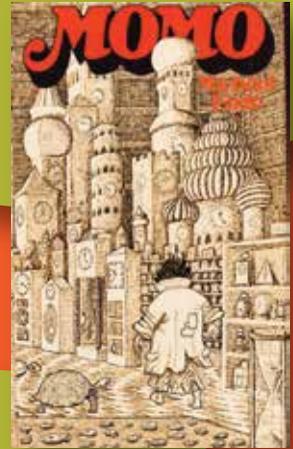
La pequeña liebre quiere demostrarle cuanto quiere a la liebre grande, pero un sentimiento como el amor no se puede medir así como así. Un precioso libro que invita a los niños a expresar sus sentimientos sin miedo.

4 años

Momo Michael Ende

Momo es una niña con una habilidad muy rara en su mundo, la de saber escuchar. Esto hace que se convierta en un serio peligro para los planes de los hombres de gris, cuyo objetivo es hacer que la gente se olvide de todo lo que ellos no consideran importante y se concentren solo en ahorrar tiempo para después robárselo.

12 años



Donde viven los monstruos Maurice Sendak

Max es un niño al que le encanta disfrazarse de monstruo y hacer travesuras, pero esta vez se ha pasado y sus padres lo han enviado castigado a su habitación. Todo parece muy aburrido, hasta que su cuarto empieza a convertirse en una selva donde hay más monstruos como él.

8 años



MANN FILTER

Superamos las exigencias.



Distribuye:
CASTALOSA, S. A.
Exportadores e Importadores
Carretera 400, 275-0001 - Santo Domingo 400, 275-0001
Punto de contacto: 809 226 3274



Ortiz & Comprés

Abogados • Consultores • Notarios

- Derecho Civil
- Derecho Laboral
- Derecho Comercial, Societario y Corporativo
- Derecho Penal
- Derecho de Familia
- Derecho de las Telecomunicaciones
- Derecho Fiscal
- Propiedad Intelectual
- Propiedad Inmobiliaria
- Seguros y Banca

- Mediación
- Arbitraje
- Conciliación
- Negociaciones
- Asistencia en Inversión Extranjera
- Migración
- Adopciones
- Notarios Públicos
- Consultorías en cada una de las áreas de servicio

809.226.3274

www.ortizcompres.com

