



## ¡A Investigar!

### ¿Cómo Podemos Evitar que las Manzanas Se Pongan Cafés?

**Casi todos los niños pequeños exclaman “pufff” al ver una manzana café. He aquí una actividad para aprender a conservar blancas las manzanas.**

- Necesitará una manzana cortada en trozos pequeños, cuatro tazones de plástico pequeños, cuatro cucharas y cuatro líquidos para realizar el experimento: agua, leche, jugo de naranja y jugo de toronja o de limón. Dirija la actividad pero anime a los niños a que participen activamente.
- Pida a los niños que coloquen dos o tres trozos pequeños de manzana en uno de los tazones y luego, con ayuda de la cuchara, bañe los trozos con una pequeña cantidad de uno de los líquidos. Para cada líquido utilicen un tazón, cuchara y trozos de manzana distintos. Pida a los niños que adivinen qué líquido conservará blancas las manzanas. Anote sus ideas en una tabla de experimentos.
- Esperen 15 minutos y observen las manzanas; vuelvan a observarlas después de una hora. Los niños notarán que los trozos bañados con jugo de naranja y jugo de toronja o limón se mantuvieron blancos. Anote sus hallazgos y compárelos con sus predicciones.



- Ayude a los niños a comprender que la vitamina C contenida en el jugo evita que las manzanas se pongan cafés. (Evita la oxidación, la causa de que la fruta se torne café.) Dígales que cuando los niños comen frutas y verduras o beben jugos con vitamina C, ésta cumple la misma tarea protectora en ellos. La vitamina C contribuye a mantener el cuerpo saludable y favorece el crecimiento de los huesos.

### ¿Por Qué nos Lavamos las Manos Antes de Comer?

**Lavarse las manos antes de cada comida es un importante hábito de buena salud. Esta actividad le permitirá reforzar en los niños la importancia de lavarse las manos con agua tibia y jabón.**

- Necesitará vaselina o aceite para bebé, canela, jabón, agua y toallas de papel. Pida a los niños que se froten las palmas de las manos con una pequeña cantidad de vaselina o aceite para bebé y luego espolvoree canela sobre ellas. Explíqueles que la canela representa los gérmenes que se adhieren a las manos cuando juegan dentro o fuera de casa y que deben deshacerse de esos gérmenes antes de comer.
- Pídeles que se laven las manos con agua fría. Descubrirán que los “gérmenes” de canela no desaparecen del todo. Ahora, pídeles que se laven las manos con jabón y agua tibia; para ello, tenga esta regla “a la mano”: los niños deben cantar la canción del abecedario completa antes de terminar de lavarse las manos.
- Cuando terminen, ya no deben tener canela en las manos. Pídeles que se sequen con las toallas de papel y comente lo que aprendieron.

