



UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN
SEMIPRESENCIAL Y A DISTANCIA**

PROYECTO DE GRADO

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PARVULARIA**

TÍTULO DEL PROYECTO:

**INSTRUCTIVO DE NORMAS BÁSICAS DE HIGIENE PARA
NIÑOS Y NIÑAS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA**

AUTORAS:

GABRIELA EUGENIA LOZADA LEON.

JOHANA JULISSA MOYA CASTRO.

Milagro, Julio, 2.011

Ecuador

CERTIFICACIÓN DE ACEPTACION DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor de Proyecto de investigación nombrado por el Consejo Directivo de la Unidad Académica de Educación Semipresencial y A Distancia de la Universidad Estatal de Milagro.

CERTIFICO:

Que he analizado el Proyecto de Grado con el nombre del proyecto: Instructivo de normas básicas de higiene para niños y niñas de Educación General Básica. Escuela Rosaura Maridueña presentando con requisito previo a la aprobación para optar por el título de Licenciada en Educación Parvulario.

El mismo que considero debe ser aceptado por reunir todos los requisitos legales y por la importancia del tema.

Presentando por las egresadas:

Gabriela Lozada

Johana Moya

Tutor:

Dr. Víctor Maridueña

Milagro,.....Julio del 2011.

DECLARACIÓN DE AUTORIA DE LA INVESTIGACION

Los autores de esta investigación declaran ante el Consejo Directivo de la Unidad Académica de Educación Semipresencial y a Distancia de la Universidad Estatal de Milagro, que el trabajo presentado es de propia autoría, no contiene material escrito por otra persona, salvo el que esta referenciado debidamente en el texto; parte del presente documento o en su totalidad no ha sido aceptado para el otorgamiento de cualquier otro Título o Grado de una institución nacional o extranjera.

Milagro, a los....Julio del 2.011

Autoras:

Gabriela Lozada León

C.I. 0920659570

Johana Moya Castro

C.I. 0920862844

CERTIFICACION DE LA DEFENSA

EL TRIBUNAL CALIFICADOR previo a la obtención del título de Licenciada en Educación Parvularia otorga al presente proyecto de investigación las siguientes calificaciones:

MEMORIA CIENTIFICA	()
DEFENSA TOTAL	()
TOTAL	()
EQUIVALENTE	()

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

PROFESOR DELEGADO

PROFESOR SECRETARIO

DEDICATORIA

Dedico este proyecto con mucho amor a mi familia quienes me apoyaron en todo momento más que todo a mi esposo que estuvo conmigo en todo ayudándome incondicionalmente para que siga adelante y así culminar mi trabajo.

Gabriela Lozada León

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a Dios por ser la luz que guía mi camino, a mi familia quienes de una u otra manera me brindaron su apoyo y me han influido sabiduría para poder culminar con éxito mi carrera,

Johana Moya Castro.

AGRADECIMIENTO

A Dios por darnos lo más hermoso que es la vida, inteligencia y a mis padres.

Nuestros sinceros agradecimientos a mis queridos maestros,

Quienes con sus conocimientos y experiencias supieron incentivarnos para mis estudios en el pasar de los años, en igual forma agradezco a mi querido tutor Dr. Víctor Hugo Maridueña quien supo guiarme en el transcurso de mi proyecto.

CESION DE DERECHOS DE AUTOR

Dr. Rómulo Marcelo Minchala Medina.

Rector de la Universidad Estatal de Milagro

Presente.

Mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedo a hacer entrega de la Cesión de Derecho del Autor del Trabajo realizado como requisito previo para la obtención de mi título de licenciatura en Párvulos, cuyo tema fue : Instructivo de normas básicas de higiene para niños y niñas de educación general básica. Y que corresponde a la Unidad Académica de Educación Semipresencial y A Distancia

Milagro,... Julio del 2011

Gabriela Lozada León

C.I. 0920659570

Johana Moya Castro

C.I. 0920862844

ÍNDICE GENERAL

A.-PAGINAS PRELIMINARES

PÁGINA DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR	II
PÁGINA DE DECLARACIÓN DE AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN	III
CERTIFICACIÓN	IV
DEDICATORIA	V
AGRADECIMIENTO	VI
ACTA DE SECCIÓN DE DERECHO A LA UNEMI	VII
ÍNDICE GENERAL	VIII
ÍNDICE DE CUADROS	IX
ÍNDICE DE FIGURAS	X
RESUMEN	XI

INTRODUCCION

CAPITULO 1

EL PROBLEMA

1.1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1.2 Problematización	1
1.1.3 Delimitación del Problema	2
1.1.4 Formulación del Problema	2
1.1.5 Sistematización del Problema	3
1.1.6 Determinación del tema	3
1.2 OBJETIVOS	3
1.2.1 Objetivo General	3

1.2.2	Objetivos Específicos	3
1.3	JUSTIFICACIÓN	4
CAPITULO II		
MARCO REFERENCIAL		
2.1	MARCO TEÓRICO	5
2.1.1	Antecedentes Histórico	5
2.1.2	Antecedentes Referenciales	5
2.1.3	Fundamentación	6
2.2	MARCO LEGAL	7
2.3	MARCO CONCEPTUAL	8
2.4	HIPÓTESIS Y VARIABLES	9
2.4.1	Hipótesis General	10
2.4.2	Hipótesis Particulares	13
2.4.3	Declaración de Variables	14
2.4.4	Operacionalización de la Variables	37
CAPITULO III		
MARCO METODOLOGICO		
3.1	TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	38
3.2	LA POBLACIÓN Y LAS MUESTRAS	38
3.2.1	Características de la población	38
3.2.2	Delimitación de la población	39

3.2.3	Tipo de muestra	39
3.2.4	Tamaño de la Muestra	41
3.2.5	Proceso de Selección	41
3.3	LOS MÉTODOS Y LAS TÉCNICAS	
3.3.1	Métodos Teóricos	41
3.3.2	Métodos Empíricos	43
3.3.3	Técnicas e Instrumento	
3.4	PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO DE LA INFORMACIÓN.	
CAPITULO IV		
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS		
4.1	ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL	47
4.2	ANÁLISIS COMPARATIVO, EVOLUCIÓN, TENDENCIA Y PERSPECTIVAS	48
4.3	RESULTADOS	48
4.4	VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS	49
CAPITULO V		
PROPUESTA		
5.1	TEMA	50
5.2	JUSTIFICACIÓN	50
5.3	FUNDAMENTACIÓN	50
5.4	OBJETIVOS	52
5.5	UBICACIÓN	52

5.6	ESTUDIO DE FACTIBILIDAD	52
5.7	DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA	52
5.7.1	Actividades	53
5.7.2	Recursos, Análisis Financiero	53
5.7.3	Impacto	53
5.7.4	Cronograma	54
5.7.5	Lineamiento para evaluar la propuesta	55
	CONCLUSIONES	57
	RECOMENDACIONES	58
	BIBLIOGRAFIA	59
	ANEXOS	60

RESUMEN

El actual proyecto que se lo va a aplicar tiene el propósito de ayudar a la institución a considerar la posibilidad de mejorar su estilo de vida con el fin de reducir las enfermedades e infecciones en los niños. Promover un saneamiento efectivo y a bajo costo, fomentar la buena higiene y mejorar el acceso a suministros de agua limpia y ayudar a las personas a vivir vidas más saludables. Los niños pequeños están especialmente en riesgo de contraer infecciones y enfermedades debido a un mal saneamiento, a las malas prácticas de higiene y a agua sucia.

Es importante que el niño tenga claro cuáles son los hábitos que ha de emplear en cada momento.

La adquisición de buenos hábitos higiénicos es fundamental para evitar infecciones, inflamaciones o enfermedades y, para facilitar la integración social del niño.

Al comienzo de la vida escolar, los niños empiezan a hacer sus grupos de amigos y, por lo general, los que poseen un aspecto sucio o malos olores son rechazados por los demás.

Cuando hablamos de buenos hábitos de higiene, no nos referimos a que el niño esté siempre impecable, sino a enseñarle que hay ocasiones como cuando juega en el parque, utiliza pinturas o va de excursión al campo en las que ensuciarse es aceptable y, que hay otras ocasiones, cuando va al colegio, reuniones familiares o cuando sale de paseo que tendrá que estar limpio y aseado.

Desde pequeños debemos crearle éstos hábitos, enseñándoles poco a poco cómo deben lavarse e incorporando el aseo personal a su rutina diaria.

En la actualidad más de 1.7 millones de niños menores de cinco años mueren cada año a causa de la diarrea (Organización Mundial de la Salud). Muchas de estas muertes pueden prevenirse si se practica la buena higiene.

Esta guía ayuda a los padres y maestros a reflexionar sobre aquellos retos particulares de sus propias vidas que le dificultan el acceso a un saneamiento efectivo y a suministros de agua potable. En la guía se comparten ideas a bajo costo que se pueden usar en la mayoría de las situaciones, incluyendo en el aula. La guía anima a la personas a discutir y pensar sobre las creencias y tradiciones que pueden influenciar la higiene personal, doméstica y comunitaria.

Es la base de la higiene individual. Es un factor importante para la conservación de la salud.

Para realizarlo se necesita tener el concepto claro de la importancia del aseo del cuerpo, y la voluntad y disciplina para efectuarlo.

La higiene del cuerpo debe enseñarse al niño en el hogar, como factor importante en la formación de su personalidad. Esta enseñanza la debe continuar el maestro en la escuela, para robustecer lo enseñado en el hogar.

El Aseo Corporal se refiere a la limpieza de la superficie del cuerpo humano y de las cavidades orgánicas que se abren en esa superficie.

Dividiremos su estudio en:

La Higiene de toda la superficie del cuerpo, es decir, de la piel que lo recubre. Para ello se emplean los baños.

La piel que recubre el cuerpo, por su estructura y por su relación constante con el medio, exige un aseo frecuente.

La piel es muy importante por las funciones que cumple. Es una capa que tapiza los tejidos más profundos y los preserva de la agresión de los microbios. También regula el calor del organismo. En ella reside, el sentido del tacto y el organismo elimina sustancias de desecho.

En la piel se encuentran los folículos pilosos donde se implantan las vellosidades y pelos que la recubren.

Se encuentran también los orificios excretores de las glándulas sudoríparas y los orificios secretores de las glándulas sebáceas.

Las glándulas sebáceas desembocan en los folículos pilosos, directamente en la superficie de la piel o simultáneamente en el folículo y en la piel.

Todos estos orificios pueden servir para la penetración de gérmenes que se depositan sobre la piel. Son traídos por agentes intermediarios, como las moscas o arrastrados por el polvo atmosférico que constantemente se deposita sobre ella.

Los restos de sudor que elimina, la secreción sebácea, las células de la capa córnea de la epidermis que se descaman y el polvo atmosférico que se adhiere, forman en la superficie del cuerpo, un campo del organismo y para ello se aconsejan los baños.

Los baños pueden ser de diferentes clases. Los más comunes son los baños de ducha y de inmersión.

INTRODUCCION

Los buenos hábitos de higiene en los niños se refieren al conjunto de prácticas y comportamientos orientados a mantener unas condiciones de limpieza y aseo que favorezcan la salud de ellos. Esta se divide en: higiene corporal e higiene mental; las dos son importantes para garantizar salud y bienestar para las personas.

La falta de hábitos higiénicos adecuados por parte de las personas se convierte en un problema grave, no sólo por lo desagradable de una mala apariencia o de los malos olores, sino por el potencial peligro de transmisión de virus y gérmenes a otras personas.

La buena o mala higiene incide de manera directa en la salud de las personas. Son muchas las enfermedades relacionadas con las malas prácticas de higiene.

En el actual trabajo identificamos una población infantil por la falta de conocimientos en tener una buena higiene, situada en la Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” del cantón Yaguachi, en la calle Eloy Alfaro entre Alvarado y Carioca

En el cual hemos realizado un estudio sobre las causas para mejorar los hábitos de higiene en los niños y niñas de esta institución.

Definición de Higiene

Higiene es el conjunto de normas y prácticas tendientes a la satisfacción más conveniente de las necesidades humanas.

La importancia fundamental de la Higiene

La Higiene brinda las normas para mantener la salud del cuerpo, y mantener la salud, es gozar de la vida y hacerla más hermosa.

La Higiene procura el bienestar del hombre:

- Enseñándole a preservarse de los agentes que pueden alterar su salud.
- Mediante el mantenimiento de su integridad física, intelectual y psíquica

Función educadora y profiláctica

La Higiene aconseja una serie de medidas o precauciones, que tienden a prevenir las enfermedades infectocontagiosas o su propagación. Estas medidas se denominan profilácticas.

Hacer conocer y comprender los preceptos higiénicos, es una función educadora.

Los que deben impartir educación profiláctica:

- Los padres en sus hogares.
- Los maestros y profesores a sus alumnos.
- Los alumnos, en sus hogares, en caso de que los mayores no conozcan los preceptos.

El Estado por intermedio del Ministerio de Salud Pública y otros organismos sanitarios, desempeña un papel importante en la educación profiláctica.

Para ello los métodos con que cuenta son amplios y eficientes: publicaciones periodísticas, conferencias, realización de exposiciones y congreso sobre higiene, televisión, impresión de carteles y folletos, etc.

Las medidas profilácticas, son más eficientes cuando el pueblo contribuye a practicarlas y a divulgarlas, porque las comprende y las valora.

En todo pueblo donde el índice de cultura aumenta, la acción profiláctica de la higiene es más eficiente.

División de la Higiene

La Higiene ha sido dividida en:

- Higiene individual: comprende el mantenimiento del buen estado de salud del individuo: aseo de su cuerpo y de sus vestidos, higiene de sus alimentos, etc.

- Higiene general o pública: se refiere a la higiene de la población: salubridad del suelo, construcción de viviendas higiénicas, suministro de agua potable, eliminación de residuos, inspección de los alimentos, servicios sanitarios, etc.
- Higiene social: comprende la higiene de las edades: infancia, pubertad, juventud, vejez; los preceptos profilácticos que deben observarse en las profesiones, en las industrias y en toda clase de trabajo.

A estas divisiones de la Higiene, se agregan en la actualidad la **Medicina Preventiva** y la **Medicina Social**:

-Medicina Preventiva: comprende las medidas profilácticas tendientes a preservar la salud del individuo o de la colectividad. Esta trata de evitar que se altere la buena salud, por la acción de enfermedades diversas. Por ello son múltiples las medidas precaucionales: aplicación de vacunas y sueros; control de las condiciones higiénicas de los alimentos que se consumen; revisión médica periódica; higiene de la vivienda; desinfección y desinsectación de locales privados y públicos; etc.

-Medicina Social: comprende el estudio de los factores sociales que actúan en desmedro de la salud. Estudia las enfermedades sociales: la readaptación de los lisiados; los problemas sociales de la infancia abandonada, el pauperismo (del latín pauper, pobre).

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Durante la visita realizada a la Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” observamos el escaso interés en los hábitos de higiene en los niños de primero de básica y la inexistencia de un buen aseo personal.

1.1.1 Problematicación: Origen y Descripción del Problema.

Desde pequeños debemos crearle buenos hábitos a los niños ya que depende de un buen desarrollo personal y de salud sin embargo en algunos establecimientos no se le da mayor importancia tal es el caso de la Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” donde los niños y niñas tiene poco interés en su higiene personal ,entre las causas pudimos observar que en la Escuela no cuenta con los implementos y normas para una buena higiene personal, la maestra no motiva adecuadamente a tener buenos hábitos de higiene.

Como consecuencia hay niños y niñas con malos hábitos en su higiene personal.

Se descubrió entonces que cerca del 85% de los grupos familiares que habían construido letrinas de pozo mejoradas no habían recibido ningún tipo de información sobre educación sanitaria, ya sea antes, durante o después de la construcción. Esto podría ayudar a explicar algunos de los resultado.

1.1.2 Delimitación del Problema

La dificultad detectada en nuestro proyecto se presenta en el Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” “con niños y niñas de educación básica la misma que está situada en el cantón Yaguachi, en la calle Eloy Alfaro entre Alvarado y Garaioca.

Campo: Educación Básica.

Aspecto: Higiene.

Área: Entorno Natural.Tema: Instructivo de normas básicas de higiene para niños y niñas de educación general Básica.

1.1.3 Formulación del Problema.

La falta de normas y hábitos de higiene de salud de los niños y niñas del primer año de Educación Básica en Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña”, ocasiona enfermedades y desaseo personal.

Claro: Nuestro proyecto está redactado con palabras claras concisas y de fácil comprensión a fin de identificar sus causas y consecuencias.

Evidente: Porque es perfectamente observable. Este proyecto permite que los niños y niñas tengan una excelente higiene personal, ya que a simple vista se puede observar la poca higiene en los estudiantes.

Relevante: Porque no solo se benefician los niños y niñas sin la escuela y padres y su solución se fundamenta científicamente.

Concreto: Porque está realizada de manera corta precisa y adecuada al tema escogido

Delimitado: Nuestro proyecto enfoca la problemática de los niños y niñas de primer año de Educación Básica.

Factible: Porque contamos con los recursos necesarios tanto humanos, materiales y económicos para realizar este proyecto además el tiempo suficiente para poder realizar.

1.1.4 Sistematización del Problema.

¿Por qué los niños asisten a clases con los uniformes sucios y presentan un aspecto desagradable?

¿Cómo se puede controlar la buena higiene en los niños ?

¿De dónde proviene el desaseo en los estudiantes?

¿Los padres tendrán conocimientos de los problemas que ocasiona la falta de higiene?

¿La institución tiene conocimiento del desaseo de los estudiantes al asistir a clases.

1.2. OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo General

Lograr que los niños y niñas del primer año de Educación Básica, adquieran normas y hábitos de higiene, para alcanzar un mejor desarrollo personal.

1.2.2 Objetivo Específicos

- Investigar bibliográficas relacionadas con la salud y normas de higiene personal para fundamentar científicamente.
- Determinar las falencias y consecuencias por la inexistencia respectivas normas de higiene
- Concienciar a la comunidad educativa acerca de la importancia de las reglas higiénicas de la salud para el fortalecimiento de la formación integral del individuo.
- Integrar a la comunidad educativa en la práctica de reglas higiénicas para la conservación de la salud.
- Brindar información que ilustre a cerca de la importancia que tiene la higiene como fuente integradora de la salud.

1.3 JUSTIFICACIÓN

1.3.1 Justificación de la Investigación

Es bueno y positivo que la comunidad educativa de Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” cuente con un instructivo de normas de higiene personal, que permita garantizar la ausencia de enfermedades epidémicas que atentan con la salud y calidad de vida, de los que allí conviven.

Sin embargo el panorama actual contempla lo contrario sobre todo en el área de los baños, bebederos, en el área externa, los cuales presentan condiciones y cuadros desesperantes que constituyen incomodidad en la labor docente, causando riesgos de enfermedades y contraer enfermedades infectas contagiosas.

La buena higiene nos garantiza una buena salud y debe prolongarnos la vida, nos lleva a la necesidad de elaborar un proyecto de centro , enfocado a dar soluciones, mediante la incursión de nuevas estrategias.

Las actividades a corto plazo deben ayudarnos a mantener un ambiente sano en virtud de una mejor calidad de vida .

Es factible de aplicarlo ya que contamos con el apoyo del establecimiento con conocimientos acerca de nuestro proyecto y recurso necesarios.

Los beneficiarios son los niños y maestras que tendrán un buen desenvolvimiento en su vida social.

CAPITULO II

MARCO REFERENCIAL

2.1 MARCO TEORICO

2.1.1 Antecedente histórico.

Es un hecho bien conocido que la ignorancia, las malas condiciones de vida, la pobreza y la enfermedad están estrechamente vinculadas entre sí. Existe una relación directa entre los niveles de escolaridad alcanzados por una persona y sus posibilidades laborales. Es una realidad que quienes no alcanzan el nivel de educación primaria están más expuesto a la falta de trabajo o a los salarios bajos. La instrucción tiene como finalidad preparar a las personas para enfrentar los desafíos del futuro. La igualdad de posibilidades y el acceso de todos a los distintos niveles de educación son dos de los requisitos básicos para la existencia de una sociedad sana. En el Ecuador mas que todo en las escuelas fiscales no hay un debido control de higiene en los niños y hay poco interes de los maestros en incentivar normas de higiene.

La educación es la base sobre la que se apoya el crecimiento de un país. Ningún adelanto tecnológico y ningún crecimiento industrial o económico son posibles si no se cuenta con una población instruida que participe en el crecimiento.

En nuestro trabajo hemos constatado que no se ha llevado a efecto un estudio a cerca de las normas básicas de higiene personal en el Jardín de la escuela Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña”.

2.1.2 Antecedentes referenciales

Los antecedentes se dieron a una visita previa que se dio a este establecimiento en el cual se encontró muchas irregularidades en el desarrollo personal y de higiene en los estudiantes, ya que no asistían en buenas condiciones higiénicas, presentaban un aspecto desaseado y los maestro mostraban poco interés en el aseo personal de los niños.

2.1 .3 FUNDAMENTACION

Fundamentación Filosófica

La Salud Familiar como síntesis conceptual del saber médico y la práctica médica, se fundamenta teóricamente en la totalidad o complejidad organizada, toma al ser humano como un todo y en interrelación con su espacio vital, no como un mero agregado de órganos y de factores externos que lo fragmenta, sino como un sistema abierto que interactúa en cada momento y en cada lugar.

Esta concepción rompe el esquema mecanicista de la medicina, o sea aquella donde la sumatoria mecánica de las partes, sólo requería una actitud aislada, o actividad curativa.

La nueva concepción, trasciende su enfoque, ya que su visión sobre el problema es más amplia; es un enfoque multicausal de la enfermedad como fenómeno social.

La primera actitud se debió al avance de la ciencia médica en la investigación clínica, y como producto, el incremento de las especialidades a partir de la primera guerra mundial; por eso, la especialización se convirtió “saber cada vez más y más de cada vez menos y menos”. Lo anterior no quiere decir que no sean indispensables los especialistas; la especialización o reducción conceptual es necesaria en cualquier ciencia, siempre y cuando no se atomice del objeto de su conocimiento.

2.2 MARCO LEGAL

Art 32.-Derecho a un medio ambiente sano.-

Todso los niños ,niñas u adolescentes tiene derecho a vivir en un ambiente sano ,ecologicamente equilibrado y libre de contaminacion ,que garantice su salud, seguridad alimenticia y desarrollo integral.

2.3 Marco conceptual

En la Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” está la mejor posibilidad de crear una verdadera conciencia sanitaria. A partir del correspondiente aprendizaje, se generan conductas positivas en los alumnos, extensivas a la comunidad.

La educación, en su función preventiva, comprende la acción de los educadores, maestros y profesores, que actúan en conjunto con la familia.

El docente tiene la oportunidad de influir en la manera de pensar de los alumnos y de encaminar su acción, con el objetivo de alcanzar la salud individual y colectiva. Además, para que el aprendizaje y la educación sean posibles, es fundamental que el alumno se encuentre en buen estado de salud, tanto física como emocionalmente.

La escuela debe ofrecer la posibilidad de una vida sana, garantizar servicios sanitarios, estimular los intercambios con la comunidad y brindar información suficiente para la preservación de la salud y la prevención de enfermedades.

Una educación que ayude a la formación del carácter del niño y del adolescente, que favorezca el desarrollo de un sentido crítico, que fortalezca la auto confianza y que resalte los valores positivos de la vida tendrá enormes beneficios en la salud física y emocional de los individuos.

La escuela es el lugar donde los niños y las niñas pasan gran parte del día. Si adquieren hábitos de higiene respecto a la escuela, es probable que estos se generalicen a los demás ámbitos de su entorno. para que esto ocurra, debe ser la escuela la primera en reunir unas condiciones mínimas que hagan un ambiente sano

Fundamentación Pedagógica.

Según dice que la salud ha sido siempre un motivo de preocupación. Así mismo, la existencia de enfermedades ha llevado a buscar explicaciones y modos de actuar para combatirlas.

Las respuestas halladas están en concordancia con el modo de pensar de cada momento y de cada cultura, pero hasta hace poco tiempo se basaban en la concepción de la salud como opuesta a la enfermedad considerando únicamente estos dos estados como posible.

El primer paso lo dio OMS (Organización Mundial de la Salud) cuando en su carta fundacional (1948) definió la salud con un estado completo de bienestar físico mental y social, que no consiste únicamente en la ausencia de enfermedades.

En el mismo documento se estableció que la salud es un derecho inalienable de todo individuo independientemente de su raza, religión y de ideología y condición social y cultural.

Esta definición de salud supuso un importante avance, fundamentalmente por las dos razones siguientes

-Es un concepto positivo:

No está centrado en la idea de la enfermedad, sino en la salud del individuo es un concepto integral:

La aceptación del individuo, como ser bio-psico-social.

No obstante se han criticado diversos aspectos de esta definición:

Es subjetiva equipara bienestar a salud y no siempre sentirse bien es equiparable a tener salud.

Así por ejemplo, el consumo de drogas o adquirir un bien material puede producirse bienestar, pero no es equivalente a salud.

Al examinar los problemas de salud mas prevalentes, se observa que están relacionados sobre todo, con factores que dependen en gran medida de aspectos vinculados con el comportamiento y con el medio ambiente, y en menor medida de aspectos biológicos .

En la pedagogía se dice que la salud es un factor importante ya que un niño sano y lleno de vida puede desempeñarse en sus estudios.

2.4 HIPÓTESIS Y VARIABLES

Fundamentación Científica

2.4.1 Hipótesis General

¿Qué es la Higiene en los niños?

Es el principal objetivo de los padres crear hábitos de higiene personal en los hijos, pero debes tener claro que base de ello es que lo hagas en orden, y preparándote para que a medida que crece seas su patrón de imitación. Sigue tus buenas costumbres y seguro lo harás bien, siempre con afecto y positivismo.

La primera regla de higiene se puede decir que es el baño diario, antes de ducharse hay que enseñarles a prepararse la ropa, la toalla y todos los elementos necesarios para arreglarse después del baño. También debemos preocuparnos por enseñarles a secarse bien después de salir del agua y repasar algunos puntos que pueden ser más delicados, como la limpieza de las uñas y de las orejas.

La costumbre que debemos inculcarles es la ducha diaria (mejor que el baño), aunque si son muy pequeños podemos empezar por enseñar a bañarles y saber cuales son las partes de su cuerpo a las que deben prestar más atención. La cabeza, las axilas, el cuello, la zona genital, las rodillas y los pies son las partes que más suelen sufrir los efectos de la sudoración, aunque deben jabonarse bien todo el cuerpo.

Después de la ducha, también hay que enseñarles a dejar el baño limpio, la ropa sucia depositada en su lugar correspondiente (cesta de la ropa sucia o en la propia lavadora) y dejarlo todo, más o menos, como estaba.

Podemos dar otras cuantas normas para mantener una buena higiene personal y mostrarnos siempre limpios y aseados:

- Antes de comer siempre debemos lavarnos las manos.
- Después de cualquier comida, lavarse los dientes.
- Mantener siempre las uñas limpias y en perfecto estado. Nada de morderse las uñas; se estropean y las manos estarán siempre con olor a saliva, y las uñas de mal aspecto. Lo mismo para las pieles y otros pellejitos de los dedos o las manos. No se arrancan.
- Si nos manchamos la cara u otra parte del cuerpo, también debemos lavarnos para mejorar nuestra presencia.
- La ropa también debe estar limpia y sin manchas.

¿Qué son los hábitos de higiene en los niños ?

La adopción de buenos hábitos debe fomentarse desde pequeños, ya que a los niños les proporciona seguridad y aceptación social y además les ayuda a prevenir ciertas enfermedades.

Pero lograr que nuestros hijos se laven las manos antes de comer o los dientes después, no siempre resultan tan sencillos y en el camino puedes encontrarte diversos obstáculos, pues los niños consideran la limpieza como un capricho de los padres. Es fundamental enseñarles desde sus primeros años y darles ejemplo.

Para el desarrollo sano de los niños es necesario crear hábitos de higiene. Acostumbrar a los niños desde pequeños a una rutina diaria de limpieza personal y del medio donde vive te hará prevenir infecciones.

Componentes del instructivo.

La higiene.

La higiene personal.

Higiene en la escuela

- Higiene infantil durante la comida
- Higiene en los juguetes y juegos
- Cuidado e higiene de cabellos largos
- Tu hijo y sus uñas...cuidado e higiene
- Oídos limpios...¡cuidado en los niños!
- Uniforme limpio.
- Los niños y el hábito diario de una ducha
- Características de los hábitos de higiene
- Higiene personal infantil.
- Falta de higiene
- Una buena alimentación en la edad escolar.
- Pasos para tener un buen cuidado personal.

2.4.2 Hipótesis Particulares

La higiene se refiere al conjunto de prácticas y comportamientos orientados a mantener unas condiciones de limpieza y aseo que favorezcan la salud de las personas. Esta se divide en: higiene corporal e higiene mental; las dos son importantes para garantizar salud y bienestar para las personas.

La higiene corporal, se refiere al cuidado y aseo del cuerpo.

La higiene mental, se refiere al conjunto de valores y hábitos que nos ayudan a relacionarnos de mejor forma con los demás y nos hacen sentirnos valorados, respetados y apreciados dentro de un grupo social. La falta de hábitos higiénicos adecuados por parte de las personas se convierte en un problema grave, no sólo por lo desagradable de una mala apariencia o de los malos olores, sino por el potencial peligro de transmisión de virus y gérmenes a otras personas.

La buena o mala higiene incide de manera directa en la salud de las personas. Son muchas las enfermedades relacionadas con las malas prácticas de higiene. Por ejemplo: la diarrea, las enfermedades gastrointestinales, la conjuntivitis, las infecciones de la piel, la pediculosis, la gripa, etc.

2.4.3 Declaración Variables

La escuela se constituye en un espacio fundamental para lograr inculcar hábitos.

Usted como docente deberá enseñar a los niños y a las niñas a:

Trabajar juntos para mantener limpia la escuela y sus alrededores.

Barrer la escuela todos los días.

Recoger la basura de los alrededores de la escuela (todos los niños y niñas deberán participar de esta actividad). Tener un sitio dispuesto para almacenar la basura y cada semana quemarla o enterrarla si no pasa el carro recolector.

Higiene Infantil durante la comida

Haga que cada día antes y después del refrigerio o almuerzo escolar, los niños y las niñas, se laven las manos y se cepillen los dientes.

Inspeccione las uñas de los niños y niñas, y haga que las corten una vez a la semana.

Inspeccione sus cabezas para ver si tienen piojos. Si es así comuníquelo a sus padres para que inicien un proceso de limpieza a los niños.

No permita que anden descalzos, escupan en el suelo, boten basura o pongan cosas sucias en su boca.

Resalte siempre las conductas higiénicas de niños y niñas, y valore su esfuerzo por mantenerse limpio.

Higiene en los juguetes y juegos.

Desde luego los niños necesitan momentos de esparcimiento y recreación, tú diviértete con él, y sigue a forma de juego el momento de higiene, que toca después de tanto sudar y tocar muchas cosas que seguramente no están muy limpias. La mejor técnica seguro la encontraras siendo creativo.

Hay lugares y momentos del niño, en los que no se puede controlar del todo la higiene, pero si debemos inculcar, la prudencia, y desde luego el hábito de higiene, después de su hora de esparcimiento. No se puede evitar que los pequeños, no compartan con el medio ambiente, porque este también le permite desarrollar anticuerpos, pero tener hábitos y orden de su crecimiento, no lo limita a ser más o menos propenso a estar totalmente sano.

- La actividad principal en la vida del niño es el juego, y el juego implica la mayoría de las veces que se ensucien. Este hecho debe ser aceptado por los adultos, que al mismo tiempo deben enseñar a los niños que una vez concluido el juego, si es necesario, hay que lavarse. De todos modos debemos enseñar a los niños a evitar:
- Jugar en lugares donde se acumulen basuras y desperdicios.
- Tocar objetos punzantes o que representen peligro.
- Jugar en zonas donde haya aguas estancadas.
- Beber aguas sucias o no potables.
- Chupar pegamentos.
- Usar gafas de plástico que perjudiquen la vista.
- Jugar en zonas de terreno con pozos, cuevas, cambios bruscos de altura o lugares próximos a carreteras.
- Cuidado e higiene de cabellos largos

Técnica para el lavado del cabello largo:

- Mojar el pelo antes de aplicar el champú.
- Depositar el champú en la palma de la mano. No es necesario utilizar mucha cantidad, por ejemplo usar como referencia el tamaño de una nuez. Si echamos demasiado champú, al no aclararse correctamente, puede quedar mate.

- Comenzar a extender el champú desde la coronilla, dejando que la espuma resbale.
- En el primer lavado, suele salir poca espuma, sobre todo si el pelo está muy sucio. No por esta razón se debe aplicar champú extra.
- Se aclara el jabón y se repite la aplicación del champú.
- La forma de mover los dedos es importante. Nada de frotar ni hacer círculos en el cabello, ya que así solo conseguiremos que se enrede. Es mejor peinar con las yemas de los dedos e ir separando los mechones mientras se lava.
- El aclarado final es la clave para conseguir que no quedan restos de champú. De nuevo, los dedos ayudan a desenredar y a peinar el cabello.
- En el caso de los cabellos largos y algo ondulados, es aconsejable usar acondicionador, permite un fácil desenredo, pero este igualmente debe ser bien aclarado, puede causar caspa.

Como evitar lo piojos:

Piojos: es cada vez más frecuente, y principalmente en las épocas de más calor, la aparición de brotes de pediculosis en los niños de edad escolar. Se viene observando un aumento en este sentido, sobre todo en los colegios. Los piojos constituyen un problema sanitario que no distingue clase social.

¿Cómo se desarrolla el piojo en la cabeza de un niño?

El piojo llega a la cabeza y se agarra a un pelo, donde se alimenta chupando la sangre del cuero cabelludo. Las hembras ponen huevos (liendres), que se sujetan a un pelo como si de un “pegamento” se tratara. La liendre tiene forma ovalada de color blanco que se distingue de la caspa porque está muy agarrada y sujeta al pelo. De estos huevos sale el piojo que pronto se hará adulto y comenzará a picar y a poner más huevos.

¿Cómo se debe evitar ese problema?

Los piojos pasan de una cabeza a otra de una manera muy fácil. Por eso, es necesario tomar algunas medidas adecuadas de higiene:

- Lavar con frecuencia el pelo.
- Peinar y cepillar diariamente el pelo.

- Revisar frecuentemente la cabeza de los niños, principalmente detrás de las orejas y en la nuca.
- Limpiar peines y cepillos con frecuencia.
- No intercambiar útiles como peines, gorros, gomas, horquillas.
- En el caso de las niñas, ir con el cabello al colegio recogido, y al parque también si lo tiene muy largo.

Uñas cuidado e higiene

Parte fundamental y constante de la higiene de los niños son las manos, debes ser recurrente con el cuidado de las uñas. Recuerda que suele tener las manos en la boca, y las uñas acumulan gérmenes en cantidad. Si las tiene en su tamaño correcto seguro será menos factible que por ello enferme o tenga infecciones en la boca. Echa un vistazo de cómo mantenerlas higiénicas.

Es una tarea complicada, a veces cuesta distinguir las finas uñas que están muy pegadas a los dedos, además el niño no controla sus movimientos, y resultará costoso mantenerle las manos o los pies quietos. O sencillamente, porque el subconsciente, le crea una imagen de que le puedes hacer daño, y los reflejos no los controlan, y al tu hacer fuerza el ejercerá la misma.

Se deben utilizar tijeras o corta uñas especiales para niños, con puntas redondeadas, además de las limas especiales, para dejarlas regulares y no comporten peligro.

El mejor momento para cortárselas es después del baño, pues estarán más blanditas y él estará más relajado, o cuando esté dormido, limpiándole después las manitas o los pies con una gasa.

Las uñas de los niños crecen con rapidez, las de las manos se recomienda cortarlas una vez por semana, en cambio las de los pies crecen más lentamente, por lo que se pueden cortar una vez al mes o cada dos meses, según el crecimiento que observemos en sus uñas.

Oídos limpios

Los oídos son una parte del cuerpo, que parece no necesitar el **hábito de higiene** tan recurrente como el cuerpo en general, y es cierto, pero como de evitar infecciones se trata, y el oído también es un órgano del cuerpo expuesto a contaminantes, debe estar dentro de los hábitos de cuidado e higiene. Como padres debes saber cómo y cuándo se hace.

Como limpiar los oídos:

No toda la gente sabe que el órgano auditivo puede estar en peligro cada vez que intentamos rascarnos introduciendo un lápiz, o como los niños que meten objetos pequeños, y al momento que nos limpiamos después de la ducha empleando un hisopo (bastoncillo).

Para entender dónde puede estar el riesgo, es importante saber que el conducto auditivo tiene forma parecida a la de un embudo, en la parte más estrecha se dirige hacia dentro de la cabeza, en concreto a la llamada membrana timpánica.

Receta casera para la limpieza de los oídos:

Vale la pena tomar en cuenta que el cerumen cumple con la función que se ha indicado, por lo que no debe intentar retirarlo todos los días, y lo mejor es dejar pasar 2 ó 3 semanas entre cada limpieza.

En la mayoría de las personas los oídos se limpian solos, produciéndose una salida lenta y ordenada desde el tímpano hacia el exterior. La cera vieja es constantemente transportada hasta el meato auditivo (entrada del oído), donde usualmente se seca y cae.

Pese a ello le diremos cómo puede usted mismo limpiar sus oídos en forma segura: lo primero es ablandar el tapón de cerilla con unas gotas de glicerina o aceite para bebé aplicadas con un gotero, en una acción que se puede llevar a cabo dos veces al día durante 4 ó 5 días. Al paso de este tiempo la cerilla se habrá reblandecido, por lo que se procede a recostar la cabeza en una almohada y verter en el conducto auditivo agua oxigenada; este paso debe hacerse con una jeringa de 3 milímetros, la cual debe vaciarse muy despacio (las burbujas de oxígeno aflojarán la cera del oído).

El líquido debe permanecer de 1 a 2 minutos dentro del oído, manteniendo la cabeza inclinada, para después incorporarla a su posición normal, de manera que fluya el agua templada, la cual trae consigo la cerilla reblandecida que se absorbe con algodón. Este paso puede repetirse 3 ó 4 veces, hasta que se considere que el oído está limpio y se escucha mejor.

Es de suma importancia tener en cuenta que la operación anterior solo debe llevarse a cabo estando seguro de que no se padece perforación en la membrana timpánica, pues de ocurrir esto el riesgo de que se contraiga una infección, por el líquido que se incorpora, es alto. Para cerciorarse del buen estado del órgano hay que acudir al otorrinolaringólogo, especialista médico que atiende este tipo de problemas y quien sería el indicado para extraer el tapón de cerumen si el procedimiento anterior fracasara o se reconociera una lesión.

No dude por ningún motivo visitar al facultativo si la sensación de lleno persiste después de haber limpiado los oídos o si siente mareos o dolor, pues podría ser un objeto extraño el causante del problema.

Uniforme Limpio

El cambiarse de ropa a diario es necesario, sobre todo en verano que se suda más, y al salir de paseo cuando aún se es algo torpe con la comida, se debería llevar otra muda de ropa, por si sucede algún accidente. Vestirse y desvestirse es la primera señal de independencia, por eso lo debes guiar y enseñar sin presiones ha hacerlo correctamente, pero dejando de su parte algo de escogencia también.

Vestirse.

Hay que enseñarles como vestirse y estar presentes en esos primeros días para ver si lo hacen bien y poder corregir posibles errores.

- Primero se debe poner la ropa interior (calzoncillo/braga, camiseta, calcetines/medias).
- Luego hay que ponerse la camisa/blusa o lo que se vista en la parte superior del cuerpo, después de la ropa interior.

- Después hay que ponerse el pantalón/falda y meterse la camisa/blusa por dentro (aunque hoy en día la moda es llevarla por fuera).
- Ahora hay que ponerse los zapatos, sandalias o el calzado apropiado para ese momento. Se atan los cordones, si los tiene, o se cierra la hebilla. Si son mocasines o cualquier otro tipo de calzado sin cordones o hebillas, habrá que utilizar un calzador para no estropear los zapatos.

Consejos.

- La ropa que nos pongamos debe estar limpia y planchada. No debe tener rotos, falta de botones o cremalleras, hilos sueltos, etc.
- Al llegar a casa lo mejor es cambiarse de ropa y ponerse una para andar por casa más cómoda (así la ropa nueva, de calle, nos durará mucho más).
- Si alguna de las prendas que nos quitamos está sucia, habrá que dejarla en el sitio adecuado para lavarla. Hay que cambiarse a menudo (mejor a diario) la ropa interior.
- Los zapatos deben quitarse al llegar a casa y cambiarse por unas zapatillas.

Los niños y el hábito diario de una ducha

Cuando son muy pequeños eres tú quien tienes que ducharlos o bañarlos casi todos los días (todos desde que empiecen a andar y a jugar en el parque), pero a medida que se vayan haciendo mayores, enseñarlos a frotarse y aclararse solos, para que a partir de los 5 o 6 años lo hagan sin tu ayuda, aunque estés cerca vigilando.

Como siempre, es importante que les expliques por qué hay que hacerlo a diario y los problemas que les puede causar no hacerlo, entre otros el mal olor corporal que puede provocar las burlas de otros compañeros y el aislamiento social. También debes enseñarle a usar desodorante después de ducharse. Aunque aún no sude ni huela igual que al llegar a la pubertad, cuanto antes coja el hábito, menos le costará cuando de verdad sea necesario su uso.

También deben ver que tú te duchas todos los días, ya que los niños de pequeños quieren ser como sus padres y te imitarán en todo.

Explícale cómo frotarse cada parte del cuerpo sin olvidarse nada (la espalda, las orejas, los pies, los genitales). Aunque al principio no lo hará muy bien y deberás frotarle tú también. Estas pautas le ayudarán en su aprendizaje.

La parte más complicada del baño llega al tener que lavar el pelo, ya que los niños lloran cuando se les mete jabón en el ojo, con los tirones de pelo, etc. Pero la higiene del cabello es fundamental para evitar piojos, caspa y picores. Hasta que no tenga unos 10 años deberás ayudarle tú, ya que es lo más complicado para un niño. Enséñale cómo hacerlo y déjale practicar.

Aunque sea una niña, no le dejes el pelo muy largo, ya que será más difícil de peinar y de lavar. Compra enjuagues desenredantes para hacerlo más sencillo y menos doloroso.

Características de los hábitos de higiene

Los padres deben tener en cuenta, ciertos aspectos, para que a medida que crece el niño, y va acostumbrándose a ser más independiente, se forme con las bases correctas, de enseñanza y aprendizaje, sobre todo en sus **hábitos diarios**. Hay características básicas, que tienes que tomar en cuenta, para su higiene personal, si los sigues, seguro esta tarea será más sencilla.

Los padres deben dar el ejemplo

Los padres, como referentes naturales del niño deben tener un hogar limpio y aseado. Además hay que mostrarle cómo uno se lava los dientes pidiéndole su compañía en el baño, explicándole qué es lo que está haciendo, para qué sirve el cepillo y la pasta dental.

Deben inculcarse hábitos desde temprana edad

Un niño siempre va entender más de lo que puede expresar, por eso es necesario que el padre esté constantemente especificando el porqué de cada acción higiénica y los beneficios sanitarios que reporta. Por ejemplo, decirle a un bebé de seis meses de vida mientras se le cambian los pañales “vamos a mudarnos para que no se te irrite el potito”, él lo va a comprender.

Regularidad

Los hábitos deben crearse a diario y manifestarse en cada aspecto de la vida cotidiana. En este caso los padres deben armarse de paciencia, porque los resultados de su trabajo no se verán de inmediato, sino a largo plazo. Lo ideal es que las instrucciones que reciban los niños sean lo más simples posible. La complicación o perfeccionamiento deben ser paulatinos. A partir de los dos años el proceso puede ser interactivo, es decir, hacer al niño partícipe de la limpieza personal. Por ejemplo: “¡Qué rico olor sale de la boca! ¿Te gusta?” O bien, preguntarle una vez que ya se la ha mostrado la solución, “Listo, ya entré al baño, ¿Ahora que hago?”, Entonces si el niño dice que “hay que lavarse las manos” uno lo premia con una sonrisa. En caso contrario, si responde cualquier otra cosa, jamás hay que decirle un “no”, es mejor decirle “sí, y también lavarse las manos”

El niño debe contar con un ambiente preparado

Los artículos de aseo deben estar al alcance de los niños. La pasta dental no puede estar guardada en una repisa con llave, debe existir siempre papel higiénico disponible, etc. Si las condiciones no están dadas para que el infante realice sus labores de aseo aparecerá la desmotivación. El niño debe tener sus propios elementos higiénicos para que cuide de ellos y sepa en qué lugar se encuentran.

Cada momento de aseo debe ser grato

Jamás hay que decir “lávate el pelo porque si no te voy a castigar sin televisión”. Por el contrario, es mejor mostrar el lado positivo de la acción: “que agradable es tener el pelo limpio“. Relacionando este punto con el ejemplo que deben dar los padres, es importante que cuando el progenitor se asee demuestre el placer que produce para que el hijo vincule la acción con un bienestar. La idea es no mostrarle el castigo por no aarse, si no los beneficios que trae. También es importante incorporar el factor lúdico del aseo personal, tratar de hacerlo un juego: “es bueno hacer reír al bebé mientras se la cambian los pañales, así lo asociarán con una sensación grata en vez del suplicio.

Hay que ser creativo

Si un método de creación de hábitos higiénicos no da resultados no hay que desesperarse, mucho menos caer en la reprimenda, es mejor buscar otro sistema. En el caso de padres con más de un hijo un sistema que dio óptimos resultados con el mayor no siempre será igual con el menor, en tal caso el padre debe tener la capacidad, y por sobre todo la paciencia, de innovar.

Higiene personal infantil

Es el principal objetivo de los padres crear hábitos de higiene personal en los hijos, pero debes tener claro que base de ello es que lo hagas en orden, y preparándote para que a medida que crece seas su patrón de imitación. Sigue tus buenas costumbres y seguro lo harás bien, siempre con afecto y positivismo.

La primera regla de higiene se puede decir que es el baño diario, antes de ducharse hay que enseñarles a prepararse la ropa, la toalla y todos los elementos necesarios para arreglarse después del baño. También debemos preocuparnos por enseñarles a secarse bien después de salir del agua y repasar algunos puntos que pueden ser más delicados, como la limpieza de las uñas y de las orejas.

La costumbre que debemos inculcarles es la ducha diaria (mejor que el baño), aunque si son muy pequeños podemos empezar por enseñar a bañarles y saber cuales son las partes de su cuerpo a las que deben prestar más atención. La cabeza, las axilas, el cuello, la zona genital, las rodillas y los pies son las partes que más suelen sufrir los efectos de la sudoración, aunque deben jabonarse bien todo el cuerpo.

Después de la ducha, también hay que enseñarles a dejar el baño limpio, la ropa sucia depositada en su lugar correspondiente (cesta de la ropa sucia o en la propia lavadora) y dejarlo todo, más o menos, como estaba.

Podemos dar otras cuantas normas para mantener una buena higiene personal y mostrarnos siempre limpios y aseados:

- Antes de comer siempre debemos lavarnos las manos.

- Después de cualquier comida, lavarse los dientes.
- Mantener siempre las uñas limpias y en perfecto estado. Nada de morderse las uñas; se estropean y las manos estarán siempre con olor a saliva, y las uñas de mal aspecto. Lo mismo para las pieles y otros pellejitos de los dedos o las manos. No se arrancan.
- Si nos manchamos la cara u otra parte del cuerpo, también debemos lavarnos para mejorar nuestra presencia.
- La ropa también debe estar limpia y sin manchas.

La adopción de buenos hábitos debe fomentarse desde pequeños, ya que a los niños les proporciona seguridad y aceptación social y además les ayuda a prevenir ciertas enfermedades.

Pero lograr que nuestros hijos se laven las manos antes de comer o los dientes después, no siempre resultan tan sencillos y en el camino puedes encontrarte diversos obstáculos, pues los niños consideran la limpieza como un capricho de los padres. Es fundamental enseñarles desde sus primeros años y darles ejemplo.

Una buena alimentación en la escuela

Una buena escuela no enseña al niño a comer sólo en teoría. La alimentación saludable es un hábito que se puede enseñar en la práctica. Hay escuelas que han prohibido los refrescos, alimentos fritos, dulces y bocaditos ricos en grasas en sus comedores. En algunos casos, la escuela ofrece la fruta gratis en el recreo para los estudiantes.

Las iniciativas deben demostrar que se puede aplicar en la práctica los conceptos enseñados en el aula. Después de todo, ¿de qué sirve una intervención del profesor durante 50 minutos sobre la fruta o verdura más saludable que los bocadillos, si después de la clase, el olor a fritura y hamburguesa es mucho más atractivo y accesible en los recreos que una fruta sana?

HISTORIA

En la antigua Grecia la diosa de la salud se llamaba “Higieya”, palabra de la que ha derivado lo que hoy denominamos higiene.

Desde el inicio de las civilizaciones el ser humano ha mostrado preocupación por la higiene. Desde la antigua Grecia el griego Hipócrates, considerado el padre de la medicina, se niega a que las enfermedades tengan un carácter divino y afirma que no se producen como un castigo de los dioses, sino como consecuencia de fenómenos naturales. Entre los factores a los que se les dio importancia por aquella época fueron el medio ambiente, el clima, la dieta alimenticia y el género de vida.

Inicios de la higiene como una ciencia

La higiene floreció como una auténtica ciencia a finales del siglo XIX e inicios del siglo XX, cuando se empezó a disponer de métodos propios de investigación y normas específicas de aplicación. A partir de esta época, aunque de manera muy desigual en el planeta, el desarrollo de la medicina preventiva ha hecho posible una drástica disminución de la incidencia de las enfermedades.

Tipos de Higiene

En la actualidad la higiene se puede clasificar de varias maneras, las principales son: pública y privada. De la aplicación de la higiene privada se encarga el individuo y entre sus principales objetivos destacan el aseo corporal y la limpieza del entorno. La higiene pública, por otra parte, es aquella en cuya aplicación interviene la autoridad que adopta medidas colectivas para el saneamiento de comunidades, como la obtención de agua potable o la construcción de redes de alcantarillado, prescribe reglas profilácticas y organiza campañas sanitarias preventivas como los programas masivos de vacunación que representan una pieza clave en la lucha contra las enfermedades infecciosas. Además de estos dos grupos, se pueden clasificar los tipos de higiene atendiendo al fin

que tienen cada uno de ellos como puede ser: higiene deportiva, higiene corporal e higiene postural.

La higiene en la educación

Día a día es más evidente la utilidad que hace tener unos buenos hábitos de higiene, ya que en la escuela se ve poca la preocupación de la maestra para los niños poco interés de su aseo personal de su vestimenta y de no enseñar a tener unos buenos hábitos.

Como manejar el instructivo en los niños, padres y maestros.

Es un instructivo colorido y más que todo con todas las indicaciones necesarias para una buena higiene personal, se lo explica en charlas no solo explicar si no ponerlo en prácticas algunas normas realizar dinámicas para tener una mejor acogida de este material.

Metas para enseñar una buena higiene personal.

- . Desarrollo de una buena limpieza en su cuerpo.
- . Llegar a tener una mejor presencia.
- . Obtener un cuerpo más limpio para tener una buena salud.
- . Levantar la autoestima ya que juega un papel muy importante en nuestro aspecto.
- . Obtener unos mejores hábitos.

El maestro y la higiene

El maestro desempeña un rol muy importante ya que el maestro su rol importante aparte de enseñar es inculcar diariamente los buenos hábitos de aseo personal.

El maestro debe de ser dinámico para poder llegar aparte del material con dinámicas para que el niño pueda captar más fácilmente.

¿Qué es salud?

La salud es uno de los tesoros más preciados por la humanidad. La falta de ella significa una cierta invalidez parcial o completa, en ciertos casos más graves. Por lo mismo, todas las personas buscan, el mantenerse sanos.

Pero la salud es más que sentirse sanos. La salud es la ausencia de toda enfermedad en el organismo, pero al mismo tiempo, considera la falta de enfermedades mentales o de

la psiquis. Algo que es bastante poco común hoy en día. Debido principalmente, al gran ajetreo que significa, vivir en cualquier ciudad grande, de algún país desarrollado o en vías de. La competitividad, la indolencia, la agresividad y el egoísmo, nos lleva a un estilo de vida, alejada de todos los principios normales de un ser humano, en sociedad.

Lo que redundo principalmente, en ciertos trastornos psicológicos. Dentro de los cuales, los más comunes, son el estrés y la depresión. Casos que mal tratados, pueden llevar a la muerte.

Con respecto al organismo, este debe ser cuidado. Por medio de una dieta balanceada, alejada de las grasas y los azúcares. Rica en verduras y frutas. Fibra, minerales, calcio, vitaminas y otros agentes esenciales, para que nuestro cuerpo, se mantenga saludable. Otro capítulo importante de la salud, es el deporte o ejercicio. Este debe estar presente en la vida de todo ser humano. Al menos, tres días a la semana, por períodos de media hora, como mínimo. Actividad, que nos ayudará a mantener el peso a raya, al igual que el colesterol y otras patologías vinculadas con el sedentarismo (Como por ejemplo, los problemas cardíacos). Asimismo, retardar el envejecimiento inherente a todo hombre y mujer.

Otro aspecto importante dentro de la salud, es darse el tiempo de estar tranquilo. Disfrutar de momentos de ocio o de dispersión. Junto con los queridos o realizando aquellas actividades que nos gustan. Por ejemplo, avocarse a algún tipo de hobby. Esto ayudará a descomprimir el agotamiento y las preocupaciones, que se nos acumulan durante la semana.

No hay que olvidarse que la salud, es uno de los derechos humanos, más preciados que tenemos. Es obligación de nosotros el buscarla y exigirla a nuestros gobiernos.

Normas de salud

Durante mucho tiempo se definió a la salud como la ausencia de enfermedad.

A comienzos del siglo XX, se observó que los excombatientes que regresaban a sus casas físicamente sanos presentaban problemas de desadaptación que les impedía insertarse adecuadamente en la sociedad.

El hombre es una unidad integrada por tres esferas: psíquica, biológica y social.

Cualquier alteración en alguna de ellas puede destruir rápidamente la armonía de las otras dos, perjudicando la salud e impidiendo la normal relación con el medio.

La salud física es necesaria para realizar las tareas diarias con vigor y diligencia.

El tener una buena salud física depende de varios factores, entre ellos tenemos: la agilidad, la resistencia cardiorespiratoria, la flexibilidad, la resistencia, la fuerza muscular y la potencia.

Al combinarse armoniosamente todos estos factores, los resultados se traducen en un individuo físicamente sano, de esta manera se reduce el riesgo de contraer enfermedades.

La actividad física es un elemento que está muy relacionado con la salud, ya que está más que demostrado que la práctica de actividad física mejora la salud del ser humano.

Clases de normas de salud

HIGIENE DE LA PIEL

La piel constituye una de las primeras barreras del organismo para defenderse de las agresiones del medio, es además un órgano de relación porque en ella está el sentido del tacto.

Es aconsejable ducharse (mejor que bañarse) diariamente o al menos tres veces en semana y hacerlo preferentemente por la noche, pues así el cuerpo se relaja y descansa mejor. Se deben utilizar jabones de acidez similar a la de la piel (PH 6) y que no irriten. Es mejor utilizar nuestras propias manos haciendo masaje, pero si se emplean manoplas o esponjas, deben ser de uso individual.

Los desodorantes normalmente cambian el olor del cuerpo por otro pretendidamente agradable pero no deben usarse los antitranspirantes ya que impiden la sudoración privando al organismo de los beneficios que esta aporta.

Existen dos prejuicios populares que convendría desmitificar:

- Las niñas durante la menstruación deben ducharse diariamente (no es cierto que se corte la regla).

- Cuando se tienen determinadas enfermedades con fiebre (gripe, resfriados... conviene bañarse para eliminar la su cloración y permitir una mejor transpiración de la piel.

EL CABELLO

El cabello se ensucia con mucha facilidad porque retiene el polvo, las secreciones del cuero cabelludo y su descamación (la caspa). Es aconsejable lavarlo 2 ó 3 veces a la semana en función del tipo de cabello (graso, seco...) y teniendo en cuenta frotar con las yemas de los dedos, nunca con las tiñas, y realizar al final un buen enjuagado para no dejar restos de jabón. La elección del champú debe hacerse en función del tipo de cabello.

Estas medidas generales deben de modificarse en casos especiales como en el supuesto de existir piojos.

Dada la facilidad de contagio y el hecho de que cualquiera, niño o adulto, siendo limpio, pueda ser contagiado, es necesario:

- Revisión periódica del pelo.
- Ante la aparición de piojos usar un champú o loción antiparasitaria adecuados, existen muchos en el mercado. Consulte a su farmacéutico y él le indicará el más conveniente.
- El éxito del tratamiento radica en aplicar el antiparasitario a todos los niños y adultos al mismo tiempo y repetir la operación de nuevo a la semana
- El uso de champús antiparasitarios de forma preventiva puede crear resistencia en los piojos y problemas de piel, por lo que no está recomendado.

LAS MANOS Y LAS UÑAS

Las manos, por su relación directa y constante con el medio, son uno de los más importantes vehículos de transmisión de infecciones. Hay que lavárselas con agua y jabón:

- Al levantarse de la cama.
- Después de tocar animales

- Cada vez que estén sucias
- Antes de manipular alimentos
- Antes y después de curar cualquier herida después de ir al water
- Cuando se ha estado en contacto con posibles fuentes de contaminación y/o intoxicación (basura, estiércol, tierra, productos tóxicos...)

Especial atención merecen las uñas ya que su estructura hace que se acumule fácilmente la suciedad esto hace necesario la utilización de cepillo para limpiarlas. Es aconsejable cortárselas frecuentemente.

LOS GENITALES

Los genitales, al estar tan próximos a los orificios de salida de la orina y las heces. son una parte del cuerpo que requieren especial atención. Tanto la vulva como el pene tienen una serie de pliegues que hay que separar para lavarlos correctamente, ya que estos facilitan la acumulación de restos de orina y secreciones diversas.

Las niñas deben lavarse de delante hacia atrás; para no arrastrar restos de heces a la vagina. La regla no contraindica la limpieza, por el contrario, exige una mayor frecuencia.

Los niños deben bajar la piel del prepucio y limpiar el glande.

Los desodorantes íntimos deben desecharse, pues pueden alterar la mucosa vaginal y exponerla a infecciones.

LOS PIES

La limpieza de los pies es de gran importancia, ya que al estar poco ventilados por la utilización del calzado es fácil que se acumulen en ellos el sudor que favorece la aparición de infecciones y mal olor.

Hay que lavarlos diariamente y es fundamental un buen secado, sobre todo entre los dedos, para evitar el desarrollo de posibles enfermedades. Las uñas de los pies al igual que las de las manos, se cortarán frecuentemente y en línea recta para evitar encarnaduras.

Los zapatos deberán ser cómodos, preferentemente de materiales naturales, para facilitar la transpiración y adecuados al tamaño del pie, pues un zapato excesivamente amplio puede ser incomodo y dar lugar a torceduras, por el contrario si es demasiado estrecho impide el desenvolvimiento natural del pie, produciendo durezas, rozaduras e incluso deformaciones (juanetes).

LOS OÍDOS

Se lavará diariamente las orejas y el oído externo con agua y jabón, evitando la entrada de agua en el oído medio, esto consigue inclinando la cabeza hacia el lado que se está limpiando.

Los bastoncillos de algodón se deben utilizar sólo para secar los pliegues pero nunca para la limpieza del oído, ya que empujarían la cera dentro en lugar de eliminarla, y contribuye a la formación de tapones.

Si se observa en el niño/a la existencia de secreciones, picor persistente, disminución de la audición es aconsejable consultar al médico.

LOS OJOS

Aunque los ojos tienen un mecanismo propio de limpieza, construido por el sistema lacrimal se deben lavar diariamente con agua. Especialmente al levantarse para eliminar las legañas producidas durante el sueño.

Como medida de protección de los ojos hay que tener en cuenta:

- Usar una buena luz para estudiar y leer, que entre por la izquierda para los diestros y por la derecha para los zurdos. Si es artificial es aconsejable que sea de 60 watios y color azul.
- No leer en vehículos en movimiento ya que provoca variaciones continuas en la distancia entre el ojo y el texto.
- Mantener una distancia adecuada cuando se utilizan ordenadores o se ve la TV (1,5 metros).

Los padres y maestros pueden detectar deficiencias en la visión en los niños, observando su actitud en relación a la lectura, escritura y la pizarra.

Es aconsejable que la visión sea valorada por el médico periódicamente y usar gafas en caso de estar indicadas.

LA NARIZ

La nariz además de tener una función fundamental en el sentido del olfato, interviene en la respiración. Acondicionando el aire para que llegue a los pulmones con la temperatura y humedad adecuada y libre de partículas extrañas. La producción de moco como lubricante y filtro para el aire es importante pero el exceso de mucosidad obstruye las fosas nasales y dificulta la respiración, la limpieza de la nariz consiste en la eliminación del moco y las partículas retenidas con el paso del aire. Esta eliminación debe hacerse utilizando un pañuelo limpio y tapando alternativamente una ventana nasal y luego la otra y sin expulsar el aire con mucha fuerza.

Un caso de obstrucción persistente se pueden hacer lavados con suero fisiológico, echando unas gotas en cada una de las fosas nasales, esto es recomendable hacerlo unas horas antes de las comidas, otra medida es tomar vapores de agua, sin añadir ninguna otra sustancia, a menos que lo indique el médico.

Los niños/as deben llevar siempre un pañuelo limpio y evitar tocarse la nariz con las manos sucias, pues pueden producirse infecciones.

HIGIENE DE LA ROPA Y EL CALZADO

Al igual que el cuerpo, y por estar en contacto con él, la ropa y el calzado deben ser objeto de especial atención.

Es indispensable cambiarse de ropa después de la ducha o baño. La ropa interior se deberá cambiar diariamente.

Los niños/as deberán llevar ropas cómodas, no muy ajustadas. de fácil lavado y adecuadas a cada momento y situación del día. Para dormir tendrán que utilizar ropa amplia y diferente a la usarla durante el día. Se debe tener en cuenta la temperatura ambiente y llevar ropas , adaptadas a la misma.

Los zapatos, como ya hemos dicho anteriormente, deben ser cómodos y adecuados al tamaño del pie. Para mantener la higiene y duración del calzado conviene limpiar, cepillar y airear los zapatos con regularidad.

HIGIENE EN LAS DEPOSICIONES

Hay que habituarse a defecar diariamente y conviene que se realice a una hora fija, de lo contrario se produce con mayor facilidad el estreñimiento. Este se evita con una alimentación rica en verduras, frutas (excepto manzana y plátano) y otros productos ricos en fibra tales como pan, cereales integrales y agua abundante. Después de hacer defecar hay que limpiarse bien, utilizando papel higiénico suficiente, de forma que no queden restos (el último trozo de papel usado deberá quedar limpio). Las niñas deben limpiarse hacia atrás para no arrastrar restos de heces a la vagina. Inmediatamente después hay que lavarse las manos con agua y jabón, esta medida es especialmente importante, puesto que con ella se evitan ciertas enfermedades infecciosas que se transmiten por vía oral-fecal a través de las manos.

Después de utilizar el wáter hay que tirar de la cadena y comprobar que haya quedado limpio.

HIGIENE DEL SUEÑO

El sueño es necesario para que el cuerpo se recupere de la actividad diaria. Las necesidades del sueño varían según la edad y la actividad de los individuos (los niños/as de 4 a 12 años necesitan aproximadamente 10 horas de sueño y los adolescentes de 8 a 10). A mayor actividad física y mental, más número de horas de sueño se necesitan. La falta de sueño produce en los niños fatiga, dificultad en el aprendizaje e influye negativamente en su equilibrio personal.

Los niños/as deben acostarse y levantarse todos los días aproximadamente a la misma hora. Hay algunos elementos y situaciones que facilitan el sueño: una habitación silenciosa, oscura y aireada con temperatura moderada, una cama dura y plana, cena ligera y bebidas no excitantes, actividades relajantes antes de dormir (ducha, lectura...).

Algunas normas higiénicas, enunciadas anteriormente, y aplicables a esta situación son:

- Cepillarse los dientes antes de acostarse.
- Ponerse la ropa amplia y distinta de la que se ha usado durante el día.
- Lavarse al menos manos y cara al levantarse.

HIGIENE DEL JUEGO

La actividad principal en la vida del niño/a es el juego, y el juego implica la mayoría de las veces que se ensucien.

Este hecho debe ser aceptado por los adultos, que al mismo tiempo deben enseñar a los niños que una vez concluido el juego, si es necesario, hay que lavarse y cambiarse de ropa. De todos modos debemos enseñar a los niños a evitar:

- Jugar en lugares donde se acumulen basuras y desperdicios.
- Tocar objetos punzantes o que representen peligro. jugar en zonas donde haya aguas estancadas.

HIGIENE EN LA ESCUELA

La escuela es el lugar donde los niños y las niñas pasan gran parte del día. Si adquieren hábitos de higiene respecto a la escuela, es probable que estos se generalicen a los demás ámbitos de su entorno. para que esto ocurra, debe ser la escuela la primera en reunir unas condiciones mínimas que hagan un ambiente sano.

Respecto al ambiente térmico y aireación:

Debería de existir una temperatura constante, a ser posible entre 20 y 22 grados. Debe tratarse de aulas ventiladas, donde se produzcan corrientes de aire. El lugar donde se realice el deporte debe estar especialmente aireado y no expuesto a temperaturas altas o muy frías.

Mobiliario: Las mesas y las sillas deben de ser adecuadas al tamaño de los niños para que puedan mantener una postura correcta. La espalda se apoyará en el respaldo de la

silla, los pies reposarán totalmente en el suelo, la mesa será apropiada al tamaño de la silla de forma que el niño pueda apoyar cómodamente los antebrazos sobre la mesa. La pizarra debe de colocarse de forma que todos los niños puedan verla desde sus asientos, evitando el reflejo de la luz. Deben de haber papeleras en las aulas , en el pasillos y en el patio.

Sanitarios:

Tienen que estar adaptados al tamaño de los niños para que puedan usarlos correctamente. Esto significa tirar de la cisterna cada vez que se use, utilizar solo la cantidad necesaria de papel higiénico tirarlo a la papelera para evitar que se atasque. Como son usados por todos los niños de la escuela, tendrían que extremarse las normas de higiene. Habrá papel, jabón y toallas a disposición de cualquier alumno. Muy importante es que los niños sientan que ellos puedan contribuir al mantenimiento de la limpieza del colegio (tirando los desperdicios en las papeleras, ordenando los objetos después de usados...).

Objetivos de la salud

- Aumentar el nivel de conciencia de los maestros, padres y niños y comunitarios sobre la necesidad de estimular una actitud positiva hacia las buenas prácticas de higiene y saneamiento.
- Ayudar a las personas a comprender de qué manera la mala higiene y un saneamiento inadecuado contribuyen a la aparición de enfermedades y a la mala salud.
- Facilitar cambios en las actitudes y prácticas hacia una buena higiene.
- Poner en tela de juicio aquellas prácticas inútiles que llevan a la propagación de enfermedades infecciosas a causa de alimentos o suministros de agua que han sido ensuciados con excrementos.

Los maestros para motivar a sus niños y niñas hacia el aprendizaje además de reconocer las individualidades de ellos deben:

- Interesarse en sus niños y niñas.
- Conocer el porqué de estudiar sobre la buena higiene.

2.4.4 Operacionalización de las variables.

Hipótesis	Variables	Conceptos	Categorías	Indicadores
Instructivo de normas básicas de la higiene en los niños y niñas de primer años de educación básica de la Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña”	I Normas básicas de higienes	Es una de las experiencias de gran ayuda para los niños y niñas ya que este instructivo los ayuda a tener una buena higiene personal haciéndole expresivo y dinámico.	Instructivos. Nomas básicas	Conoce las normas de higiene para ponerlas en práctica.
	D La salud	Es importante que el niño tenga claro cuáles son los hábitos que ha de emplear en cada momento para una buena salud.	Poco desarrollada. Desarrollada	Actúa espontáneamente. Pone en práctica los pasos para tener una buena salud personal. Es participativo. Es atento.

CAPITULO III

MARCO METODOLOGICO

3.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN Y SU PERSPECTIVA GENERAL

INVESTIGACION

3.2 POBLACION Y MUESTRA.

Nuestro trabajo es tema de estudio cualitativo y esta aplicado a la salud y a la vez demostrar los buenos hábitos.

3.2.1 Característica de la Población.

En la escuela Rosaura Maridueña del cantón Ya guachi situada en una zona urbana, donde asisten niños y niñas de sus alrededores en el primer año de Educación Básica cuentan con 32 alumnos, es una escuela de estructura bien elaborada pero no cuenta con unas condiciones higiénicas aceptables.

Tipos de Investigación.

En nuestro proyecto será utilizada la investigación descriptiva teniendo en cuenta el problema prioritario del establecimiento.

Como estará aplicada la investigación de acción, orientada a solucionar las necesidades del establecimiento.

3.2.2 Delimitación de la población

Nuestro trabajo esta aplicado en el Jardín de la Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” situada en las calles Manuel Paz Ruiz del cantón Yaguachi en jornada matutina es una escuela completa con 550 alumnos con 23 maestros y una directora.

3.2.3 Tipo de Muestra

En el desarrollo de este manual, hemos tratado de resolver lo que podríamos llamar el dilema de la antropología aplicada es. Por un lado, le recomendamos el personal del proyecto con una formación escasa o ninguna en antropología o en disciplinas afines a participar en la realización de investigaciones cualitativas. Esto requiere una formación práctica y la supervisión de conciencia del personal del proyecto. Por otro lado, las limitaciones de tiempo y otros recursos que se enfrenta el personal del proyecto impone limitaciones en cuanto a forma satisfactoria que pueden participar en tales investigaciones sistemáticas. Muy a menudo, las investigaciones cualitativas plantear cuestiones que no se puede solucionar en un corto período de tiempo. Puede estudios antropológicos y relacionados se llevarán a cabo con rapidez por los equipos de estudio con menos formación que hubiera sido deseable? La respuesta es sí y no al mismo tiempo: mientras menos tiempo disponible para la sistemática investigaciones cualitativas, más altamente entrenado y conocedor de la zona de estudio y las poblaciones de los investigadores es necesario.

Los estudios de evaluación de higiene propuesto por las directrices de este manual puede llevarse a cabo rápidamente en cuestión de unos meses, si no semanas. Las evaluaciones rápidas, sin embargo, se centró, puede dejar un número de preguntas sin respuesta y señalar las áreas donde se requiere más investigación. Por esta razón, un estudio de evaluación de la higiene no debe ser visto como un fin en sí mismo. En un entorno de proyecto, puede ser útil para visualizar un estudio de evaluación de la higiene como un ciclo dentro del ciclo de proyecto más amplio de la planificación, el seguimiento y la medición del impacto. Puede ser necesario repetir un ciclo de evaluación de higiene (un estudio) de forma periódica. El propósito de la repetición del estudio pueden ser para investigación de seguimiento o de las cuestiones planteadas en la reunión anterior (por ejemplo, cuestiones relacionadas con las variaciones estacionales que no pueden ser abordadas por un solo estudio), o para el seguimiento o la medición del impacto. Esto se ilustra mediante la vinculación de una serie de investigaciones, los ciclos de aprendizaje

Cada estudio de evaluación de higiene (un ciclo), puede ser visto como un proceso de aprendizaje de cuatro etapas:

- Identificación del problema / definición de la pregunta (s).
- Recopilación de información de manera sistemática.
- Revisión de la información.
- Reflexionar sobre los resultados y / o tomar medidas correctivas.

Esta es una adaptación de los principios del aprendizaje experiencia, o aprender haciendo (Kolb, 1984). Cualquiera de los anteriores cuatro puntos puede ser un punto de partida para el ciclo, aunque empezamos con la primera. Este ciclo representa las diferentes etapas de un estudio de evaluación de higiene. [El equipo de estudio también puede resultar útil el uso de los mismos principios en sus sesiones de la rutina diaria de recolección de información, revisión, interpretación de resultados, la identificación de preguntas para una mayor investigación y recopilación de información, etc en todo el período de estudio. Si el propósito de su estudio es medir el impacto de la intervención del proyecto, puede ser necesario agregar un componente cuantitativo de su estudio, además de la investigación cualitativa. En ese caso, usted puede considerar el uso de un cuestionario que ha sido formulado para reflejar los resultados de la investigación cualitativa.

Al final de su estudio, se han definido una serie de cuestiones que deben abordarse en el ciclo de evaluación rápida que viene, que le ayudará a completar la imagen obtenida por el presente estudio. Si usted es capaz de seguir los ciclos de, investigación / evaluación de la implementación y de la investigación en su proyecto de trabajo, se han resuelto los problemas de resultados incompletos y limitados recursos, se benefician de un equipo de estudio básico formado en un enfoque poco sistemático de investigaciones cualitativas.

3.2.4 Tamaño de muestra

Muestra

32 alumnos 20 niños y 12 niñas del primer año de Educación Básica los cuales asisten normalmente a la Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña”

3.2.5 Proceso De Selección de la Muestra

Es el proceso de utilizar técnicas y métodos para mantener una buena higiene en lo referente a lo personal de cada uno de los niños y niñas

3.3 LOS MÉTODOS Y LAS TÉCNICAS

Métodos Teóricos

Nuestra investigación abarca una amplia gama, desde los proyectos impulsados fundamentales y la curiosidad de proyectos aplicados al objeto de encontrar soluciones innovadoras a los problemas ambientales. Un ejemplo del primero es a nivel molecular, los estudios de los procesos biogeoquímicos en las superficies de las partículas del medio ambiente, mientras que el segundo incluye el desarrollo de métodos científicamente sólidos y rentables para la remediación de suelos. Un elemento común es la utilización de un muestreo del estado de la técnica y las técnicas analíticas y una parte integral de nuestro trabajo es el desarrollo de nuevos métodos experimentales y herramientas. También hacen un uso extensivo de técnicas de modelado, asimismo, de quimiometría y termodinámica química y destino de los cálculos de estructura electrónica. Nuestra investigación se divide en cinco sub-disciplinas: los procesos biogeoquímicos, la higiene ocupacionales químicos, la química analítica ambiental, el destino y modelación ambiental, y la formación térmica de los contaminantes. Cada disciplina se describe brevemente a continuación.

Los procesos biogeoquímicos

Esta área abarca a nivel molecular, los estudios de los procesos de solución y en minerales, orgánicos y las superficies de las bacterias que influyen en los ciclos biogeoquímicos de los compuestos de origen tanto natural como antropogénico. El objetivo principal es proporcionar una comprensión fundamental de la especiación química, los mecanismos y la velocidad de las reacciones e interacciones en los ambientes acuáticos y terrestres. Esto se logra mediante una combinación de in-house y el sincrotrón basado en técnicas y métodos de química húmeda y teórico.

Química de Higiene Ocupacional

La investigación en el área ocupacional de higiene química se ocupa principalmente de la química analítica orgánicos e inorgánicos en el desarrollo de métodos eficaces y de fácil manejo para la evaluación de la exposición química en la vida laboral con énfasis en control de la exposición personal.

Química Analítica del Medio Ambiente

Las actividades de química analítica ambiental se centran en el desarrollo de métodos para el análisis de contaminantes orgánicos persistentes y semi-persistente (COP y COP semi-), y el análisis de elementos traza de especiación. Los métodos desarrollados se utilizan para el análisis de especiación de los diversos elementos e identificar los contaminantes orgánicos persistentes, COP semi-nuevos y emergentes contaminantes ambientales (por ejemplo, productos farmacéuticos), y para cuantificar con precisión estos en distintos compartimentos ambientales, que es de suma importancia para los estudios de procesos ambientales y biogeoquímicos.

La formación térmica de los contaminantes orgánicos persistentes

La combustión es una de las principales fuentes de contaminantes orgánicos persistentes (COP) con el medio ambiente. A fin de minimizar estas emisiones de los incineradores municipales, por ejemplo los residuos sólidos de las vías químicas fundamentales la formación tiene que ser entendido. Gas reacciones químicas fase, así como las reacciones en las superficies son estudiados con el fin de comprender los mecanismos de formación de complejos de los COP. El objetivo de la investigación es entender los fundamentos de la formación de contaminantes orgánicos persistentes en los procesos de combustión, y cómo los parámetros de combustión se puede controlar para reducir al mínimo la formación.

3.3.2 Métodos empíricos

La psicología es la ciencia de comportamiento y procesos mentales. Su objetivo inmediato es conocer personas y los grupos de ambos casos, el establecimiento de principios generales y específicos de la investigación. Para muchos, el fin último de la psicología es beneficio de la sociedad. En este campo, un profesional médico o

investigador que se llama un psicólogo, y puede ser clasificado como un científico social, científico de la conducta, o científico cognitivo. Los psicólogos intentan entender el papel de las funciones mentales en el individuo y la conducta social, también se analiza la fisiológica y neurobiológica procesos que subyacen a determinadas funciones y comportamientos. Los psicólogos exploran conceptos tales como la percepción, la cognición, la atención, la emoción, la fenomenología, la motivación, el funcionamiento del cerebro, la personalidad, conducta y relaciones interpersonales. Algunos, especialmente los psicólogos de profundidad, también consideran la mente inconsciente. psicólogos emplean métodos empíricos para inferir causalidad y correlación entre las relaciones psicosociales las variables. En adición, o en la oposición, a la contratación empírica y deductiva métodos, algunos-especialmente clínicos y consejería psicólogos-, a veces se basan en la interpretación simbólica y otras inductivas técnicas. Psicología incorpora la investigación de las ciencias sociales, ciencias naturales y humanidades, tales como la filosofía.

Mientras psicológica conocimiento a menudo se aplica a la evaluación y tratamiento de salud mental los problemas, también se aplica a la comprensión y solución de problemas en diferentes ámbitos de la actividad humana. Aunque la mayoría de los psicólogos están involucrados en algún tipo de papel terapéutico (clínicos, consejería, y la escuela posiciones), muchos de ellos la investigación científica en una amplia gama de temas relacionados con los procesos mentales y del comportamiento (por lo general en los departamentos universitarios de psicología) o enseñar esos conocimientos en el ámbito académico, y algunos se emplean en la organización industrial y la configuración, y en otras áreas, tales como el desarrollo humano y el envejecimiento , los deportes, la salud, los medios de comunicación, la ley, y medicina forense

3.4 PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO DE LA INFORMACIÓN

Encuesta.- El levantamiento de información se la efectuara a través de encuestas, Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” realizados utilizando un formato previamente elaborado y adecuado a las necesidades de la información. Se procederá a realizar encuesta a los docentes que se encuentran inmersos dentro del campo donde se desarrolla este problema en los niños.

Observación.- Se aplicara esta técnica en las visitas a los grados así como en la entrada a la escuela como a la salida en donde se pueda evidenciar los problemas de los niños con su aseo personal y el maestro que imparte las clases y es testigo del tema en cuestión

3.5 Técnicas e instrumentos a utilizar

Para la realización de nuestro trabajo contamos con la investigación bibliográfica ya que gracias a la ayuda de la Universidad Estatal de Guayaquil así como también libros, folleto y páginas de internet, nos han servido de mucha utilidad para poder avanzar en el análisis de dicha investigación en otro aspectos contamos con los datos proporcionados por la maestra especialista en el tema de la salud en los niños.

3.6 Técnicas de los resultados

Hemos podido hacer una graficación de los resultados de la entrevista aplicadas a la maestra directora y del test de observación aplicados en los niños y niñas de primer año de educación básica del jardín de la escuela Escuela Fiscal “Rosaura Maridueña” del cantón Yaguachi.

Las preguntas realizadas a los niños y niñas se concretan en aspectos vivenciados durante la expectación de las normas de los hábitos de higiene de salud.

CAPITULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DEL RESULTADO

ENCUESTA APLICADA A LOS DOCENTES

4.1 ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL

En la escuela Mixta Rosario Maridueña primer año de básica que hay 32 niños, 12 niñas y 20 niños de los cuales 22 no tienen buenos hábitos de higiene personal desconocen que son las normas básicas y 10 si tienen conocimiento del tema.

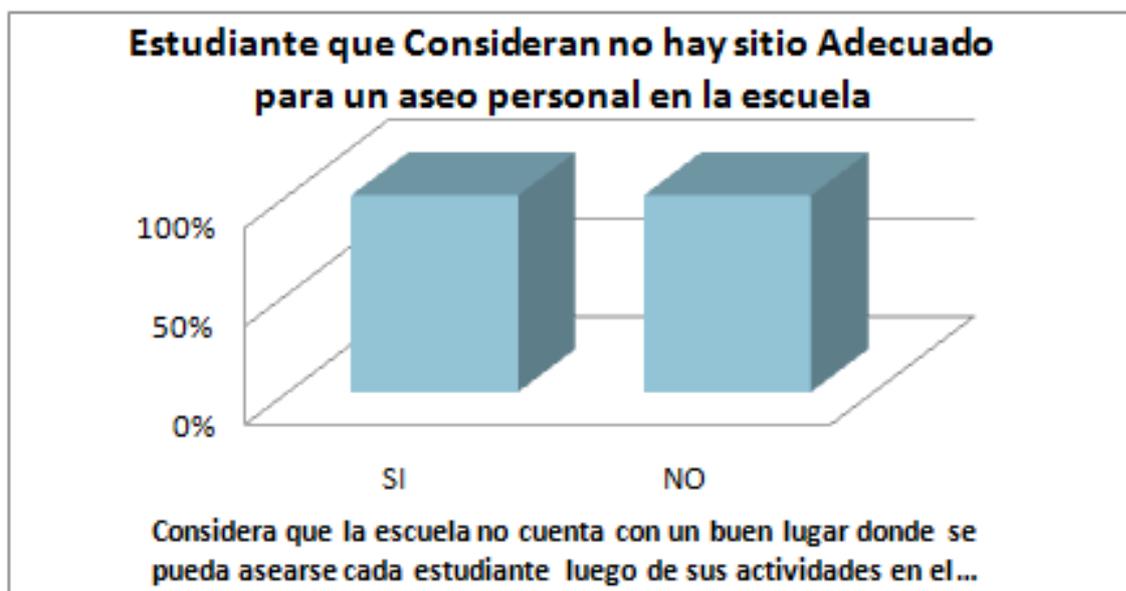
Alumnos y Alternativa	Frecuencia Absoluta %	Frecuencia Relativa
Niños 20		
Niñas 12		
Si	10	31.25 %
No	22	68.75 %
Total	32	100.00 %



4.2 ANALISIS COMPARATIVO, EVOLUCION, TENDENCIA Y PERSPECTIVAS.

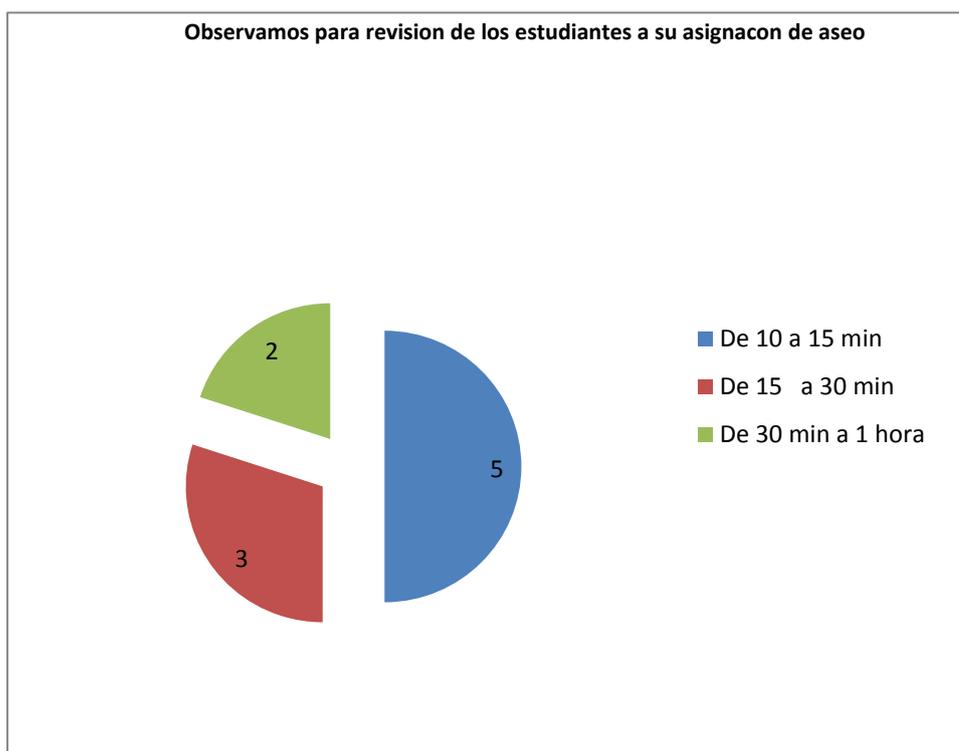
Aquí mostramos el porcentaje de estudiantes que presentan el no conocimiento a la **higiene personal**

PREGUNTA	SI	NO
¿Considera que la escuela no cuenta con un buen lugar donde se pueda asearse cada estudiante luego de sus actividades en el recreo para el ingreso a clases?		
TOTAL	7	3



En el gráfico se observa que 10 de los estudiantes que fueron encuestados siete dicen que no hay lugar adecuado en la escuela para el aseo personal

¿Qué tiempo tiene usted el profesor para revisar la el aseo personal de los estudiantes?	
De 10 a 15 min	5
De 15 a 30 min	3
De 30 min a 1 hora	2

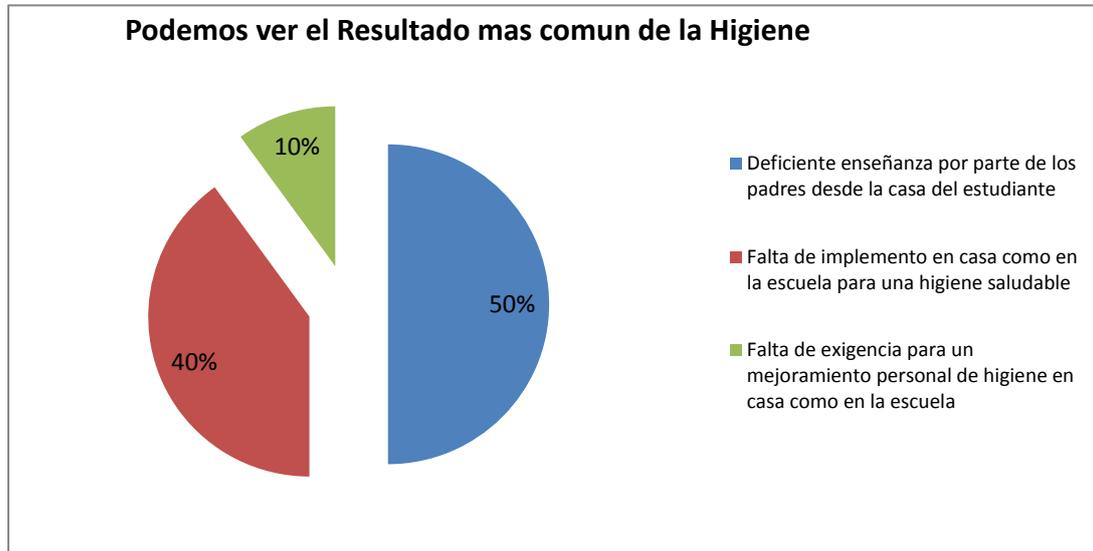


4.3 RESULTADOS

4.3 Resultados

El gráfico presenta un resultado poco favorable para la solución del problema ya que la mayoría de los encuestados es decir 5 de ellos solo se toman de 10 a 15 minutos para revisar las el aseo de cada niño

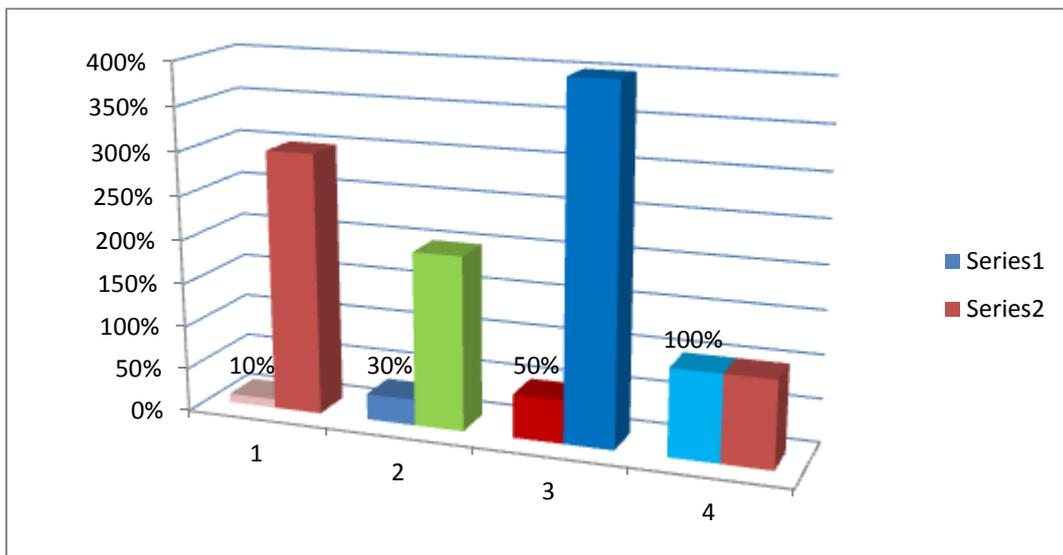
4.1 Cuál de las causas cree usted que es la más común y que origina la mala higiene	
Deficiente enseñanza por parte de los padres desde la casa del estudiante	5
Falta de implemento en casa como en la escuela para una higiene saludable	4
Falta de exigencia para un mejoramiento personal de higiene en casa como en la escuela	1



4.4 VERIFICACION DE HIPOTESIS

Podemos Observar lo que hace falta por eso es que no hay una buena higiene en los niños como en los adulto

Qué grado de importancia tiene el apoyo de los padres de la familia en el mejoramiento de utensilio de limpieza en casa de los niños, familias y escuelas	
10%	3
30%	2
50%	4
100%	1



Se observa la importancia que los padres de familia pueden a sus hijos para poder salir de esta situación la limpieza de sus hijos en casa como en el establecimiento

CAPITULO V

PROPUESTA

5.1 TEMA

Instructivo de normas básicas de higiene personal en los niños y niñas de educación básica del jardín escuela “Rosaura Maridueña”.

5.2 FUNDAMENTACION.

Nuestro proyecto se edifica en resolver la necesidad prioritaria de incrementar normas de higiene ya que esto ayudara a tener una buena salud.

Con este proyecto se incentivar no solo a los alumnos si no a los maestros ,padres de familia para así lograr un mejor aspecto no solo en su higiene personal si no evitar muchas enfermedades.

5.3 JUSTIFICACIÓN

Nuestro trabajo se justifico por una necesidad de aplicar en el área pre-escolar conforme los beneficios de los niños y niñas teniendo presente los estudios realizados para si de esta manera propiciar la participación activa y un mejor desenvolvimiento de las normas básicas en los niños y niñas.

La Higiene de toda la superficie del cuerpo, es decir, de la piel que lo recubre. Para ello se emplean los baños.

La piel que recubre el cuerpo, por su estructura y por su relación constante con el medio, exige un aseo frecuente.

La piel es muy importante por las funciones que cumple. Es una capa que tapiza los tejidos más profundos y los preserva de la agresión de los microbios. También regula el calor del organismo. En ella reside, el sentido del tacto y el organismo elimina sustancias de desecho.

En la piel se encuentran los folículos pilosos donde se implantan las vellosidades y pelos que la recubren.

Se encuentran también los orificios excretores de las glándulas sudoríparas y los orificios secretores de las glándulas sebáceas.

Las glándulas sebáceas desembocan en los folículos pilosos, directamente en la superficie de la piel o simultáneamente en el folículo y en la piel.

Todos estos orificios pueden servir para la penetración de gérmenes que se depositan sobre la piel. Son traídos por agentes intermediarios, como las moscas o arrastrados por el polvo atmosférico que constantemente se deposita sobre ella.

Los restos de sudor que elimina, la secreción sebácea, las células de la capa córnea de la epidermis que se descaman y el polvo atmosférico que se adhiere, forman en la superficie del cuerpo, un campo del organismo y para ello se aconsejan los baños.

Baños: los baños pueden ser de diferentes clases. Los más comunes son los baños de ducha y de inmersión.

Con ellos se procura eliminar los restos de transpiración, la grasitud que se acumula, las células que se descaman y el polvo atmosférico y gérmenes que se adhieren en la superficie del cuerpo.

El baño de ducha, previo a jabonarse el cuerpo para que la limpieza sea más efectiva, es un baño rápido, que puede practicarse al levantarse o al regresar al hogar antes de la cena. Este tipo de baño es el más frecuente.

El *baño de inmersión* se realiza en bañeras bien limpias y con la cantidad de agua necesaria, para cubrir el cuerpo en posición horizontal. El cuerpo se jabona con jabones untuosos que disuelven las grasas y destruyen los gérmenes.

Este baño tiende a refrescar el cuerpo. Cuando se termina, se debe tomar un baño de ducha. Es una medida higiénica de precaución, pues pueden quedar adheridos a la piel, detritos que el agua arrastra, arena, etc.

Sobre los baños fijemos este concepto:

Todo baño debe darse, después de 3 o 4 horas de haber comido.

5.4 Objetivos.

Objetivo General

Instructivo de normas básicas de higiene personal en los niños y niñas de educación básica del jardín escuela “Rosaura Maridueña”.

Objetivo Especifico.

Implementar el instructivo para una mejor enseñanza libre y participativa.

Poner en funcionamiento las normas básicas de salud.

5.5 UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA

El proyecto investigado se o va a aplicar en la escuela jardín “Rosaura Maridueña “ del cantón Yaguachi situada en una zona urbana.

5.6 FACTIBILIDAD

Es factible para ejecutarlo con la ayuda de los maestros, niños y padres de familia.

5.7 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

5.7.1 Actividades

En el mes de Septiembre del año lectivo 2010 vistamos la escuela “Rosaura Maridueña” donde fuimos recibidas muy gentilmente por la señora directora Lcda. Martha Murillo con la cual tuvimos un dialogo conociendo la necesidad que tiene la escuela observando muchas necesidades y nos causo mucha impresión el primer año de educación básica donde los niños presentaban bastante descuido personal , y malos hábitos de higiene y el poco interés de la maestra ne inculcarles buenos hábitos y normas de salud e higiene.

Luego dimos a conocer a la directora por medio de un oficio si nos permitía aplicar nuestro proyecto en su establecimiento.

Para llevar a cabo este trabajo tuvimos que hacer entrevistas dirigidas tanto a la maestra directora como tutora y por supuesto un test de observación dirigidos a los niños y

niñas por medio del cual nos propusimos a lograr objetivos de los mismos que están planteados en el capítulo I.

5.7.2 Recursos

_Directora

_Niños y niñas.

_Expertos.

_Autoras del proyecto

Recursos y medios de trabajo.

Bibliografías.	20
-Internet.	20
-Computadora.	25
-Impresora.	30
-Hojas.	10
-Cuadernos.	10
-Borrador.	25
Total	135.00

5.7.3 Impacto

En normal que los padres se preocupen por la enseñanza de sus hijos, traducida o visualizada en el colegio que eligen para ellos, generalmente de acuerdo a sus propios principios y tradiciones familiares. También se preocupan por que sean niños respetuosos de las normas de educación básicas que rigen la sociedad, trabajando para eso desde casa, inculcándole valores morales que le permitan desarrollarse íntegramente como personas. Pero todo este gran esfuerzo de inversión de tiempo y de dinero podría quedar poco valorado y hasta desecho si el niño se convierte en un ser carente de higiene. En efecto, esta es un área que no debe ser descuidada por los padres y quizá sea la que mayor vigilancia debe presentar diaria y constantemente. El establecimiento de normas de higiene debe iniciarse en cada hogar y sin duda la prédica de las mismas debe ser hecha con el ejemplo, en base al buen entendimiento y explicando las razones que se

CRITERIOS DE LOGROS

- Para comprobar si las charlas han surgido efecto, la profesora encargada visitará los hogares de las familias en cuestión. Haciendo un estudio de las medidas de higiene que se han tomado en cada hogar.
- Cada mañana en la escuela, se verificará que los niños lleguen aseados y se vayan a sus casas aseados también por la tarde.
- Cada Mes se realizará una tabulación de inasistencia a clases, y se comparará con los meses anteriores al proyecto y con los meses posteriores al tiempo de evaluación del proyecto.

CONDICIONES DE RIESGO

- Una vez terminado el periodo escolar, esto es en las vacaciones de los niños, haya un descuido, esto quiere decir que , los padres dejen de reforzar lo aprendido en la escuela.
- Que los padres no tomen en consideración las charlas, las reuniones, ni ningún tipo de actividades de la escuela.

5.7.5 Lineamiento para evaluar la propuesta

- **La Dra. María Carolina Diez. Pediatra dijo:**

“El contagio de las enfermedades infecciosas las podemos prevenir tomando medidas de higiene personal, para evitar que sean traspasadas de niño a niño; o bien de un animal al ser humano”.

“El consumo de alimentos contaminados es la primera causa de las enfermedades infecciosas del intestino. Pues la comida se infecta al ser manipulada”.

La Sra. Carmen Vázquez Profesora de una Escuela Rural en Metrenco dijo:

“La Mayoría de mis alumnos han llegado a faltar a clases por causa de haber contraído una enfermedad infecciosa la más común que se ha presentado, ha sido la hepatitis”.

“Nuestros niños se contagian por el excesivo contacto que tienen entre ellos. Sabemos que se meten cosas a la boca, hasta las mismas manos sucias, o alimentos que ensucian con sus manos”.

Citas textuales:

“El baño diario, no sólo es aporte a la higiene, sino también al estímulo de la piel y sistemas de sostén como influyente del crecimiento”.

“La piel es el reflejo de la salud y del equilibrio del individuo, requiere de cuidados específicos, la ducha tonifica y despierta, el baño es un momento de relajación que se prepara para el sueño”.

“Los hábitos de higiene son muy distintos en los diversos países y culturas, ya que se depende a gran medida de las formas de vida urbana o rural y sobre todo del nivel cultural y recursos económicos”.

“Es fundamental la limpieza del cuerpo con agua y jabón, para eliminar la grasa y el polvo, vehículo de innumerables gérmenes”.

“A fin de conservar la salud hay que poner importancia a las normas destinadas del aseo corporal y también del hogar en que vivimos”.

CONCLUSIONES

La escuela es el lugar donde los niños y las niñas pasan gran parte del día. Si adquieren hábitos de higiene respecto a la escuela, es probable que estos se generalicen a los demás ámbitos de su entorno. Para que esto ocurra, debe ser la escuela la primera en reunir unas condiciones mínimas que hagan un ambiente sano.

Respecto al ambiente térmico y aireación:

Debería de existir una temperatura constante, a ser posible entre 20 y 22 grados. Debe tratarse de aulas ventiladas, donde se produzcan corrientes de aire. El lugar donde se realice el deporte debe estar especialmente aireado y no expuesto a temperaturas altas o muy frías.

Mobiliario:

Las mesas y las sillas deben de ser adecuadas al tamaño de los niños para que puedan mantener una postura correcta. La espalda se apoyará en el respaldo de la silla, los pies reposarán totalmente en el suelo, la mesa será apropiada al tamaño de la silla de forma que el niño pueda apoyar cómodamente los antebrazos sobre la mesa. La pizarra debe de colocarse de forma que todos los niños puedan verla desde sus asientos, evitando el reflejo de la luz. Deben de haber papeleras en las aulas , en el pasillos y en el patio.

Sanitarios:

Tienen que estar adaptados al tamaño de los niños para que puedan usarlos correctamente. Esto significa tirar de la cisterna cada vez que se use, utilizar solo la cantidad necesaria de papel higiénico y tirarlo a la papeleras para evitar que se atasque. Como son usados por todos los niños de la escuela, tendrían que extremarse las normas de higiene. Habrá papel, jabón y toallas a disposición de cualquier alumno. Muy importante es que los niños sientan que ellos puedan contribuir al mantenimiento de la limpieza del colegio

RECOMENDACIONES

Es importante que el niño disponga de todos los útiles necesarios para su aseo: jabón, papel higiénico, cepillo de dientes, peine, toalla... y se sienta responsable de ellos. Si come en el colegio sería interesante que dispusiera de una bolsita de aseo o al menos cepillo y pasta dental. . Por supuesto en el colegio debe haber siempre papel higiénico, jabón y toalla.

Los padres y educadores se encuentran con frecuencia con el problema de que los niños no quieren lavarse. Hay que abandonar posiciones moralistas, en las que la limpieza es buena y la suciedad es mala, es necesario insistir en la higiene del entorno y el aseo personal como fuente de bienestar y vivencias agradables. Lavarse no es un deber ingrato impuesto, sino algo que puede hacer que el niño/a se sienta a gusto. No martillar al niño/a con conductas aconsejables, se debe dejar que el niño experimente por sí mismo las diversas sensaciones, ensuciarse puede ser agradable y lavarse luego también. La limpieza no debe ser una obsesión ni para el profesor ni para los padres, más que decirle al niño que no se ensucie ni ensucie, hay que enseñarle a limpiarse, a mantener el entorno limpio y proporcionarle los medios y el tiempo necesario para ello. La higiene es un concepto que va mucho más allá de la limpieza o asco: comprende otra serie de aspectos como el ejercicio físico, la alimentación, el sueño La higiene personal y del entorno son básicas para mejorar la salud. La limpieza aumenta la sensación de bienestar personal y facilita el acercamiento de los demás y en consecuencia, las relaciones interpersonales.

El ambiente en que se desenvuelve el individuo debe reunir unas condiciones higiénicas adecuadas (aireación suficiente, ausencia de humedad y polvo, sistema de eliminación de aguas.) para mantener un óptimo estado de salud. Es importante que los niños aprendan a valorar el hecho de la higiene como medida para el logro de un mayor bienestar personal con los demás. Padres .y educadores tienen un papel fundamental en la adquisición de estos hábitos

ANEXOS

ENCUESTA

La presente encuesta es realizada con el objetivo de levantar información fundamental sobre la existencia de conocimientos por parte de los docentes con respecto a dificultades que analiza en forma no adecuada en el cuidado personal de cada estudiante

1.- ¿Cuál es el porcentaje de estudiantes que presentan problemas en el aseo personal?

20% ()

40% ()

60% ()

80% ()

100% ()

2.- ¿Considera que la escuela no cuenta con un buen lugar donde se puedan asearse luego de sus actividades en el recreo para el ingreso a clases?

SI () NO ()

3. ¿Qué tiempo tiene usted el profesor para revisar la el aseo personal de los estudiantes?

De 10 a 15 min ()

De 15 a 30 min ()

De 30 min a 1 hora ()

4.- ¿Cuál de las causas cree usted que es la más común y que origina la mala higiene ?

- Deficiente enseñanza por parte de los padres desde la casa del estudiante

()

-Falta de implemento en casa como en la escuela para una higiene saludable

()

-Falta de exigencia para un mejoramiento personal de higiene en casa como en la escuela

()

6.- ¿Qué grado de importancia tiene el apoyo de los padres de la familia en el mejoramiento de utensilio de limpieza en casa de los niños, familias y escuelas?

10% ()

30% ()

50% ()

100% ()

ANEXOS



En esta foto se grafica el inicio de la encuesta para la monografía



Estamos familiarizándonos con los alumnos para empezar la encuesta sobre la higiene de los niños



Se está realizando una tabla de preguntas a cada uno de los participantes verbalmente para conocer sus situaciones en sus hogares como en el establecimiento donde estudian



Estamos mostrándoles un video educativo para que pueda entender y aplicar en el hogar como en la escuela como se debe aplicar una higiene correcta



Cada uno de los participantes es decir los niños están asombrados al darse en cuenta cual es la causa de enfermedades, en sus hogares y la respuesta de ellos eran el aseo mal aplicados por sus padres maestros Etc.



Se demuestra la satisfacción que sienten los niños al momento que recibieron este apoyo para mejorar una higiene correcta para que la puedan aplicar correctamente en sus hogares



**Estamos dando fin al proyecto que se realizo durante la asistencia a la escolita
Mixta Rosario Maridueña**

MATERIALES DE REFERENCIA

BIBLIOGRAFIA

Autores

Obra

Dr. Philip Evans

Enciclopedia Médica Familiar

www.cepis.org.pe/bvsdeescuelas/fulltext/.../unidad6.pdf

[www.psicologoescolar.com/.../22 tecnicas para conseguir los **habitos** de alimentacion e **higiene**.htm](http://www.psicologoescolar.com/.../22_tecnicas_para_conseguir_los_habitos_de_alimentacion_e_higiene.htm) Enciclopedia de la Salud

[www.protocolo.org/.../la **higiene** personal protocolo infantil.html](http://www.protocolo.org/.../la_higiene_personal_protocolo_infantil.html)

Bibliografía

- Biología e Higiene, José Ángel-Dos Santos Lara, Troquel
- Gran enciclopedia médica de Zarpe
- Higiene y puericultura - J.A Dos Santos Lara, Troquel
- Educación para la Salud, Francisco Cuniglio, Maria Gabriela Barderi, Mónica H. Capurro, Eduardo H. Fernández, Ricardo Franco, Guillermo Frascara, Eliana Lotersztair
- Cartilla de capacitación sobre el dengue, Municipalidad de Gral. Pueyrredon, Secretaría de Calidad de Vida
- Centro de atención primaria de la salud boletín informativo - junio 2001
- Diario clarín -marzo 2001
- <http://www.traumazamora.org/ortoinfantil/columna2/columna2.htm>
- http://www.jccm.es/edu/cp/sanisdidro/Cuidatucuerpo.doc+higiene+en+la++vestimenta&hl=es&lr=lang_es&ie=UTF-8
- http://www.hygiene-educ.com/sp/profs/domestique/sci_data/etude.htm
- <http://www.gestiondeventas.com/Lenguaje%20visual.htm>
- <http://www.solonosotras.com/archivo/03/fam-mat-160800.htm>
- http://starmedia.saludalia.com/starmedia/vivir_sano/doc/higiene/doc/i_higiene.htm
- <http://www.dentagora.com/halitosis.ht>

INSTRUCTIVO DE NORMAS BASICAS DE HIGIENE PARA NIÑOS Y NIÑAS DE EDUCACION GENERAL BASICA

HIGIENE PERSONAL



Me lavo la cara todas las mañanas.



Me baño todos los días.



Me peino y mantengo limpio mi pelo.



Me lavo las manos frecuentemente.



Me cepillo los dientes después de cada comida.



Mantengo las uñas cortas y limpias.

Adoptar hábitos de higiene personal, de alimentación, de postura y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable de cara a su propio cuerpo y de respeto hacia los demás, relacionando estos hábitos con los efectos que tienen sobre la salud.

Es una necesidad educativa básica. La escuela tiene que ayudar al alumnado a crear su propio sistema de valores, tomar decisiones responsables, alcanzar un nivel adecuado de Autonomía. Para conseguir esto es necesario: Un marco conceptual adecuado, una Estructura metodológica acorde y un clima escolar adecuado



CromoPress

La Higiene del cuerpo debe enseñarse al niño en el hogar, como factor importante en la formación de su personalidad. Esta enseñanza la debe continuar el maestro en la escuela, para robustecer lo enseñado en el hogar.

[¿Qué es el aseo personal?](#)

Es la limpieza y cuidado de nuestro cuerpo, incluye: lavarse las manos, los oídos, los pies, los dientes, el cabello y las partes genitales. Por eso debemos resaltar los buenos hábitos tanto en el hogar, como en la escuela y en la calle, con el fin de conservar la salud y prevenir las enfermedades.

Hábitos de higiene en la Escuela

- Crear hábitos de rutina en los niños y niñas.
- Antes y después de comer cepillarse los dientes.
- Después de comer cepillarse los dientes.
- Lavarse las manos después de usar el baño.
- Mantener los espacios de trabajo en orden



Importancia en la Educación Inicial

Es importante resaltar que la Docente de Educación Inicial utilice estrategias adecuadas para motivar los hábitos de higiene en los niños y niñas, como por ejemplo: a través de canciones, juegos, entre otros. No obviando que los niños y niñas copian patrones y que las Docentes de Educación Inicial como formadoras de hábitos, deberían dar el ejemplo para que llegue de una forma eficaz.

Aspectos importantes a tratar en la higiene personal de nuestro cuerpo.

Higiene de la cabeza

Higiene del cabello

Higiene de los oídos

Uniforme limpio

Higiene de las manos



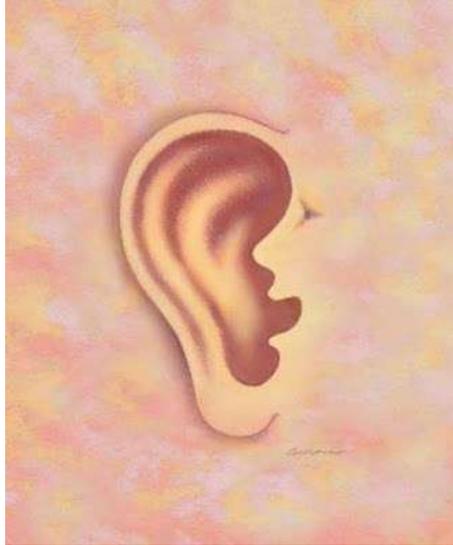
HIGIENE DEL CABELLO.

Casi siempre se asocia a los **piojos** con la falta de higiene, por contrariamente a ello, tienen preferencia por el cabello limpio. El mayor problema con estos insectos es su rápida reproducción, se extienden con gran facilidad.

Se recomienda aplicar **Permetrina** al 1 por ciento, por ser el menos tóxico para el humano. El uso de **lociones o champú antipiojos** suele ser suficiente para matarlos, se recomienda quitar las liendres con las manos con mucha paciencia para evitar un nuevo brote, ya que aunque parezca que se ha erradicado la infección, puede volver a brotar en unos días.

HIGIENE DE LOS OIDOS.

Se recomienda limpiar diariamente los oídos con un paño húmedo o en el baño diario, los niños más que todo los padres deben de tener una limpieza adecuada ya que el exceso de cerilla es desagradable para su apariencia



Uniforme Limpio

El cambiarse de ropa a diario es necesario, sobre todo en verano que se suda más, y al salir de paseo cuando aún se es algo torpe con la comida, se debería llevar otra muda de ropa, por si sucede algún accidente. Vestirse y desvestirse es la primera señal de independencia, por eso lo debes guiar y enseñar sin presiones ha hacerlo correctamente, pero dejando de su parte algo de escogencia también.

Vestirse. Hay que enseñarles como vestirse y estar presentes en esos primeros días para ver si lo hacen bien y poder corregir posibles errores.

Consejos.

- La ropa que nos pongamos debe estar limpia y planchada. No debe tener rotos, falta de botones o cremalleras, hilos sueltos, etc.
- Al llegar a casa lo mejor es cambiarse de ropa y ponerse una para andar por casa más cómoda (así la ropa nueva, de calle, nos durará mucho más).

- Si alguna de las prendas que nos quitamos está sucia, habrá que dejarla en el sitio adecuado para lavarla. Hay que cambiarse a menudo (mejor a diario) la ropa interior.
- Los zapatos deben quitarse al llegar a casa y cambiarse por unas zapatillas.

EL NIÑO DEBE CONTAR CON UN AMBIENTE PREPARADO

Los artículos de aseo deben estar al alcance de los niños. La pasta dental no puede estar guardada en una repisa con llave, debe existir siempre papel higiénico disponible, etc. Si las condiciones no están dadas para que el infante realice sus labores de aseo aparecerá la desmotivación. El niño debe tener sus propios elementos higiénicos para que cuide de ellos y sepa en qué lugar se encuentran.

La escuela es el lugar donde los niños y las niñas pasan gran parte del día. Si adquieren hábitos de higiene respecto a la escuela, es probable que estos se generalicen a los demás ámbitos de su entorno. Para que esto ocurra, debe ser la escuela la primera en reunir unas condiciones mínimas que hagan un ambiente sano.



ACTIVIDADES

Colorea el niño en la ducha.



Encierra los elementos que usamos para el aseo personal



UN NIÑO QUE MANTIENE UNA BUENA HIGIENE PERSONAL GOZA DE UNA BUENA SALUD Y APARIENCIA



**ESTE MANUAL ESTA DEDICADO A LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA INSTITUCION
CON MUCHA DEDICACION.**

INTEGRANTES:

GABRIELA LOZADA

JOHANA MOYA

PERSONA LIMPIA PERSONA SANA

TU PULCRITUD DEMUESTRA TU EDUCACION