

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Hábitos de higiene en los niños del nivel inicial

Trabajo Académico

Para optar el Título de segunda especialidad Profesional en Educación Inicial

Autora

Milagros Julissa Arismendis Benites

Sullana – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Hábitos de higiene en los niños del nivel inicial

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)

.....

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

.....

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

.....

Sullana – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Hábitos de higiene en los niños del nivel inicial

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma

Milagros Julissa Arismendis Benites (Autor)

Dr. Segundo Alburqueque Silva (Asesor)

Sullana – Perú

2020



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Sullana a diecisiete días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Mayor PNP Roberto Morales Rojas, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Kid Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *“Hábitos de higiene en los niños del nivel inicial”*, para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial al señor(a) **ARISMENDIS BENITES, MILAGROS JULISSA**.

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de 16.

Por tanto, **ARISMENDIS BENITES, MILAGROS JULISSA**., queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Presidente del Jurado


Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

Hábitos de higiene en los niños del nivel inicial

INFORME DE ORIGINALIDAD

3 %	3 %	0 %	1 %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unsch.edu.pe Fuente de Internet	1 %
2	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	1 %
3	repositorio.udh.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva.
Asesor.

DEDICATORIA

Con todo amor dedico este trabajo a todos aquellos que hicieron que pueda terminar este trabajo monográfico y seguir progresando como docente para lograr mayores éxitos en mi labor docente.

ÍNDICE

DEDICATORIA	vi
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I	13
1.1 Antecedentes Internacionales	13
1.2 Antecedentes Nacionales	14
1.3 Antecedentes Locales	15
CAPÍTULO II	17
2.1 Hábitos de Higiene fundamentación científica	17
2.2 Hábitos	17
2.3 La profiláctica	19
2.4 Higiene personal	20
2.5 Historia de la higiene	20
2.6 Práctica de la higiene	22
2.7 Relevancia de la higiene en los infantes	23
2.7.1. Mecanismo para la formación de hábitos de la higiene en la niñez	24
2.7.2. Agentes socializadores de la higiene personal en la niñez	25
2.8 Principales hábitos de higiene	29
2.9 Tips para promulgar hábitos de higiene	31
2.10 Los malos hábitos	31
2.10.1. Higiene en el colegio	32
2.10.2. Tipos de higiene	33
2.10.3. Higiene oral	34
2.10.4. Higiene del hogar	34
2.10.5. Higiene en los alimentos	34
2.10.6. Higiene escolar	34
2.11 Prácticas de higiene y su impacto en el aprendizaje escolar	35
2.12 El impacto de la falta de desarrollo de hábitos de higiene en la contaminación ambiental en las escuelas	35
CONCLUSIONES	38
RECOMENDACIONES	39
REFERENCIAS CITADAS	40

RESUMEN

El presente trabajo, se ha elaborado con el fin de ofrecer material de información a las docentes en el marco de la conceptualización de la educación inicial dirigida a mejorar hábitos relacionados con la salud, especialmente en el ámbito de higiene, tema que todo docente especialmente en el área psicomotriz y en todas las áreas del nivel, debe conocer para poder inculcar hábitos saludables en los educandos. Nuestra investigación trata de dotar a la docente de medios de información para que así de esa manera podamos utilizar diversas estrategias metodológicas en sus sesiones de aprendizaje inculcando hábitos saludables en los niños para que puedan crecer y tener una vida sana llena de salud y puedan lograr exitosas enseñanzas.

Palabras clave: Hábitos saludables, vida saludable, educar para la salud.

ABSTRAC

The present work has been elaborated in order to offer information material to teachers in the framework of the conceptualization of initial education aimed at improving habits related to health, especially in the field of hygiene, a topic that every teacher, especially in the psychomotor area and in all areas of the level, you must know in order to instill healthy habits in students. Our research tries to provide the teacher with information media so that in this way we can use various methodological strategies in their learning sessions, instilling healthy habits in children so that they can grow and have a healthy life full of health and can achieve successful teachings.

Keywords: Healthy habits, healthy life, educate for health

INTRODUCCIÓN

El desarrollo actual de este trabajo se basa en prácticas higiénicas que mejoran la salud de los infantes , en las primeras etapas educativas, las cuales se caracterizan por diversos cambios bruscos en el desarrollo emocional, social y físico, razón por la cual precisamente a esta edad se presta atención a cómo se visten nuestros hijos.

Uno de los problemas que tenemos que enfrentar es que algunos maestros no prestan mucha atención a la higiene y salud de los infantes y no saben cómo incentivar a los niños a desarrollar hábitos de higiene en sus vidas. , porque el objetivo de la higiene personal es mantener al sujeto en un estado de salud óptimo frente al riesgo ambiental y personal, lo cual es fundamental para la prevención de enfermedades. Por lo tanto, es importante comprender los conceptos básicos de higiene personal y su impacto en la salud, así como los medios técnicos necesarios para mantener una correcta higiene personal.

Si bien es cierto, la higiene es sinónimo de limpieza, esterilidad, salud, bienestar, educación, cultura y se practica desde tiempos inmemoriales. Observar los hábitos de higiene puede mejorar las relaciones entre las personas, especialmente si pasan mucho tiempo juntas.

Todos deben cuidar su propia salud, apariencia y limpieza; ayudar a prevenir enfermedades, el comportamiento saludable en la sociedad en la que vive es un sistema de acción que todo niño debe tomar para proteger su salud. El crecimiento y desarrollo de un niño depende no solo de una nutrición adecuada, sino también del estado de salud y del cuidado emocional y estimulante en el hogar, por lo que se deben tener en cuenta las prácticas de higiene personal. Si tienen un baño adecuado desde pequeños, pueden evitar enfermedades e infecciones, por lo que pueden practicar todo lo que han aprendido en su vida diaria e incluso enseñarlo a todos los que les rodean.

Las relaciones desde la primera infancia significan la necesidad de buscar vías de socialización en todas las actividades, incentivarlos a desarrollar al máximo su potencial y asegurar su bienestar de manera holística; porque el grupo debe ser visto como un todo, ya que las relaciones en la primera infancia son las que brindan el apoyo necesario para que los infantes se integren al mundo de sus pares; ellos a su vez brindan las experiencias necesarias para la participación en relaciones más complejas e integrales (Carlos Ángeles 2019, citado por Burga, 2019). Esto significa actuar desde diferentes áreas, especialmente desde la educación primaria.

Hay varios factores a considerar para construir buenas relaciones durante la infancia, incluidos los hábitos de higiene. Estos incluyen cepillarse los dientes después del almuerzo escolar, antes y después de comer lavarse las manos, usar el baño, la higiene anal y genital, usar servilletas y cubiertos durante el almuerzo escolar y limpiar las habitaciones usadas. Pero los adultos (modelos) aparentemente practican los hábitos antes mencionados con poca frecuencia. Esta situación repercute negativamente en la formación de los infantes del hogar, pues la higiene, como todo buen hábito, se arraiga en la psiquis del niño a través del ejemplo de los adultos (José Salazar, 2019). Por lo tanto, sólo los adultos que los cuidan (padres, hermanos mayores, docentes y otros) son responsables de la salud de los niños en el primer nivel.

Además, Ribeiro (2019), citado por Rivera (2019), se refiere a que la mayor parte de la conducta humana, se aprende observando modelos. Así, en todas las culturas, los infantes adquieren y cambian patrones complejos de conducta, conocimientos y actitudes al observar a los adultos; por tanto, ellos, en este caso centrándose en el docente, son parte importante de la formación y aplicación de hábitos de higiene; por lo tanto, necesitan conocer, usar, alentar y, en algunos casos, empoderar a los infantes de sus grupos para fomentar relaciones adecuadas basadas en modelos a seguir.

Por ello, se ha considerado investigar sobre este tema en los niños y niñas, por encontrarse en una etapa de desarrollo esencial, en base al cual configuraran su futura personalidad.

Para el trabajo, se han considerado los siguientes objetivos:

Objetivo general

Determinar la importancia, los hábitos de higiene para el mejoramiento de la salud de los infantes del nivel inicial

Objetivos específicos

- Identificar qué son los hábitos de higiene para mejorar la salud en los infantes del nivel inicial.
- Promover actividades sobre los hábitos de higiene para el mejoramiento de la salud en los niños del nivel inicial.

Además nuestra monografía se estructuro por capítulos, conclusiones, recomendaciones y bibliografía.

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES DE ESTUDIO.

1.1. Antecedentes Internacionales.

Rodríguez Agurto, Manuel. (2019). Cuando terminó de elaborar su trabajo de investigación relacionados con “Los Hábitos Higiénicos en una aula de educación preescolar en Santa Cruz en Bolivia”, deduce que los hábitos higiénicos son argumentos que tienen mucha importancia en sus menores hijos que cursan los primeros grados durante su primera edad escolar especialmente en estos primeros años de educación con ellos, de tal manera que se pueda garantizar en el futuro a niños sanos, físico, cognitivo, y socio motriz argumento que permitirá criar y educar a los niños donde es la tarea de sus progenitores para que a temprana edad eduquen a sus niños con estos hábitos para que logren una buena salud, y en las maestras quienes tiene cuidado de ellos además que ellos sean o sirvan como modelo para ellos. Este trabajo de investigación concluye argumentando que todo lo que se seleccionó para su elaboración en su trabajo de investigación se realizó en base a revisar temas relacionados con el trabajo para luego también observar y entrevistar a los educandos como a los padres de familia, donde podemos deducir que en casi en su totalidad de estos pequeños educandos se puede percibir una correcta y adecuada higiene en ellos, casi no utilizan hábitos correctos de higiene, eso recae en las docentes para tomar en cuenta en el futuro para motivarlos y enseñarles hábitos correctos de higiene personal, pero lo bueno que se puede rescatar de ellos que al momento de ingerir sus alimentos si usan las servilletas para limpieza el utensilio para limpiarlo como en algunos que si lavan sus manos. Sin embargo, es recomendable que las maestras trabajen mucho con los padres para que eduquen a sus menores hijos con estos hábitos y los pongan en práctica durante toda su vida.

Manrique Calderón Jesús (2018) en su proyecto investigativo que lleva el nombre de: “El juego motriz como método de enseñanza para lograr competencias en cuanto a lo que se relaciona con la higiene en su cuerpo con los educando pertenecientes a la guardería N°4212 de “Gran Paraíso – Chile”, los encargados de este trabajo se interrogan para obtener resultados óptimos en su trabajo con las siguientes preguntas: ¿De qué

manera la utilización del juego motriz como método de enseñanza permite el logro de competencias higiénicas en los pequeños estudiantes de la guardería N°4212 de Gran Paraíso – Chile?. Como alternativa de trabajo establecen como uno de sus objetivos: Trabajar el juego motriz en las sesiones de aprendizaje para lograr competencias para mejorar su higiene con infantiles de la de la guardería N°4212 de “Gran Paraíso – Chile. Para terminar, podemos decir que concluyen con lo siguiente:

La utilización del juego motriz como método de enseñanza permite mejorar las competencias relacionadas con la utilización de hábitos saludables en los infantiles de la guardería N°4212 de Gran Paraíso – Chile. Queda demostrado una vez más la gran importancia de la actividad motriz en el logro de competencias higiénicas en los niños de la guardería N°4212 de Gran Paraíso – Chile

También hemos encontrado estos antecedentes que las hemos utilizado para ampliar nuestros conocimientos y poderlas ubicar en el trabajo que hemos elaborado nos referimos al estudio presentado por Carrillo Tagoplara Mexcy (2018), con su proyecto denominado Hábitos de higiene y practica de una vida activa y saludable con niños de 5 años de edad en los primeros estudios iniciales, Santo Domingo de Ecuador. La estructura de este trabajo se dirige a un plano experimental, con un corte transversal trabajado con 34 estudiantes, estudio que se realizado bajo primero un diagnóstico dirigido con la observación y en la toma de sencillas preguntas a los niños, teniendo como conclusión que en los infantes o sea los que estudian los primeros estudios iniciales, Santo Domingo de Ecuador. En su gran mayoría tienen correctos conocimientos altos en cuanto a estrategias saludables y algunos carecen del manejo de higiene personal además poseen deficientes hábitos de higiene como vienen lavarse los dientes antes de ingerir sus alimentos, lavado de manos, cepillarse los dientes después de comer, malos hábitos que conducen a enfermedades relacionadas con los hábitos higiénicos.

1.2.Antecedentes Nacionales.

Marcelo Carhuapoma Sergio (2019), en la investigación sobre Manejo de hábitos de higiene en niños de educación inicial. Concluyen que: En cuanto a l manejo de hábitos higiénicos, tienen siempre presente “los hábitos higiénicos en todo momento que les

permite estar sanos libres de adquirir algunas enfermedades infecciosas” pero hay algunos niños que no se lavan las manos correctamente cuando van a ingerir alimentos, sobre todo cuando entran a los servicios higiénicos y antes de tomar sus alimentos, suponiéndose que son factores de gran peligro para adquirir enfermedades estomacales e infecciosas.

Julca Manrique (2018), en investigación comparación de hábitos higiénicos en niños de cuatro años con niños de cinco años, llegando a la conclusión que en las pruebas de diagnóstico y de observación determina que hay una gran diferencia en utilizar hábitos higiénicos en niños de cuatro y de cinco años de la IEI 806 del Rímac inferencias que deben tener en cuenta las maestras para trabajar estos hábitos con los niños ya que los de cinco años en su mayoría si practica hábitos de higiene en su totalidad.

Castillo Salazar (2018), en la investigación Métodos que favorecen la higiene personal en los estudiantes que cursan estudios de inicial en la escuela inicial San José Obrero de Lurigancho. Los maestros encargados de la construcción de este trabajo concluyen que los hábitos de higiene tienen una gran repercusión en el desenvolvimiento motriz, mental e intelectual de los niños y niñas y conservar una excelente salud libres de enfermedades.

1.3. Antecedentes Locales

Siguiendo con la labor de investigación encontramos el trabajo investigativo de Carreño Núñez (2019), con el tema denominado Mejora de los estilos de vida saludable, este trabajo pretende mejorar los hábitos sanos en los niños especialmente en el Distrito de Marcavelica en Sullana. Concluyendo que es de suma importancia la práctica de hábitos saludables para mantener sanos a nuestros niños en el distrito esto gracias al aportes a los agentes de salud del distrito y al apoyo de las maestras de inicial del distrito de Marcavelica.

Bermejo Zurita (2019), en su trabajo importancia de adquirir y practicar la higiene en la vida personal, con estudiantes del nivel inicial del distrito de Miguel Checa de Sojo, donde se determina que los niños son aplicados en la práctica higiénica todo ello gracias a sus maestras por motivarles en todas sus sesiones de aprendizaje sobre el

manejo de hábitos saludables de higiene actos que se ven reflejados en los niños durante la visita que pudimos hacerle para constatar su efectividad del trabajo realizado.

Suarez Valencia (2020), Plan de prácticas higiénica sen niños del AH Sánchez Cerro de Sullana donde se constata la gran influencia de las enseñanzas de las docentes en las escuelas y en la forma de enseñar a los niños estos habito utilizando diversas estrategias tanto a nivel educativo como a nivel comunal dentro de su comunidad.

CAPÍTULO II

HIGIENE PERSONAL

2.1.-Habitos de higiene fundamentación científica:

Los infantes con problemas de aprendizaje sufren de graves malentendidos por parte de padres y maestros sobre sus problemas, lo que exacerba las dificultades a través del fracaso escolar, la deserción, los trastornos y distorsiones del comportamiento, convirtiéndolos en potenciales candidatos a la ignorancia y el desorden. (Tapia Fausto, Ona Jorge, 2000)

Para definir el desempeño escolar, se definieron los estudios de prácticas higiénicas en el desarrollo escolar, así como el análisis de las brechas de prácticas higiénicas relacionadas con el desempeño escolar y se consideraron criterios de aptitud física como condiciones neurobiológicas determinantes de la situación. calidad de enseñanza.

Durante el desarrollo de un niño, la higiene se define como un hábito, un comportamiento adquirido a través de la práctica diaria y continua, como el aseo físico, la pulcritud en la apariencia, el vestir, los hábitos alimenticios, los lugares de estudio y/o trabajo y el aseo en el hogar.

Primero se inculcan hábitos de higiene en el hogar: baño diario o higiene personal, cepillado de dientes, corte de uñas, ir al baño, limpiar la casa, tender la cama, lavar los platos, cocinar y comer.

La falta de higiene individual causa incomodidad a los demás y también indica una mala condición mental y de salud.

2.2.-Habitos

Es un grupo de diversos conocimientos que utilizan los sujetos para así poder controlar factores que tienen que causan consecuencias en la salud. Pues sin duda alguna, la higiene es la definición básica que corresponde al cuidado, limpieza que debe de tener el

sujeto. Los hábitos son patrones de comportamiento que ayudan a los niños a construir, posicionarse y entrenar mejor. La formación de diferentes hábitos los hace más autónomos y les da la oportunidad de convivir activamente con los demás, lo cual es necesario para adquirir nuevos conocimientos.

De acuerdo con lo anterior, un hábito es una conducta que una persona repite de manera continua o periódica, consciente o inconscientemente. Los hábitos son principalmente lo que nos conceptualiza como seres humanos, es decir, quién eres ahora es un resultado directo de tus hábitos actuales. Los hábitos son individuales y generalmente cambian durante la vida de una persona, algunos se agregan, otros se eliminan. Se entiende por higiene lo siguiente:

1. Aseo, limpieza de un lugar o persona.
2. Fomentar hábitos saludables.
3. Algunos medicamentos están diseñados para promover hábitos saludables y prevenir infecciones.
4. Identificar, evaluar y controlar los factores y presiones ambientales en el lugar de trabajo pueden causar problemas de salud.

¿Qué es un hábito? De todas las definiciones que hemos leído, la que da Fernández (2013) en su artículo que guarda relación con la Educación Infantil, cuál nos parece la más clara: “Son costumbres, actitudes, conductas o modos de comportamiento que contienen patrones tanto de comportamiento como de aprendizaje. Las buenas adquisiciones y los hábitos nos permiten afrontar los acontecimientos diarios.

Además, Driekurs (1999) destaca que; “El trabajo cotidiano es para infantes, las paredes de la casa son muros, dando límites y tamaños de vida”. Pues, el trabajo diario crea una sensación de seguridad. Tener una rutina ya plasmada causa una sensación de orden de la que nace la libertad.

Debemos comenzar con la diferencia entre rutina y hábito. Las rutinas que pueden desaparecer son hábitos que un individuo establece por conveniencia y no permiten modificación, es decir, rigidez, como colgar un abrigo en una percha durante la clase.

Sin embargo, los hábitos son un sólido mecanismo de desarrollo de habilidades, y también podemos usarlos en diferentes situaciones: desabrochar, por ejemplo, botones. La rutina y el hábito son componentes importantes de la persistencia y la regularidad y, por lo tanto, son esenciales en la vida en el hogar y la escuela.

Según Zabalz (1987), en la educación preescolar, los infantes tienen que aprender las normas del entorno. En la primera infancia, los buenos hábitos son más importantes que los amplios conocimientos en términos de educación.

Para ello, Nelsen (1999), la formación de hábitos requiere 5 pasos:

- 1.- Decidir qué es lo que se quiere pedir al infante.
- 2.- Sé firme y amable hasta el final.
- 3.- Actuar de manera correcta.
- 4.- Digas lo que digas, mantenlo hasta el final.

2.3.- La profiláctica.

También conocida como la higiene, es por ello que, Calvos (1991), menciona que la higiene en una persona debe de tener como objetivo mantener una salud óptima frente al riesgo ambiental y personal y es la base para prevenir las enfermedades. “Las prácticas de higiene se reflejan en las visitas diarias al baño, lavar las manos y los dientes antes y después de cada comida, el cambio diario de ropa interior y el uso del calzado y ropa limpia.

La higiene personal es el mantenimiento de una salud humana óptima. Se evidencia también que existe falta de limpieza como la principal causa de diversas enfermedades tales como; diarrea y alergias. Para ello necesitamos asear al infante, enseñar a crear nuevos hábitos y ponerle ropa limpia (Salas y Álvarez, 2000) La higiene es tener habilidades y conocimiento de que las personas deben utilizar para así poder controlar diversos factores que pueden afectar en la salud del sujeto. En cuanto a la higiene de la ropa, cree que los trajes deben ser ligeros en verano y abrigados en invierno para que la ropa no se seque en el cuerpo. (Duane, 2008).

El núcleo familiar tiene un rol importante en la creación de hábitos de higiene, porque los infantes tienden a hacer lo que ven, y mientras se habla de higiene en la escuela y se

desarrolla un conjunto de hábitos, puede ser difícil para los padres transformarlo en parte de su vida diría No hay entrada en su actitud y comportamiento. En el colegio estos hábitos deben reforzarse o sustituirse según sean conductas saludables (Aguilar, 2003).

También es bien sabido que la higiene personal es una actividad básica para cuidar el cuerpo y mantener la salud, incluyendo bañarse diariamente, lavarse los dientes y manos, peinarse el cabello, limpieza y corte de uñas. (Ministerio del Interior, 2012)

2.4.- Higiene personal

El aseo de cada sujeto la conducta, generalmente voluntaria, que realiza una persona para mantenerse limpia y exteriormente libre de impurezas. A algunas personas les resulta difícil hacerlo debido a una discapacidad física. Para la higiene personal se suelen utilizar productos químicos como jabones, aceites, cremas, champús, etc. La ciencia médica recomienda enfáticamente el cuidado personal. Colaboración para poder prevenir diversas enfermedades e infecciones, mayormente en la piel. Los empleados tienen que lavarse las manos siempre. Ante ello, en diversos centros de trabajo, existe una ley que obliga a los colaboradores a lavarse las manos regularmente.

Las prácticas de higiene personal son importantes para ganar gradualmente autonomía (es decir, autocuidado) y aumentar la autoestima. Aunque todo es responsabilidad de los adultos, el niño irá aprendiendo poco a poco a cuidarse a sí mismo y en la medida de lo posible, dada su edad. (Ministerio de Educación, 2015)

2.5.-Historia de la higiene

El autor Marley, nacido en 1900 en un núcleo familiar adinerada del Imperio austrohúngaro, recordó en sus memorias *Bourgeois Confessions* que en su infancia se creía que "bañarse con demasiada frecuencia es malo porque los niños se vuelven blandos". (Marais, 2004)

Los burgueses de finales del XIX los sujetos comúnmente se aseaban cuando tenían alguna enfermedad o cuando estaban a punto de casarse. Esta mentalidad es inimaginable hoy y estuvo muy extendida hasta hace poco tiempo. Ante ello, tras investigaciones se ha evidenciado que el bañarse es una urgencia de cuidar su cuerpo, pues los romanos pasaban gran parte de su tiempo en baños comunales bajo el patrocinio de Hygieia, la diosa de la salud,

de quien proviene la palabra "higiene". La práctica se extendió hacia Oriente, donde el hammam es un centro de vía pública y continuó hasta la Edad Media.

En diversos pueblos medievales, la gente a menudo se lavaba y defecaba en letrinas públicas, reliquias romanas u orinales, otro invento romano privado. Ante ello, las damas se aseaban, perfumaban, peinaban ya menudo lavaban la ropa.

En las ciudades, la limpieza se limita a las vías primarias, como las que transitan los peregrinos y los carruajes de los nobles romanos del siglo XVII que se dirigían al Papa, que suelen estar sucios. Las ciudades españolas tampoco se caracterizan por su limpieza. Ante ello, Esquivias (1701) en su libro ¡Agua va! Saneamiento de la ciudad de Madrid (1561-1761), "la costumbre de los habitantes de disponer el agua impura de los excrementos, y de echarla y tirarla a la calle por las puertas y ventanas".

Los doctores en la época XVI pensaban que el H₂O, especialmente el agua caliente, debilita los órganos, expone el cuerpo al aire insalubre y propaga diversas enfermedades si el agua se filtra por los poros. Incluso comenzó a extenderse el pensamiento de que una capa de suciedad puede prevenir enfermedades, por lo que la higiene personal debe ser "seca" y solo las partes visibles del cuerpo deben limpiarse con una toalla limpia. Es por ello que, Georges Vigarello escritor de un estudio sobre la higiene de los cuernos en Inglaterra, la negativa del agua alcanzaba a las clases sociales más altas. (Vigarello, 1999)

Por otro lado, en el XVII Paul Scaron describió una escena de higiene en su comedia romana en la que el personaje principal se enjuaga la boca solo con agua.

Tanta inmundicia no podía existir por mucho tiempo, y cuando el hedor amenazaba con destruir la civilización occidental, los avances científicos del siglo XVIII y las ideas de la Ilustración comenzaron a traer un soplo de aire fresco a la vida de los europeos. Poco a poco, se reconstruyeron baños colectivos en las casas, prohibiendo arrojar heces por las ventanas, mientras se aconsejaba a los pobladores que guardaran los desechos en los lugares designados. En 1774, el sueco Carl Wilhelm Scheele descubrió el cloro, una sustancia que blanquea los objetos cuando se combina con agua y es un desinfectante eficaz cuando se

mezcla con una solución de sodio. Así nació Bleach, un gran salto para la humanidad de la época.

En el siglo XIX, como resultado del aumento de la urbanización, se crearon mecanismos de eliminación de aguas residuales en todos los edificios nuevos. Al mismo tiempo que la fontanería y los sanitarios británicos se extendían por toda United Kingdom, se organizaban las primeras exposiciones y conferencias sanitarias. Con el descubrimiento de nuevas bacterias y su papel crucial en las infecciones, la peste, el cólera, la fiebre tifoidea y la fiebre amarilla, se creyó que medidas simples como el lavarse las manos y también usar diario agua y jabón podrían proteger contra ellas. salud.

A partir de la década de 1850, el movimiento "higienista" cobró impulso y atrajo a muchas figuras influyentes a la arena política. Fue a principios de este siglo cuando la vida de los infantes recibió atención o preocupación internacional. Así, en 1920 se constituyó la Federación Internacional de Ayuda a la Infancia, que posteriormente ratificó en una de las primeras declaraciones de los derechos de los infantes en 1923, la Declaración de Ginebra aprobada por la A.G de la ONU en 1924, cual dio paso a la protección de la Derechos de los niños. Un paso extraordinario. El cuidado y preocupación por el niño como persona depende básicamente de aspectos de su cuidado como individuo y no afecta directamente su derecho a la educación.

2.6.- Práctica de higiene

Una de las lecciones más importantes en la primera infancia es la higiene. Los niños que han sido formados primero por sus padres y luego por la escuela, que han aprendido de nuevo en diferentes entornos, comprenden mejor la importancia de estos hábitos y se responsabilizan cada vez más de su propia salud. Remes (2007) vincula las prácticas de higiene con el estilo de vida, que se conceptualiza como “un conjunto de patrones de comportamiento humano y hábitos cotidianos” (p.8). Siguiendo esta idea, este comportamiento puede entenderse como un estilo de vida relacionado con diferentes aspectos de la salud.

Mire los tres componentes básicos de los hábitos saludables: alimentación, higiene y sueño. Los hábitos higiénicos forman parte esencial de los hábitos saludables, cuya finalidad

es mantener un estado de salud óptimo de la persona frente a los riesgos ambientales y personales, lo que será fundamental en la prevención de enfermedades.

2.7.- Relevancia de la higiene en los infantes

La higiene personal no es más que el cuidado, limpieza y mantenimiento de nuestro cuerpo. Si bien es una parte relevante para la vida cotidiana, también es relevante para el bienestar y la salud de los infantes. Eso sí, es relevante educar a los infantes desde edades tempranas (de 0 a 6 años) para evitar la propagación de infecciones que atenten contra su bienestar y salud.

Permitido permanecer en buen estado debido a normas de limpieza e higiene personal adecuada (Palacios, s/k). Esto significa que los requisitos de higiene personal de los niños deben ser apropiados para su edad. Los infantes pequeños deben comenzar a aprender los conceptos básicos de higiene en el preescolar. Por ejemplo, pueden aprender a lavarse las manos y cepillarse correctamente los dientes, siguiendo el ejemplo de sus padres, aunque todavía necesitan ayuda para bañarse, ducharse y vestirse.

Según el Dr. Neuspiel (s/k), MD, Pediatrics, Beth Israel Medical Center, cita a Nefer (s/k), los padres pueden hacer que la hora del baño sea agradable usando juguetes y juegos en los primeros años. Los niños, al llegar a la edad escolar, se involucraron gradualmente en estas actividades de forma independiente; les hará lavarse, ducharse y vestirse solos. Sin embargo, la mala higiene personal dañará la salud de los infantes de diferentes maneras. Además de otros tipos de enfermedades transportadas por varios patógenos, los niños sucios también tienen enfermedades importantes, si la suciedad es propensa a los resfriados y las bacterias de la influenza. Por ejemplo, las caries son el resultado de una mala higiene bucal y pueden provocar la pérdida prematura de dientes (Nefer, s/k).

Quezada (2013), por su parte, dice que ducharse diariamente, cepillarse los dientes, usar hilo dental, lavarse las manos y lavar la ropa son hábitos que los niños deben aprender desde edades tempranas, mientras que los padres u otros adultos deben demostrar la importancia de la higiene personal. Además, los autores añaden que la mejor manera de enseñar higiene a los niños es que te imiten y vean que es algo necesario y normal para las

personas. Los niños pequeños aprenden mirando e imitando (aprendiendo por imitación), se apegan a la misma rutina y pronto lo hacen ellos mismos. Como menciona Bandura (s/k), Roque (2010) mencionó que gran parte del aprendizaje es por observación. El comportamiento y las actitudes junto con los roles sociales, el aprendizaje del estilo de crianza, el comportamiento del lenguaje y los modales se aprenden imitando el comportamiento de otra persona, especialmente en esta etapa de la vida de un sujeto.

Según Ríos (2009), el desarrollo de hábitos de higiene en infantes se da en tres fases: pasiva, cooperativa y activa. - Fase pasiva. Los adultos son los que realizan las actividades de higiene de los niños.

-Fase de cooperación. Los niños o niñas comienzan a participar en su propio cuidado. En un principio se limitaba a brindar asistencia a adultos, pero luego solo a adultos, brindando asistencia simple.

- Período activo: Buscar la independencia de los movimientos de cuidado personal del niño o niña; aunque inicialmente esto se hará con la simple supervisión de un adulto.

Por ello, las prácticas de higiene ayudan a los niños a cuidar su bienestar y salud; además, aprecia tu cuerpo y percibe la limpieza como bienestar personal. Ante ello, es importante formar desde temprana edad unos correctos hábitos de higiene y dar ejemplo.

2.7.1.- Mecanismos para la formación de hábitos de higiene en la niñez

Inculcar hábitos de higiene en infantes es una tarea difícil y compleja y por ello requiere mucho trabajo por parte de los padres y otros responsables. Sin embargo, existen muchos mecanismos que pueden realizar con éxito esta tarea (Ríos, 2009). ellos son todos:

Las figuras parentales deben dar ejemplo. Como referencia para los niños, deben tener una casa limpia y ordenada, y también debes mostrarles cómo cepillarse los dientes. Por ejemplo, explícale a qué se dedica y para qué sirve la pasta dental y el cepillo. Los hábitos deben inculcarse desde la infancia. Un niño o niña siempre entiende más de lo que puede expresar; por lo tanto, los padres deben detallar cada actividad y los beneficios para la salud proporcionados.

Regularidad. Los hábitos deben practicarse todos los días. Las figuras parentales deben que tener paciencia, debido a que los frutos de su trabajo no se verán de inmediato,

sino a largo plazo. Idealmente, las instrucciones que reciben los niños deben ser lo más simples posible.

Cada momento de cuidado o higiene debe ser agradable. Nunca digas "lávate el pelo o te castigo sin televisión". En su lugar, es mejor ponerse positivo: "Qué limpio está tu cabello". La idea no es castigarlo por no bañarse, sino mostrarle los beneficios de hacerlo. Tienes que ser creativo.

Para los padres con varios hijos, un sistema que funciona para el hijo mayor puede no funcionar necesariamente para el menor; en este caso, los padres deben ser creativos y pacientes. Aunque estos mecanismos están realmente dirigidos a los padres, pueden adaptarse perfectamente al trabajo y rol del docente.

Para llevar una vida saludable es muy importante seguir unos hábitos de higiene que pueden ayudar a prevenir enfermedades en bebés, adultos y niños. El aseo y la limpieza, así como la limpieza personal (higiene) y la limpieza pública (higiene), son importantes para prevenir diversas infecciones.

Muchas infecciones intestinales se transmiten de un sujeto debido a la falta de higiene; miles de microbios y gusanos (o sus huevos) salen de las heces de una persona infectada y pasan a través de los dedos y las uñas sucias, o entran a la boca a través del agua o los alimentos contaminados. Algunas enfermedades que se transmiten de esta manera son:

- Gusanos intestinales (varias especies)
- Diarrea y disentería (causadas por amebas y bacterias)
- Hepatitis y tífus.

2.7.2.- Agentes socializadores de la higiene personal en la niñez

El núcleo familiar, el colegio, los medios de comunicación y hospitales son los principales mediadores sociales de los hábitos higiénicos y saludables de los niños (Martínez, 2008). Echemos un vistazo a sus respectivos roles a continuación:

- a) El núcleo familiar.

Es la primera red social donde se encuentran chico y chica; por tanto, la madre, el padre, los hermanos y demás miembros serán los primeros objetos de su afecto y serán los primeros en responder a sus peticiones. En este ámbito, los niños y niñas tendrán los primeros modelos a seguir y las primeras normas y pautas. El desarrollo de conductas saludables debe ser más eficaz en este entorno.

b) El colegio.

El colegio es el segundo medio social después del hogar y por ello los niños y niñas pasan más tiempo allí. Pero cuando un niño va a la escuela, tiene hábitos de higiene más o menos establecidos en la familia. En las escuelas estos hábitos deben ser reforzados o reemplazados según su estado de salud” (Montejano, 1992, p. 267). Por lo tanto, la educación de los niños actualmente se comparte entre las familias y las escuelas. En este caso, la tarea de la institución educativa será decisiva en cuanto a la formación de hábitos de higiene saludables; por lo tanto, una gran proporción de ellos se producirán en este entorno. Algunos ejemplos serían el aprendizaje: alimentación, higiene, conexión, compartir, etc.

Según Vacas (2009), ciertos tipos de prácticas de higiene deben practicarse en las escuelas y aulas por su valor educativo para ayudar a prevenir diversas enfermedades infantiles. Son los siguientes:

Hábitos de comer saludable.

Comer en el jardín es una realidad porque llegado el momento, se prepara una merienda o desayuno antes de la pausa para reponer energías a los niños y aguantar unas horas más. Las comidas deben entenderse como una actividad esencial y se debe fomentar una buena higiene personal. Así que ahora que comemos, hay varias reglas que no podemos abandonar porque evitarán la contaminación de los alimentos y así evitarán la propagación de enfermedades e infecciones. Estas reglas pueden ser:

- Cepillarse los dientes correctamente.
- No coma alimentos desechados, ya que el suelo puede contener microorganismos causantes de enfermedades. En cafeterías o restaurantes, no es raro ver a los niños tender a comer la comida cuando ésta cae al suelo.

- Los niños y niñas reciben cada uno su propio recipiente con agua y un vaso. Cuando tienen sed, no se les debe permitir que se acerquen a un grifo o incluso que chupen agua.
- Los alimentos crudos deben lavarse adecuadamente, mientras que los platos y vasos utilizados deben tener una higiene adecuada.

Prácticas de higiene relacionadas con la imagen corporal.

Desde el jardín de infancia se anima a las niñas y los niños a cuidar su imagen corporal personal; para ello, se recomienda que comiencen con actividades como aprender a abrocharse y desabrocharse los vestidos, atarse y desabrocharse los zapatos, ponerse y quitarse las camisetas deportivas.

Hábitos de higiene bucal.

Los maestros deben recordar que los dientes son el órgano más importante del sistema digestivo porque permiten que los alimentos se descompongan adecuadamente para que pasen mejor por el cuerpo. Además, los dientes ayudan a presentar una buena expresión facial a los demás, por lo que una sonrisa hermosa y bien cuidada revela mucho sobre nuestra personalidad. Se deben inculcar hábitos de salud bucal desde temprana edad al menos 3 veces al día. Si los niños y niñas se acostumbran a cepillarse los dientes desde una edad temprana, el riesgo de desarrollar caries se reduce significativamente. Para ello, debes tener en cuenta:

Hábitos de higiene bucal.

Cómo y cuándo te cepillas los dientes. La limpieza se realiza después de cada comida, por lo que, en la escuela, después de las meriendas y comidas, los niños y niñas van al baño a cepillarse los dientes. Para ello, las familias deberán llevar al colegio con antelación cepillos de dientes y gafas higiénicas; Los profesores aplicarán la pasta dental recomendada a los cepillos y vigilarán estos momentos para evitar accidentes e ingestiones accidentales. - Consejos para un buen cepillado.

Scrub o técnica horizontal (limpieza con movimientos horizontales), Técnica circular (con la boca cerrada, grandes movimientos circulares desde la línea de la encía de los dientes de arriba a los dientes inferiores) y técnica vertical (tocando los dientes, se limpian de arriba abajo y de abajo abajo) superior).

Prácticas de higiene de la habitación.

Cuando los infantes llegan a la escuela, deben entender que este será un nuevo espacio donde pasarán mucho tiempo con otras personas. Para ello, se deben fomentar hábitos higiénicos y saludables que favorezcan su correcto crecimiento; por lo tanto, los maestros deben idear algunas pautas para proteger adecuadamente el aula.

Tecnología de higiene en el aula.

Los infantes deben saber que la mesa será el lugar básico donde realizarán sus actividades diarias; porque allí harán varias cartas, rompecabezas, jugarán con plastilina, almorzará, etc. Por lo que una adecuada higiene en este espacio íntimo ayudará a prevenir diversas enfermedades.

Atención en el aula en su conjunto.

Limpiar los pisos de las aulas con diversas actividades; por lo tanto, siempre que se retire alimento envuelto o envuelto, se guarde en un lugar adecuado (tarro o recipiente).

Servicio de salud.

Hasta hace poco tiempo, el sistema de salud era el elemento más directamente relacionado con los temas de higiene y salud de las personas. Como resultado de la reforma de salud, el sistema se ha transformado en una atención holística a las personas, teniendo en cuenta aspectos como el entorno en el que viven y sus características socioculturales, considerando como misión la promoción de la salud.

2.8.-Principales Hábitos de Higiene

Los métodos de higiene personal:

Duchas todos los días. Es el mejor tratamiento para eliminar la suciedad, el sudor y los malos olores. Esta práctica controla el olor natural del cuerpo, más que el sudor. Del mismo modo, ya no existirá la presencia de bacterias y microbios que logren afectar la salud. Además, ser una persona higiénica específicamente en los genitales requiere una atención especial durante la ducha, ya que se encuentran cerca de las aberturas para orinar y heces.

Lava tu cuero cabelludo. Higiene del cuero cabelludo y del cabello implantado en él

Literalmente Especialmente para los niños para evitar que se establezcan parásitos como el pie de atleta. El cabello a veces está en contacto directo con el aire debido a que tiene una fuerte seborrea y se ensucia fácilmente con el polvo atmosférico. Por lo tanto, debe lavarse diariamente porque las bacterias que entran en contacto con él están contenidas en aceites, polvo en el ambiente y caspa, que son ambientes propicios para que las bacterias se multipliquen. Se recomienda pelo corto. De esta forma, se facilita su desinfección. La higiene del cabello se realiza cepillando, peinando y lavando con agua y champú. Una simple limpieza mecánica con peines y cepillos puede eliminar el producto depositado entre el cabello. El propósito de la limpieza en seco con jabón o loción es eliminar la grasa del cuero cabelludo. Es importante recordar usar peines y cepillos separados.

La higiene de manos es la mejor defensa contra diversas infecciones. Gracias a nuestras manos, todas nuestras actividades son posibles en casa, colegio y centro de trabajo. Pues el contacto prolongado de estos elementos con papel, alimentos crudos, objetos, dinero, animales o ambiente sucio favorece la propagación de bacterias y gérmenes que causan infecciones como los gastrointestinales, herpes y conjuntivitis.

Necesitamos mantenerlos limpios porque los usamos para tocarnos la cara, los ojos, la boca, comemos algunos alimentos, tocamos a los bebés y otros. El hábito básico debe ser lavarse las manos en todo momento, y cada vez que entre en contacto con seres vivos o suciedad, y después de usar el baño. Hogar, escuela y otros lugares.

Higiene de los pies. Con una mala ventilación, el sudor puede acumularse en el interior, lo que contribuye a las infecciones y al mal olor. Había que lavarlos todos los días, sobre todo después de la actividad física, secarlos, mayormente entre los dedos y cortarles las uñas con frecuencia, en línea recta.

La manicura previene la presencia de bacterias. Limpiar y cortar las uñas puede evitar que los gérmenes y las bacterias lleguen allí, así como también las infecciones. Higiene facial. - Debes lavarte la cara a tiempo todos los días: eliminar las secreciones oculares al levantarte, y eliminar el polvo atmosférico y las bacterias adheridas durante el día al dormir.

La higiene bucal puede prevenir diversas enfermedades. El mal aliento, junto con el mal aliento, es una de las razones por las que la gente se da por vencida. La mejor manera de prevenir esto es cepillarse los dientes correctamente. Es por ello que, las caries y enfermedades periodontales (encías débiles y sangrantes). La "limpieza" de los dientes después de haber comido, junto con el utilizar hilo dental, debido a que son las medidas preventivas más importantes. Cabe añadir que, usar un enjuague bucal también puede mejorar la salud bucal.

Cuidar los ojos es importante debido a que puede prevenir infecciones. Pues, las vistas son un organismo muy sensible y delicado, es por ello que no se pueden tocar cuando estamos con las manos con bacterias. Por ello, resulta importante lavarnos las manos constantemente. Así mismo; los ojos su propio mecanismo de limpieza cuales son las lágrimas.

Además, la higiene nasal es necesaria para generar una respiración buena. Acompañado así que, cuando se produce el moco es un proceso normal y natural, que logra ayudar a lubricar y filtrar el aire. Sin embargo, hay que retirarlos varias veces al día porque, además de las molestias que provocan, también contienen partículas y filtran microorganismos que provocan infecciones.

2.9.- Tips para promulgar hábitos de higiene

Para enseñar y repetir hábitos de higiene en los infantes es necesario, todo ello se puede facilitar si se tienen en cuenta 6 tipos básicos que las figuras parentales y los profesores deben seguir:

1. Muestra un ejemplo. Ya sea higiene personal o higiene de la casa.
2. Cultivar hábitos desde temprana edad.
3. Regularidad. Los hábitos tienen que repetirse todos los días.
4. Entorno favorable. Las revistas de higiene personal tienen que estar fuera del alcance de los infantes; pasta de dientes, jabón, PH, etc.
5. El aseo debe ser cómodo. No amenace con castigarlo, pero hágale saber cómo se beneficiará.
6. Creatividad. Además de la paciencia, debemos ser creativos e idear nuevas estrategias cuando los métodos para desarrollar hábitos de higiene no funcionan.

La higiene personal incluye:

· Limpiarse todos los días, rezar si es necesario, lavarse siempre las manos, antes de comer, la cara, los dientes y cuando terminamos de comer.

Asimismo, es importante ducharse cuando se termina de realizar ejercicio, pues evita que el sudor se seque, lo que provoca resfriados, estreñimiento y mal olor corporal. · Secar bien todas las partes del cuerpo.

Cortarse las uñas.

Vestirse apropiadamente para la actividad a realizar. Si queremos hacer ejercicio físico, debemos llevar ropa adecuada a la actividad, como camisetas, calcetines, zapatillas, guantes, bañadores, etc.

Cámbiate de ropa regularmente. No uses ropa interior sudada dos veces seguidas.

2.10.-Los malos hábitos

Las casas sucias, beber agua no potable, etc. Hay algunos malos hábitos que pueden causar mala salud no solo para los niños sino para toda la familia. Por ello, mantener unas

condiciones higiénicas óptimas es la recomendación más importante para prevenir innumerables infecciones microbianas en nuestro entorno.

Los padres juegan un papel muy importante aquí, porque el papel principal de los padres es enseñar a los niños buenos hábitos como lavarse las manos, cepillarse los dientes, etc., que no solo son útiles para la salud de los niños, sino que también ayudan a construir una buena imagen personal, aprender habilidades para actuar por sí mismos y mejorar la creatividad, el pensamiento, la interacción con los demás y la disciplina no solo por su propio bien, sino también por el de quienes los rodean.

2.10.1.-Higiene en el colegio

Una Tener una correcta higiene solo se puede mantener si los individuos aprenden a adoptar hábitos que promuevan la salud y también el bienestar. Los hábitos son acciones que se realizan a diario y de manera continua; sólo se consideran hábitos si se practican a diario. “Un ambiente sano es fundamental para que los estudiantes estén sanos en casa y en la escuela. Agua segura, sanitarios limpios, sistemas para el manejo de residuos sólidos, etc. Las autoridades locales y nosotros somos responsables de reducir drásticamente la posibilidad de enfermarnos” (HEISSE, 2012).

Las escuelas son espacios básicos donde se inculcan hábitos. Como docente, debe enseñar a sus alumnos:

- Trabajar juntos para mantener limpias las escuelas y sus alrededores. - Limpiar la escuela todos los días. Recoger basura alrededor de la escuela (todos los estudiantes deben participar en esta actividad). - Preparar un lugar para almacenar los residuos y quemarlos o enterrarlos cada semana si no pasa el camión recolector.
- Limpiar el baño (es relevante que todos los estudiantes logren participar de esta actividad). Todos usamos y mantenemos siempre limpio nuestro inodoro o baño para no contaminar el medio ambiente. (Lyón, 2011)
- El consumo de agua es importante para nuestra salud, nos ayuda a nutrir el organismo, actúa como elemento depurativo en los hogares y centros educativos. “Para ser saludable, el agua tiene que ser filtrada, y debe ser: clara, palatable,

inodora y libre de microorganismos o elementos nocivos que contaminan el agua” (UNICEF, 2010).

- Limpiar el salón de clases o aula todos los días. - Buscar en los arbustos y jardines de la escuela. -Para tener los hábitos de higiene personal se debe:
- Lograr que los alumnos se laven los dientes y manos después del recreo.
- Revisar las uñas de los alumnos y alumnas y cortarlas una vez por semana.
- Revisa sus cabezas en busca de piojos. Si es así, avisar a las personas apoderadas del infante para que puedan iniciar con la etapa de limpieza.
- No permitir que camine descalzo, escupa en el piso o tirar basura. Enfatice siempre el comportamiento higiénico de los estudiantes masculinos y femeninos y aprecie sus esfuerzos por mantenerse limpios. Tenemos derecho a vivir en un entorno saludable y limpio. A su vez, se debe de tener la obligación de cuidar el medio ambiente. (Lyon, 2011)
- Lo más importante eres tú como profesor modelo a quien se le recomienda:
- Preocuparse por su imagen personal. - Velar por el orden en el aula. - El aula debe estar siempre limpia y ordenada antes del inicio de clases
- Participar en las actividades de limpieza con los alumnos, pero no poner toda la responsabilidad sobre ellos.

La misión de la higiene de la actividad física de infantes y jóvenes es proteger, mejorar la salud de las generaciones que vienen. Es relevante ordenar el estilo de vida de los alumnos, las actividades escolares y el entorno a fin de ir creando condiciones que sean favorables para su normal desarrollo y prevenir posibles efectos nocivos.

2.10.2.-Tipos de higiene

- Higiene oral
- Higiene del hogar.
- Higiene alimentaria. ·
- Higiene escolar.

2.10.3.- Higiene oral

La higiene dental nos dará la oportunidad de prevenir la enfermedad de los dientes. Sin embargo, la higiene bucal tiene que realizarse correctamente y con las herramientas adecuadas. Además, debe programarse adecuadamente para que sea efectivo. Lo necesario es cepillarse los dientes todos los días y después de cada comida. Es importante hacer esto al menos una vez al día a fondo.

2.10.4.-Higiene del hogar

La higiene en el hogar, solemos decir que solo en la limpieza diaria del hogar, pero practicar la definición de ello, es mucho más pues se relaciona al conjunto de todas las medidas que van dirigidas a prevenir la infección, el contagio y, en definitiva, la enfermería. hogar. salud de los miembros de la familia. Los fregaderos de cocina tienen más bacterias que los inodoros. La desinfección es un procedimiento que no debe omitirse durante la limpieza, de lo contrario el desarrollo de la higiene está incompleto y existe el riesgo de contaminación.

2.10.5.-Higiene en los alimentos

La higiene del hogar tiene relación con la alimentaria, solemos pensar solo en la limpieza diaria del hogar, pero en la práctica la definición es demasiado amplia y que logra corresponder al conjunto de todas las medidas encaminadas a prevenir la infección, el contagio y, en definitiva, la enfermería. hogar. salud de los miembros de la familia. Los fregaderos de cocina tienen más bacterias que los inodoros. La desinfección es un procedimiento que no debe omitirse durante la limpieza, de lo contrario el ciclo de higiene está incompleto y existe el riesgo de contaminación.

2.10.6.- Higiene escolar

La ciencia destaca que, la salud escolar tiene un objetivo claro: la relación de los alumnos con el medio que los rodea. En relación con esta relación, la educación infantil utiliza varios elementos de la investigación en salud escolar para descubrir las leyes, normas, principios y reglamentos que velan por la mejora de la salud en los infantes.

2.11.- Prácticas de higiene y su impacto en el aprendizaje escolar

La educación recomienda convenciones de aprendizaje, prácticas, información cuestionable en relación con la ciencia, prácticas sociales existentes fuera de los muros o incluso metas formalmente expresadas en el currículo

Las prácticas escolares a menudo muestran "artefactos" es por ello que, las invenciones creadas por las mismas prácticas escolares y significados que no parecen estar respaldados por referencias fuera de la escuela. Por lo tanto, el problema general es relacionar las prácticas escolares con lo que las escuelas deben aspirar. La institución escolar ya no es un escenario intermedio que media entre aspectos culturales y disciplinas para crear una cultura propia, que es un fin en sí mismo. La práctica escolar significa una ruptura con la vida cotidiana de los sujetos... Pero esto, en última instancia, parece ser un obstáculo más que una razón de ser: enseñar significa someter al sujeto a un cierto régimen que busca la ruptura definitiva con los modos de cognición (habla, acción, etc.).

A la luz de lo anterior, diríamos que las prácticas apropiadas para las instituciones escolares difieren de otros escenarios de la vida pública porque:

- Tener una habitación específica
- operan durante un período de tiempo
- Definir los roles de maestro y estudiante
- Definir y sistematizar contenidos con antelación.
- Ofrecen una forma de aprendizaje descontextualizada.

Ante ello, el aprendizaje en la escuela tiene un fin creado por una entidad. Así, la escuela moderna es un medio de gestión de la infancia que crea una categoría construida de infancia y alumno. Sí impartir conocimiento presupone que alguien tiene ese conocimiento y que debe ser aprendido por otros, entonces enseñar resolverá este problema poniendo a los muchos que "no saben" a merced de los pocos que "saben".

2.12.- El impacto de la falta de desarrollo de hábitos de higiene en la contaminación ambiental en las escuelas

La contaminación ambiental por desechos se conceptualiza como la presencia de cualquier factor (químico o físico) o factores que tengan relación con en el medio ambiente

en tal lugar, forma y concentración que sea suficiente o probable que cause un peligro para la salud, el bienestar de todos los sujetos que integran la población, o para dañar la flora o la fauna o interferir en el buen uso y goce y recreación del inmueble. A veces, los desechos se eliminan por incineración, lo que también libera muchas cantidades de diversos gases dañinos y que logran contaminar la atmósfera.

Ante ello, cada uno de los residuos tiene 3 categorías:

Residuo orgánico: Está relacionado con los animales y las plantas, como, por ejemplo: cáscaras de las verduras y frutas, cáscaras, restos de comida, huesos, materiales naturales como el lino, seda y algodón. Cada una de esos desechos es biodegradable.

Residuos inorgánicos: Todo ello surge de productos minerales y sintéticos como: metal, plástico, vidrio, cartón laminado y sustancias sintéticas. Estos materiales no son biodegradables. **residuos sanitarios.** Son materiales que se utilizan en procedimientos médicos, como gasas, vendas, PH, pañales, toallas higiénicas y pañuelos. Estos últimos en realidad se consideran desechos porque contienen microbios que causan enfermedades y, por lo tanto, deben eliminarse en bolsas herméticamente selladas y etiquetadas como los legendarios desechos sanitarios.

Lamentablemente, la gran mayoría de cada una de las actividades que realizan los individuos, logran producir desechos. Ante ello, principalmente el problema es la cantidad de cada uno de los residuos que se generan. La educación sanitaria escolar es una forma específica del concepto general de educación sanitaria en la escuela. (VÁSQUEZ, 2010). Además, la ecología y contaminación ambiental también la contaminación industrial, especies en peligro de extinción, etc. Tratar la ecología como algo externo a nuestros edificios, sin tener en cuenta la contaminación interna de los espacios construidos, significa descuidar factores relevantes para mantener la salud de sus ocupantes.

Estar expuesto a químicos dañinos puede afectar el sistema inmunológico. A largo plazo, pueden causar el desarrollo de cáncer, defectos de nacimiento y otras infecciones. Los

síntomas varían desde dolores de cabeza, gripe, depresión. La mayoría de los productos tóxicos afectan no solo a la salud humana, sino también a toda la naturaleza, pues la gran mayoría se desencadena por el petróleo.

Cada una de esas sustancias dañinas, tiene una estructura molecular que no llega a existir en la naturaleza, por lo que los ecosistemas no pueden procesarlas de manera fácil, debido a que no se conoce cuáles son sus consecuencias a largo plazo.

Cada una de esas sustancias tóxicas pueden ocurrir a través de la piel, inhalación, ingestión y contacto que se tiene con cada uno de los dos ojos. Los niños son especialmente sensibles a los contaminantes en casa. Su tamaño y fisiología los hacen más vulnerables que los adultos. Los infantes inhalan aire por kilogramo de peso corporal, y su frecuencia respiratoria es diez veces mayor que la de los adultos. Los infantes tienen una mayor concentración de gases tóxicos a la altura de la nariz que los adultos. Su cuerpo no está preparado para soportar o hacer frente a varios tipos de agresión química. Es por ello, que casi duplicaron el riesgo de verse afectados por estos contaminantes. También se debe considerar el efecto sobre el embarazo.

Resumiendo todo ello: si sus residentes sufren de dolencias persistentes, recurrentes o varias, es posible que hayan sido contaminados.

CONCLUSIONES

PRIMERO. - Esto debe demostrarse en las instituciones y docentes para que tomen la iniciativa de implementar programas para mejorar las prácticas de higiene en la etapa inicial de los proyectos institucionales.

SEGUNDO. - Se deben establecer diferentes prácticas de higiene para los niños en las etapas iniciales.

TERCERO. - En general, se concluyó que los niños en la etapa primaria deben participar en actividades relacionadas con las prácticas de higiene.

RECOMENDACIONES.

- Motivar a los estudiantes del nivel inicial para que practiquen hábitos de higiene dentro y fuera de la institución educativa, asimismo los docentes de asistir a cursos de capacitación u actualización docente en temas relacionados con la higiene y buena salud.
- Los docentes deben elaborar proyectos de aprendizajes relacionados con la higiene personal involucrando a toda la comunidad educativa
- Los estudiantes deben en todo momento practicar hábitos saludables de higiene

REFERENCIAS CITADAS

- Anderson, C. (s/f). Definición de higiene personal. Recuperado de: http://www.ehowenespanol.com/definicion-higiene-personalhechosj_07432/
- Anonimo (s/f). Tipos de habitos. Recuperado de: <http://www.tipos.co/tipos-de-habitos/>
- Anonimo 2 (s/f). Concepto de habitos de higiene. Recuperado de: <http://deconceptos.com/ciencias-sociales/habitos-de-higiene>
- Bejerano, F. (2009). Características generales del niño y la niña de 0 a 6 años. En: Cuadernos de Educación y Desarrollo. Vol. 1, n.º 5 (julio 2009). Recuperado de: <http://www.eumed.net/rev/ced/05/fbg2.htm>
- Bolanos, J. D. (2015). Relaciones interpersonales docentes y manejo de conflictos administrativos educativos. [Tesis para obtener el Título de Pedagogo con Orientación en Administración y Evaluación Educativas en el Grado Académico de Licenciado]. Quetzaltenango: Universidad Rafael Landívar.
- Buendía, L. y Hernández, F. (1998). Métodos de investigación en Psicopedagogía. Madrid: McGraw-Hill.
- Cabria, E. (2012). Transmisión de hábitos y rutinas en educación infantil [Trabajo fin de Grado de Primaria]. Palencia: Universidad de Valladolid.
- Calderón, M. (2011). ¿Cómo me relaciono con mi familia, profesores, compañeros, amigos y pareja? Recuperado de: http://maricalderon981.blogspot.com/p/relacionesinterpersonales_20.html
- Campos, A. (2006). Importancia de las relaciones interpersonales en los cuidados de enfermería. México DF.: Universidad del Valle de México.

- Canaday, M. C. (s/f). La importancia de la higiene personal en los niños. Recuperado de: http://www.livestrong.com/es/importancia-higiene-personal-sobre_18040/
- Chicaiza, C. L. (2008-2009). Hábitos de orden y aseo y su influencia en el comportamiento social de los niños del primer año de Educación Básica del Centro de Educación Inicial "Quince de Septiembre" de la provincia de Cotopaxi Canton Latacunga, parroquia Ignacio Flores, año lectivo 2008-2009. [Tesis de Grado]. Ambato-Ecuador: Universidad Técnica de Ambato.
- Colectivo de Autores. (2005). Educación para la Salud en la Escuela. Recuperado de: http://www.ecured.cu/index.php/Higiene_personal
- Consuegra, N. (2011). Diccionario de Psicología. 2.a ed. Colombia: Ecoe Ediciones.
- Córdoba, F. M. (2011). Proyecto educativo para promover prácticas de higiene, dirigido a niños/as de la escuela José de San Martín Comunidad Uchanchi. Parroquia San Andrés. Canton Guano. Provincia de Chimborazo. Abril - Septiembre 2010. [Previa a la obtención del Título de: Licenciada en Promoción y Cuidados de la Salud]. Riobamba Ecuador: Escuela Superior Politécnica de Chimborazo
- David, D. (s/f). ¿Cuáles son los hábitos? Recuperado de: http://www.ehowenespanol.com/cuales-son-habitos-info_232566/
- De la Cruz, N. A. (2012). Las relaciones interpersonales en niños del nivel preescolar para favorecer el aprendizaje. Recuperado de: <http://relacionesinterpersonalesenpreescolar.blogspot.pe/2012/07/proyecto-de-investigacion-las.html>
- Dirección General de Promoción de la Salud. (s/f). Modelo de abordaje de promoción de la salud en el Perú. Acciones a desarrollar en el eje temático de higiene y ambiente saludable. Documento técnico. Recuperado de: <ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/compendio/pdf/147.pdf>

- Dobles, C, Zuniga, M. y Garcia, J. (1998). Investigacion en education: procesos, interacciones y construcciones. San Jose: EUNED.
- EcuRed. (s/f). Higiene personal. Recuperado de: http://www.ecured.cu/IHigiene_personal#Importancia
- Espinoza, A. (2009). Relaciones interpersonales entre profesionales de Enfermeria del Servicio de Medicina del Hospital Arzobispo Loayza. Lima: Universidad National Mayor de San Marcos.
- Feldman, R. (2006). Psicologia con aplicaciones en paises de habla hispana. Mexico: Mc. Graw Hill.
- Flores-Paz, M. (2014). Aplicacion de un programa de habilidades psicossociales basado en el autoconocimiento para fortalecer las relaciones interpersonales de los ninos y ninas de tercer grado de primaria de la IEP Marvista, Paita, 2013. [Tesis de Grado: Maestria en Educacion con Psicopedagogia]. Universidad de Piura, Piura-Peru.
- Garber, S. (2004). Portarse bien. Recuperado de [Recuperado de: http://ficus.pntic.mec.es/spea0011/ptsc/shhg.htm](http://ficus.pntic.mec.es/spea0011/ptsc/shhg.htm)
- Ghazoul, F. (s/f). Guia basica. Higiene y cuidado del cuerpo. En: Maletin educativo de salud. Recuperado de: http://salud.mendoza.gov.ar/wpcontent/uploads/sites/16/2014/09/higiene_cuidado_cuerpo.pdf
- Greco, C. e Ison, M. S. (2009). Solucidn de problemas interpersonales en la infancia: modificacion del test EVHACOSPI. En: Revista Colombiana de Psicologia, vol. 18, num. 2, julio-diciembre, 2009, pp. 121-134. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/804/80412409002.pdf>
- Hernandez, R., Fernandez, C. Baptista, P. (2006). Metodologia de la investigacion. Mexico: McGraw-Hill/Interamericana.

- Li, D. (2009). Ayacucho: analisis de situacion en poblacion. 1.a ed. Lima: Fondo de Poblacion de las Naciones Unidas, UNFPA.
- Lleixa, T. y Anton, M. (2005). La Educacion Infantil 0-6 Anos. Organizacion escolar. 6.a ed. Espana: Paidotribo.
- Mancias, I. (2015). cOue son los habitos? Recuperado de: <http://www.exito-motivacion-y-superacionpersonal.com/que-son-loshabitos.html>
- Mena, M. Y. y Natuta, S. M. (2012). La sobreproteccion y su incidencia en las relaciones interpersonales de los ninos del primer aho de educacion general basica maria Montessori. [Trabajo de grado previo a la obtencion del titulo de Licenciadas en Docencia en Educacion Parvularia]. Universidad Tecnica del Norte, Ibarra.
- Monje, C. A. (2011). Metodologia de investigacion cuantitativa y cualitativa. Guia didactica. Neiva: Programa de comunicacion social y periodismo.
- Montejano, R. (1992). Higiene personal. En: Calvo, S. (1992). Educacion para la Salud en la Escuela. Madrid: Ediciones Diaz Santos S.A.
- Morales, J. F. Moya, M. Gaviria, E. y Cuadrado, I. (2007J. Psicologia social. 3.aed. Madrid: McGRAW-HILL/ INTERAMERICANA DE ESPANA, S.A.U.
- Nefer, B. (s/f). lEn que consiste la higiene personal para nifios? Recuperado de: http://www.livestrong.com/es/consiste-higiene-personal-sobre_27737/
- Novano, N. (2006). Guia para la implementacion de proyectos de salud bucodental en el Area rural. Quito: MSP.
- Palacios, L. (s/f). La higiene personal desde la Educacion Inicial. Recuperado de: <http://lieskap.blogspot.pe/>
- Piaget, J. (1991). Teoria del desarrollo cognitivo. Barcelona: Labor.

- Puga, L. (2008). Relaciones interpersonales en un grupo de niños que reciben castigo físico y emocional. [Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología con mención en Psicología Clínica]. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Quezada, K. (2013). Inculca hábitos de higiene personal en los niños. Recuperado de: <http://www.revistacarrusel.cl/inculca-habitos-de-higiene-personal-en-losninos/>
- Quezada, N. (2010). Metodología de la investigación. 1.a ed. Lima: Empresa Editora MACRO.
- Riviere, A. (1992). La teoría social del aprendizaje. Implicaciones educativas. En: Coll, C, Palacios, J. Marchesi, A. (1992). Desarrollo psicológico y Educación. Recuperado de: http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/185/cd/material_complementario/m6/Teoria_social_aprendizaje.pdf
- Real Academia Española. (2014). Diccionario de la Lengua Española. 23.a ed. Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=KNL4lwt>
- Rendon, L. P. (1996). La enseñanza de los hábitos de higiene y la conservación para la salud en los institutos públicos tradicionales del ciclo básico de la ciudad capital de Guatemala. [Tesis]. Guatemala: Universidad San Carlos de Guatemala. Recuperado de: http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/07/07_0766.pdf
- Rios, A. M. (2009). La higiene como tarea básica. En: Innovaciones y Experiencias Educativas n. ° 23. Recuperado de: [http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_23/ANGELA_RIOS_TOLEDANO01 .pdf](http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_23/ANGELA_RIOS_TOLEDANO01.pdf)
- Rojas, R. (2007). Investigación social: teoría y praxis. 12.a ed. México: Plaza y Valdes S.A. de C.V.
- Roque, W. (2010). Pedagogía y currículo. 1.a ed. Juliaca: Editor Wilson Roque Vargas.

- Rutas del aprendizaje (2015). Area curricular personal social: desarrollo personal y desarrollo psicomotor y cuidado del cuerpo.
- Salazar, M. (2004). Los habitos de higiene en tres aulas de la fase preescolar. [Catedra: Investigacion Educativa]. Universidad Catolica Andres Bello. Recuperado de: <http://biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAQ0508.pdf>
- Tajfel, H. (1984). Grupos humanos y categorias sociales: estudios de psicologia social. Barcelona: Herder S.L.
- Tamayo, M. (2003). El proceso de la investigation cientifica. 4.a ed. Mexico D.F.: LIMUSA S.A.
- Urquiza, A. M. (2013). La higiene personal y su incidencia en las relaciones interpersonales de los ninos y ninas del 4." Grado de Educacion Basica de la Escuela Liceo Joaquin Lalama del Canton Ambato. [Tesis previo a la obtencion del Ti'tulo de Licenciada en Ciencias de la Educacion, Mencion Educacion Basica]. Ambato-Ecuador: Universidad Tecnica de Ambato.
- Vaca, C. (2009). Habitots de higiene en la escuela. En: Innovacion y experiencias Educativas, N" 16. Recuperado de: http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_16/CRI-STINA_VACAS_1.pdf
- Zupiria, X. (2015). Relaciones interpersonales. Generalidades. Bilbao: Universidad del Pals Vasco.